

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Курганской области
Отдел образования Администрации Каргапольского района МКОУ "Краснооктябрьская СОШ"

РАССМОТРЕНО
на заседании МО

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР

УТВЕРЖДАЮ
Директор

Классных руководителей

_____ (Добрынина Л.В.)

_____ (А.Ю. Мелехина)

Гореванова Е.А.

Приказ №72

Протокол №3_

от "15" апреля 2022 г.

от "19" 04 .2022 г.

от "12" 04. 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

цикла занятий
по профилактике суицидального поведения
обучающихся
«Ради чего стоит жить?»
Для 10-11 класса

Составитель: Токарева Дарья Леонидовна
педагог-психолог

р.п. Красный Октябрь, 2022

Пояснительная записка

Цель данной программы – первичная профилактика суицидального поведения подростков 12 – 17 лет.

Задачи:

1. Сформировать отношение к жизни как к ценности
2. Сформировать позитивное мироощущение и жизнестойкое поведение.
3. Развивать позитивную «Я-концепцию», навыки эффективного поведения и взаимодействия с окружающими, решения собственных проблем, саморегуляции.
4. Повысить социальную адаптированность подростков.

Формы контроля эффективности – дневники, в которых обучающиеся будут отвечать на вопросы и выполнять домашние задания, и по которым можно оценить динамику психоэмоционального состояния каждого обучающегося, проконтролировать его личные стратегии поведения (способы решения проблемных ситуаций) и осмысление им полученного опыта.

Вести данный курс может педагог, классный руководитель. Предложенный материал доступен для специалистов, не имеющих психологического (профессионального) образования.

Общая продолжительность программы составляет 10 часов.

Каждое занятие рассчитано на 40 минут (резерв времени академического часа 5 минут).

5-6 классы – 5 часов

10-11 классы – 5 часов

В программе использованы разработки практических психологов г. Кургана: Сазоновой Е.Н., Джуры Е.А., Картаполовой О.В., Барцевой А.В., Логиновских Н.И., Крапивиной Т.Г., Зиновой Е.Ю. (г. Ханты-Мансийск), Чиркиной Р.В.(г. Москва).

Работа проводится в соответствии с тематическим планом.

Содержание курса программы 10-11 класс

Занятие № 1. «Мои цели как ценности»

Цель: сформировать жизнестойкое поведение, жизнеутверждающие установки, способствовать осознанию обучающимися целей своей жизни; развивать навыки целеполагания.

Материалы и оборудование: творческие дневники обучающихся.

Ход занятия:

Здравствуйте, ребята.

Тема нашего классного часа «Мои цели как ценности»

Упражнение «Здравствуй, уважаемый!» (5 минут)

Педагог предлагает обучающимся встать в круг. Выполняем упражнение по кругу. Поприветствуйте друг друга. Приветствие обращено к вашему соседу справа. Поздоровайтесь с ним: «Здравствуй, уважаемый (называете имя)!» и сопроводите это каким-либо жестом (кивок, поклон и др.).

Следующий участник также здоровается со своим соседом справа, повторяет жест, посвященный ему, и добавляет свой. И так по кругу.

«Цели» (10 минут)

Педагог предлагает обучающимся разделить лист в творческом дневнике на 4 колонки. В одной колонке написать: "Мои жизненные цели". В течение 2 минут ответить на этот вопрос (используется выполненное домашнее задание).

Записывайте все, что приходит в голову. Дайте себе еще 1 минуту, чтобы проверить ваш список, дополнить или исправить что-то.

Во второй колонке напишите: "Как я хотел бы провести ближайшие 3 года?". Потратьте 2 минуты на ответ, потом в течение 1 минуты просмотрите, проверьте, дополните список. Это поможет вам уточнить ваши цели, наметить их более определенно, чем в первом вопросе.

Чтобы увидеть свои цели под другим углом, напишите в третьей колонке: что для вас самое важное на ближайшие 6 месяцев. Цель этого вопроса — выяснить, нет ли чего-нибудь, что важно для вас, но чего вы не делаете и о чем даже не задумываетесь. Напишите об этом также в течение 2 минут и возьмите еще 1 минуту на просмотр.

В четвертой колонке выпишите три цели, которые кажутся вам наиболее важными из всех, ранее записанных.

Сравните ваши колонки.

Есть ли одинаковые цели? Отличаются ли чем-нибудь от всех других три цели, которые вы выбрали в качестве наиболее важных?

