

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА учебного предмета «Избранные вопросы психологии» для обучающихся 7-8 классов

Пояснительная записка

Программа курса психологии отвечает, как интересу обучающихся к собственному «Я», так и ориентации системы образования на личностно-ориентированный и системно-деятельностный подходы в образовании. Программа помогает подростку выстраивать ценностную картину мира и находить свое место в нём, познавать свой внутренний мир, гармонизировать свои отношения с окружающими людьми, стать более творческим, ответственным за себя, свои действия. В качестве исходного положения, определяющего педагогический подход, использовался тезис: необходимо рассматривать развитие ребенка в аспекте изучения им предмета «Психология» не только как результат, но и как процесс самосознания, самопознания, самовоспитания и самосовершенствования. При этом акцент делается на развитие чувства собственного достоинства человека как субъекта. Существенным моментом здесь становится не только отражение мира, но и отражение себя в мире, своего состояния, своего отношения к миру, своего поведения теперь и в будущем.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в подростковой аудитории имеют исключительное значение.

Преподавание курса психологии в средних общеобразовательных учреждениях представляется актуальной и важной задачей образования, получившего социальный заказ на подготовку подрастающего поколения к жизни в правовом демократическом государстве. Именно личностные, психологические факторы выступают на первый план в работе над этой важной задачей. Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Программа имеет общеинтеллектуальное направление, а также позволяет развивающейся личности познавать не только законы материального мира, но и формировать систему знаний о себе, о законах взаимодействия людей, узнавать свои собственные возможности и расширять их, т.е. овладевать психологической культурой.

- **Цели и задачи изучения учебного курса «Избранные вопросы психологии»**

Цель программы:

- раскрытие способностей каждого ребёнка, формирование потребности в саморазвитии и освоении практических навыков

самосовершенствования, овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Реализация цели требует решения *психолого-педагогических задач*, обеспечивающих становление личности ребёнка:

- формирование у школьников общих представлений о психологии как науке;
- оказание детям помощи в открытии внутреннего мира человека;
- пробуждение интереса ребёнка к другим людям и к самому себе;
- развитие интеллектуальной сферы (общих и специальных способностей, познавательной направленности и пр.);
- развитие самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки);
- раскрытие сущности личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций);
- развитие эмоциональной сферы (чувства, переживания, настроение и так далее);
- понимание чувств настроений, переживаний других людей.

- Место курса в учебном плане

В целях реализации настоящей программы на изучение курса на уровне основного общего образования отводится 68 часов, 34 часа на каждый учебный год, не менее 1 учебного часа в неделю.

- Содержание Программы

• Первый год обучения, 7 класс

Раздел 1. Введение.

Тема 1. Что изучает психология. История возникновения психологии как науки

Раздел 2. Познавательные процессы

Тема 2. Ощущения. Что такое ощущения. Виды ощущений. Восприятие. Что такое восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия. Индивидуальные особенности восприятия

Тема 3. Внимание. Что такое внимание. Внимание и личность. Виды внимания.

Основные свойства внимания

Тема 4. Память. Что такое память. Виды памяти. Процессы памяти. Качества памяти.

Представление. Индивидуальные различия памяти

Тема 5. Мышление. Мышление — опосредованное и обобщенное познание окружающего мира. Мышление и речь. Основные формы мышления. Мыслительные операции. Понятия и их формирование. Решение мыслительных задач. Виды мышления

Тема 6. Воображение. Что такое воображение. Виды воображения. Психологические механизмы воображения

Раздел 3. Эмоции и чувства

Тема 7. Воля. Эмоции и чувства. Общая характеристика эмоций и чувств. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Физиологические основы и внешнее выражение эмоций и чувств

Тема 8. Эмоциональный интеллект. Зачем его необходимо

развивать Тема 9. Понятие стресса

Тема 10. Способы регуляции эмоций

Тема 11. Воля. Общая характеристика воли. Ступени волевого действия. Взаимосвязь воли с другими сторонами психики

Раздел 4. Темперамент

Тема 12. Темперамент. Что такое темперамент. Физиологические основы темперамента.

Психологические характеристики темпераментов.

Тема 13. Темперамент и общение. Темперамент и характер. Темперамент и способности.

Темперамент и выбор профессии.