Это упражнение - хороший способ обнаружить соотношения между целями и повседневной деятельностью. Полезно повторять это упражнение каждые полгода, чтобы посмотреть, происходят ли какие-нибудь изменения.

«Что было главным в жизни?» (10 минут)

Разбейтесь на пары. По очереди возьмите друг у друга интервью на тему: "Что было главным в жизни?". При этом нужно представить, что тот, кого интервьюируют, — человек пожилого возраста. Репортер хочет изучить жизненные достижения и свершения этого человека».

Задание выполняется в парах.

«Золотая рыбка» (5 минут)

Напишите пять своих самых заветных желаний. На выполнение задания дается 3 минуты. Представьте себе, что к нам приплыла Золотая рыбка и сказала, что может выполнить только четыре желания. Зачеркните одно желание из ваших списков. Затем педагог говорит, что у рыбка может выполнить только три желания.

«Зачеркните еще одно желание из ваших списков». Далее педагог сообщает об очередных проблемах Золотой рыбки, и участники соответственно зачеркивают все желания-цели до того, пока не останется одна, «самая-самая»...

«Ноутбук» (5 минут)

Педагог предлагает обучающимся разделить лист в творческом дневнике на 2 колонки.

Мои цели и задачи	Мои шаги по достижению целей
-------------------	------------------------------

--	--

В первой графе записываются основные цели, задачи, которые ведут к достижению целей. Во второй графе значками «+» и «-» отмечаются успехи или неудачи в достижении поставленных задач. После каждого занятия участник должен заглянуть в ноутбук и проанализировать свои достижения и неудачи.

Работа с творческим дневником (5 минут)

Ответьте на вопросы или допишите:

1. Что я чувствовал (а) во время занятия?
2. Что было для меня важным?
3. Для себя решил (а).....
4. Я задумался о
5. Попробую.....

Домашнее задание – написать не менее 3 добрых дел, которые может сделать каждый человек для других.

Занятие № 2. «Спешите делать добро!»

Цель: побуждать обучающихся проявлять заботу об окружающих, сформировать представление о ценности других людей в жизни человека.

Педагог предлагает обучающимся сдать дневники, чтобы проанализировать те добрые дела, которые они написали в творческом дневнике.

По итогу класс может выполнить общее дело. Можно разделить класс на группы (на основании написанного в творческих дневниках). Определяется дата мероприятия (мероприятий).

После его проведения **работа с творческим дневником.**

Ответьте на вопросы или допишите:

1. Что я чувствовал (а) во время мероприятия?
2. Что было для меня важным?
3. Для себя решил (а).....
4. Я задумался о
5. Попробую.....

Примерный перечень социально-значимых мероприятий.

1. Оказание поддержки одиноким пожилым и больным людям:
 - посещение на дому с целью общения;
 - покупка лекарств, продуктов;
 - различная помощь по дому;
 - благоустройство двора, усадьбы;
 - чтение газет, журналов, книг;
 - поздравление с праздниками;
 - написание писем и отправка корреспонденции и другие виды помощи.
2. Оказание поддержки детям-инвалидам и детям, нуждающимся в помощи:
 - помощь в обучении;
 - совместные игры;

- совместные творческие занятия;
- чтение;
- приобщение к школьным и классным праздникам, иным воспитательным мероприятиям;
- другие виды помощи.

3. Оказание благотворительной помощи населению разных возрастов:
- благотворительные концерты и спектакли в дошкольных учреждениях, детских домах, домах ветеранов;
 - шефство над домами ветеранов и инвалидов, детскими приютами;
 - уход за памятниками и обелисками.

4. Организация другой социально значимой деятельности:
- озеленение;
 - проведение конкурса на самый чистый двор, подъезд;
 - организация молодёжной волонтерской службы помощи детям-сиротам, детям-инвалидам, пенсионерам и т.д.;
 - участие в восстановлении объектов историко-культурного наследия родного села, города и многое другое.

Занятие № 3. «Жизненный выбор. Цели и средства.»

Цель: побуждать к осознанному жизненному выбору и необходимости нести ответственность за свой выбор.

Материалы и оборудование: творческие дневники обучающихся, картина художника Васнецова «Витязь на распутье».

Ход занятия.

Здравствуйте, ребята.

Тема нашего классного часа «Жизненный выбор. Цели и средства»

Вступление (5 минут)

На доске (или экране) иллюстрация и эпиграф.

Иллюстрацией сегодняшнего занятия является картина художника Васнецова «Витязь на распутье».

Эпиграфом предлагаю взять афоризм древнего мудреца и учителя Сенеки «Для того, кто ни куда не плывет, не бывает попутного ветра».

Какое ключевое слово определяет содержание нашего занятия? (Ответы обучающихся записать на доске).

Возможные варианты ответов: размышления, препятствия, **выбор** и т.д.

Выбор чего?

Возможные варианты ответов: судьбы, жизненного пути, профессии, жизненных целей и проч.

А что первично: выбор профессии или выбор жизненных целей? Аргументируйте свое мнение. (Выслушать ответы обучающихся).

Групповое обсуждение темы (15 минут)

Ребята, на сегодняшний день лично вы уже определились с выбором жизненных целей? Предлагаю каждому из вас поразмышлять над этим. Чему вы

готовы посвятить свою жизнь, на что потратить свой интеллектуальный и творческий потенциал, свои физические и материальные возможности?

Что может быть целью в жизни человека? (Ответы обучающихся записать на доске).

Возможные варианты ответов: успех, творчество, деньги, слава, счастливая семья и т.д.

Теперь, следующий вопрос: Какие средства вы выбираете для достижения жизненных целей? (Ответы обучающихся записать на доске, напротив цели - средство).

Давайте подумаем, эффективны ли выбранные вами средства для достижения ваших целей? (дискуссия, комментарии детей).

Одно из необходимых условий достижения жизненных целей – выбор эффективных средств. (Этот вывод участники делают сами в процессе размышлений над выбором целей и средств).

Упражнение «Препятствие» (10 минут)

Дорога жизни не бывает прямой и гладкой. На жизненном пути у вас будут ямки и ухабы, взлеты и падения. Возможно, будут и препятствия на пути достижения целей. Предлагаю смоделировать жизненную ситуацию преодоления препятствий. У входа в аудиторию – старт, начало пути. У противоположной стены – желанная цель, символом которой будет спортивный кубок. Посередине пути – препятствие (табуретка). Каждому из вас поочередно предлагается пройти по своей дороге жизни от «старта» до «цели», преодолев «препятствие». Вслух ничего говорить не надо, просто покажите, как достигнете цели. Всех участников этих событий прошу запомнить, как каждый участник преодолевает «препятствие».

Обсуждение упражнения (5 минут)

- Что может быть препятствием на жизненном пути при достижении цели?

Возможные варианты ответов: проблемы со здоровьем, недостаток знаний и умений, материальные проблемы, конкурс при поступлении на учебу, работу, «конкурент», претендующий на сердце избранника и т.д.

- Итак, каждый из нас выбирает свою жизненную цель. И, вероятно, каждый готов привлечь весь свой личностный ресурс на пути достижения своей цели. Это понятно каждому. Но почему не каждый достигает своих целей?

(Выслушать ответы обучающихся, обобщить).

Наша встреча подошла к концу. Сегодня мы размышляли над выбором жизненных целей и эффективных средств для их достижения. Попытались смоделировать жизненную ситуацию преодоления препятствий на пути к цели. Каждый из вас делал выбор по-своему. Это только в школьной задачке дважды два всегда четыре. Жизненные задачи будут сложнее. И жизненные препятствия придется преодолевать не условные, а настоящие. И реальный выбор делать сложнее, потому что за свой выбор каждый из нас несет персональную ответственность. И то, какой жизненный выбор вы делаете, зависит от ваших жизненных ценностей.

Работа с творческим дневником (5 минут)

Ответьте на вопросы и допишите:

1. Что я чувствовал (а) во время занятия?
2. Что было открытием для меня?
3. Я понял (а), что я.....
4. Мне понравилось...

Домашнее задание: в дневнике определить для себя три самые важные цели в жизни и написать какие ваши личные качества помогут вам в их достижении.

Занятие № 4. «Мы поможем тебе стать самостоятельным»

Цель: актуализировать собственные ресурсы и возможности обучающихся, проинформировать о телефоне доверия как о виде психологической помощи, мотивировать учащихся обращаться за помощью на телефон доверия в трудных жизненных ситуациях.

Ход занятия:

Здравствуйте, ребята.

Тема нашего классного часа «Мы поможем тебе стать самостоятельным»

Вступление

Сегодняшнее занятие проходит в рамках празднования Международного дня детского телефона доверия. С 17 мая 2009 года Россия присоединилась к его празднованию. В рамках Международного дня детского телефона доверия по всей стране проводятся всевозможные акции, уроки доверия, классные часы и родительские собрания. В этом году тема встречи звучит так: «Как подростку стать самостоятельным». Во время сегодняшнего мероприятия речь пойдет о таком понятии как самостоятельность и о том, что делает человека самостоятельным.

Мозговой штурм (5 минут)

Сейчас нам необходимо разделиться на три группы. Каждая команда получает задание, на выполнение которого потребуется 5 минут.

Каждой группе дается задание на листке бумаги написать:

- 1 группа «Качества/основные черты самостоятельного человека»
- 2 группа «Качества/основные черты несамостоятельного человека»
- 3 группа «Почему тебе трудно быть самостоятельным/Что мешает тебе быть самостоятельным?»

Педагогу необходимо фиксировать результаты работы малых групп на доске, предварительно разделив ее на 3 столбца.

Возможные варианты ответов 1 группы: уверенность, решимость, настойчивость, целеустремленность (знаю, чего хочу, и как достичь), вера в себя, организованность, умение быстро соображать, работоспособность, способность принимать решения.

Возможные варианты ответов 2 группы: постоянная потребность в помощи, страх оказаться в неудобном положении, неуверенность, уступчивость, пассивность, неумение планировать свои дела, неопытность.

Возможные варианты ответов 3 группы: внешние факторы: родители (конфликты с родителями на почве того, куда идти учиться, как и с кем проводить свое свободное время, количество свободного времени и др.); мнение/давление других людей (друзей/сверстников/большинства); отсутствие достаточного количества денег для удовлетворения собственных потребностей и желаний (от покупки себе чего-то до похода в кино или кафе); внутренние факторы: страх с чем-то не справиться, лень.

Обсуждение результатов мозгового штурма, часть 1 (10 минут)

А теперь я предлагаю представителям первой и второй группы по очереди зачитать результаты своей работы. Участникам других команд можно дополнить списки качеств и задать уточняющие вопросы.

(представление итогов работы группами)

Как вы думаете ребята, а что такое самостоятельность?

Возможный вариант ответа: самостоятельность — это «когда я сам решаю».

Да, безусловно - это так, сам решаю, делаю выбор - это моя свобода, а значит, я сам несу ответственность за последствия своего выбора.

Исходя из ваших ответов, можно сделать общий вывод:

Самостоятельность — это способность человека самому ставить свои цели и самому их достигать, способность решать свои проблемы и нести ответственность за последствия своих решений, поступков.

Существуют две главные черты самостоятельности - это свобода собственного выбора и ответственность за последствия своего выбора.

Обсуждение результатов мозгового штурма, часть 2 (5 минут)

Теперь мы предоставляем слово участникам 3 группы. В этой части занятия педагогу важно выделить внешние (например, родительский контроль, мнение окружающих) и внутренние факторы (лень, нерешительность, вранье и прочее), препятствующие самостоятельности.

А какие факторы чаще всего препятствуют быть вам самостоятельными?
(педагог фиксирует ответы на доске)

Работа в малых группах с проблемными ситуациями (5 минут)

Сейчас каждой группе будет предложена проблемная ситуация, нужно придумать варианты решения проблемы, иллюстрирующие один из вышеназванных факторов.

- Группа 1 — «Родители запрещают пойти на дискотеку, погулять с друзьями в вечернее время». (Для учащихся 9-11 классов — «Родители настаивают на поступлении в определенный вуз/колледж, или на выборе профессии»).

- Группа 2 — «Компания друзей настойчиво предлагает подростку пойти в гости к незнакомому человеку/малознакомый клуб/дискотеку».

- Группа 3 — «У подростка была договоренность провести время с родителями (помочь чем-то или просто провести время вместе), но внезапно друзья предлагают пойти на концерт, погулять и т.п.»

Представление итогов работы в малых группах (5 минут)

Подводя итог нашей встречи, можно сказать, что легче всего проявлять и отстаивать свою самостоятельность в тех случаях, когда это касается значимых для человека идей и ценностей. И возможностей для этого в жизни каждого из вас множество: какую музыку слушать, каким школьным предметам отдавать предпочтение, каким хобби увлекаться, с кем дружить, в кого влюбляться...

В целом, закономерно (нормально) испытывать трудности в осваивании самостоятельности, так как это переходный момент от детской позиции к взрослению. Хочется отметить, что часто в ситуациях отстаивания своей самостоятельности возможна некая двойственность, которая порой смущает, пугает и мешает: с одной стороны, вам важно отстаивать свою самостоятельность и независимость, с другой стороны, в глубине души еще хочется порой быть «маленьким ребенком», когда родители за тебя многое решают. Такие противоречивые желания, стремления души не всегда приятны, но это нормально, так происходит практически у всех подростков в большей или меньшей степени. В такие моменты бывает непросто найти человека, с которым можно обсудить свои внутренние терзания так, чтобы «не уронить лицо» и быть понятым. Для таких случаев можно обращаться за помощью на Телефон доверия.

Знаете ли вы, что существует детский телефон доверия и для чего он нужен?

Телефон доверия создан для того, чтобы у людей в запутанных, сложных, эмоциональных ситуациях была возможность обсудить мысли, переживания, идеи и т.д., что в большинстве своем позволяет более трезво взглянуть на вещи, обсудить сомнения, быть понятым и услышанным. Психологическая помощь по телефону доверия в настоящее время очень популярна во всем мире.

Ведь не в каждой ситуации хватает своего опыта, а решение нужно бывает принять быстро. На телефонах доверия работают специально обученные специалисты - психологи. Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации в спокойной обстановке и решиться на конкретные шаги. Телефон доверия открыт для каждого человека. Не важен возраст, национальность, состояние здоровья звонящего. Любой человек имеет право быть принятым, выслушанным, и получить помощь. Помощь по телефону доверия всегда анонимна. Если позвонивший не хочет, он может не называть своего имени. В этом смысле имя не важно - важно, что звонит человек, и ему нужна помощь. Помощь по телефону доверия оказывается анонимно и бесплатно.

Педагог каждому дает памятку

Телефон доверия для детей

В сентябре 2010 года в Российской Федерации Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, совместно с субъектами Российской Федерации введен единый общероссийский



номер детского телефона доверия **8-800-2000-122**. При звонке на этот номер в любом населенном пункте Российской Федерации со стационарных или мобильных телефонов дети, подростки и их родители, иные граждане могут получить экстренную психологическую помощь. На территории Курганской области детский телефон доверия действует с 1 октября 2010 года. За период работы телефона на него поступило более 36 тысяч обращений. Конфиденциальность и бесплатность — два основных принципа работы детского телефона доверия. Это означает, что каждый ребенок и родитель может анонимно и бесплатно получить психологическую помощь и тайна его обращения на телефон доверия гарантируется.

Работа с творческим дневником (5 минут)

Ответьте на вопросы и допишите:

1. Что я чувствовал (а) во время занятия?
2. Что было открытием для меня?
3. Для себя решил (а).....
4. Я задумался о
5. Попробую.....

Домашнее задание: написать в творческом дневнике ответ-размышление «Что такое счастье?».

Занятие № 5. «Цветок настроения»

Цель: развивать навыки позитивного социального поведения, умения договариваться в процессе деятельности, улучшить эмоциональное состояние.

Материалы и оборудование: ватман, шаблоны цветов разного цвета, ножницы, клей-карандаш, фломастеры или маркеры, жетоны с номерами, кисточки и краски, шаблоны лепестков по 7 штук в каждую группу, приятная музыка, фотоаппарат.

Ход занятия:

Вступление

На доске эпиграф: «Хочешь быть счастливым — будь им. Козьма Прутков» и по центру лист ватмана с заголовком «Счастье есть!»

Ребята, сегодня мы начинаем свой классный час не совсем обычно. У меня в коробочке жетоны с номерами, это номера групп, в каждой группе будет по 7 человек. Рассаживаемся по группам.

Групповое обсуждение (10 минут)

Представим, что сегодня у нас у всех День рождения, что бы мы друг другу пожелали? (ответы участников, педагог ждет ответа СЧАСТЬЕ или сам дополняет)

А как вы думаете, что это такое - СЧАСТЬЕ? (выслушивает ответы обучающихся, обобщает).

Обычно понятие «счастье» трактуют как состояние человека, «которое соответствует наибольшей внутренней удовлетворенности условиями своего бытия, полноте и осмысленности жизни, осуществлению своего назначения».

Человек обладает многими талантами, но у некоторых этот талант особый. О таких людях говорят, что у них просто божий дар - быть счастливыми. Они излучают тепло и свет. С ними легко, уютно, потому что их доброжелательность, уравновешенность и хорошо развитое чувство юмора располагает к ним людей; они передают вам веру в добро и жизнерадостность. Рядом с ними начинаешь думать, что счастье дается человеку просто, оно ему присуще.

Но ведь достаточно и таких людей, которые добились своего счастья в жизни именно через какое-то несчастье, неудачу (например, иногда, лишившись работы, человек находит другую сферу деятельности и реализует себя со значительно большим успехом).

Как вы думаете, счастье дается или человек его создает? (педагог выслушивает ответы обучающихся, обобщает).

Да человек сам может создать свое счастье. А как выглядит счастливый человек? (педагог выслушивает ответы обучающихся, обобщает).

Счастливого человека мы видим по его настроению. Настроение можно выразить с помощью цвета, настроение может быть и разноцветным. Например, синий – грусть, красный – бодрость, оранжевый - радость, и т.п.

Групповая работа (15 минут)

Обучающиеся в группах раскрашивают лепестки, каждый пишет свое желание, которое должно исполниться летом, создают 1 общий цветок настроения, готовят мини-презентацию.

Вопросы для мини-презентации:

Какой цвет чаще использовался? Почему?

Какое общее настроение в группе?

(цветы закрепляются на доске вокруг листа ватмана с заголовком «Счастье есть!»).

Акция «Счастье есть!» (10 минут)

Ребята выберите для себя цветок, который вам нравится и напишите на нем, что для вас лично означает счастье, цветок нужно приклеить на ватман, можно взять несколько цветов. Приступаем к работе!

В конце акции обязательное **фото** на память! (5 минут)

Педагог предлагает ребятам взяться за руки хором сказать: «До сви-да-ни-я! До новых встреч!»

Планируемые результаты

- ✓ толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

- ✓ навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- ✓ нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- ✓ готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- ✓ эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- ✓ принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- ✓ бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- ✓ ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

Тематический план программы 10-11 класс

№	Тема	Форма работы	Количество часов	ЭОР
1	Мои цели как ценности	Занятие с элементами тренинга	1	1. https://infourok.ru/prezentaciy-a-k-klassnomu-chasu-mechty-i-celi-5054365.html 2. https://infourok.ru/zanyatie-moi-zhiznennye-cennosti-s-prezentaciej-4065968.html
2	Спешите делать добро!	Социально-значимое мероприятие	1	1. https://infourok.ru/prezentaciy-a-socialnogo-proekta-speshite-delat-dobro-760952.html 2. https://kopilkaurokov.ru/vneurochka/meropriyatia/prieziantsiia_vnieklassnogho_mieropriia_spieshitie_dielat_dobro 3. https://youtu.be/pjTNc2xE40c
3	Жизненный выбор. Цели и средства	Занятие с элементами тренинга	1	1. https://infourok.ru/prezentaciy-a-k-klassnomu-chasu-na-temu-vybor-zhiznennogo-

				puti-5567813.html 2. https://fs.znanio.ru/methodology/images/2d/45/2d45a5355c418e69d9d7798b33e33aaf7c4398c.jpg 3. http://www.myshared.ru/slide/1266130/ 4. https://youtu.be/QidywnOO01M 5. https://lusana.ru/presentation/28902
4	Мы поможем тебе стать самостоятельным	Классный час	1	1. https://ckk.volgograd.ru/current_activity/otdel_5/metodicheskaya-kopilka/plan-klassnogo-chasa-my-pomozhem-tebe-stat-samostoyatelnym/ 2. https://www.karavantver.ru/wp-content/uploads/2020/12/telefon_4_kopiya.jpg 3. https://infourok.ru/prezentaciya-dlya-besedi-s-uchaschimisya-na-klassniy-chas-o-samostoyatelnosti-2502924.html 4. http://xn--j1akam.xn--p1ai/psixol/klassnyj_chas_my_pomozhem_tebe_stat_samostojatelny.pdf
5	Цветок настроения	Итоговый классный час	1	1. https://nsportal.ru/shkola/korreksionnaya-pedagogika/library/2013/06/25/tsveta-nashikh-chuvstv 2. https://multiurok.ru/files/priezientsiia-moio-nastroieniie.html 3. https://ds02.infourok.ru/uploads/ex/0c78/00005a97-c7eec369/img4.jpg
Всего:			5	