Раздел 5 Характер

Тема 14 Характер. Что такое характер. Черты характера.

Тема 15. Как воспитывать и закалять характер. Характер и успехи в школе. Человек - хозяин своего характера.

Раздел 6 Способности

Тема 16 Способности. Что такое способности. Общие способности. Способности и личность.

Тема 17. Специальные способности. Одарённость. Талант. Гениальность.

Раздел 7 Психология общения

Тема 18 Я и другой человек. Я и другие люди. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми.

Тема 19. Как люди воспринимают друг друга. Первое впечатление о человеке. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие другого человека.

Тема 20. Особенности восприятия человека детьми и взрослыми. Как воспринимают человека дошкольники. Каким видят человека школьники. Восприятие человека взрослыми людьми. Влияние профессии человека на восприятие ими других людей. Как люди воспринимают себя самого.

Тема 21. Что такое потребность в общении. Психологические особенности человека и общение. Навык, стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать или слышать. Подстройка в общении.

Тема 22. Виды общения. Непосредственное общение. Особые виды общения. Что значит уметь общаться.

Тема 23 Общение и отношение. Что такое межличностные отношения. Личные и деловые отношения. Как возникает симпатия. Товарищество и дружба. Любовь.

Тема 24. Общение и понимание людьми друг друга. Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Эталоны понимания. Понимание чувств другого человека.

Раздел 8. Психология группы

Тема 25. Что такое социальная группа. Условные и реальные группы. Формальные и неформальные группы. Референтные группы. Соотношение социальных групп в обществе. Как люди влияют друг на друга в группах.

Тема 26. Стихийные группы. Особенности протекания психических процессов стихийной группы.

Тема 27. Что такое малая группа? Группа и коллектив. Положение человека в группе в коллективе. Социальные роли.

Тема 28. Психологический климат в группе и коллективе. Лидерство и руководство в группе.

Тема 29. Влияние группы и коллектива. Как влияет на нас и нашу деятельность присутствие других людей. Как группа принимает решение. Феномен «сдвига к риску». Групповая дискуссия. Влияние большинства в группе. Что может меньшинство?

Тема 30. Большая группа. Что такое большая группа? Большая устойчивая группа.

Большая кратковременная социальная группа.

Тема 31. Молодежные неформальные объединения. Молодежные группы как образ жизни. Группы по интересам и увлечениям. Роль неформальных молодежных групп в жизни молодого человека. Почему и зачем подросток уходит в «неформалы».

Тема 32. Общение с помощью средств массовой информации. Воздействие средств массовой информации на аудиторию. Телезрители и радиослушатели как большая социальная группа. Пользователи интернета как большая социальная группа. Реклама как средство воздействия на людей.

Тема 33. Конфликты и их разрешение. Психологическая природа конфликта. Виды конфликтов.

Тема 34. Причины возникновения межличностных конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Стратегия поведения в конфликтных ситуациях.

• Второй год обучения, 8 класс

Раздел 1. Психология: как это работает в моей школе и жизни

Тема 1. Почему я это замечаю, а другие — нет?»: как устроено наше восприятие мира.

Тема 2. Как учитель считывает класс без слов»: наблюдение и незаметные подсказки.

Тема 3. «От рефлексов к смыслам»: идеи из истории психологии, которые объясняют поведение.

Тема 4. Психологический детектив»: разбираем школьные ситуации.

Раздел 2. Кто я такой?

Тема 5. Почему мне тяжело на контрольных, а другу — легко?»: темперамент и учёба.

Тема 6. Как у меня появляются привычки и почему их сложно менять.

Тема 7. Что я о себе думаю и как это влияет на мои оценки.

Тема 8. Портрет одноклассника без ярлыков»: учимся описывать поведение, а не вешать диагнозы.

Раздел 3. Как я учусь: внимание, память, мышление, мотивация

Тема 9. Когда мозг устаёт: как устроены внимание и работоспособность.

Тема 10. Запоминаю с первого раза: память и простые приёмы.

Тема 11. Как я делаю выводы: уровни мышления и учебные задачи.

Тема 12. Мне легче понять, когда...: индивидуальные особенности восприятия.

Раздел 4. Общение: как слышать и быть услышанным

Тема 13. «Слова и не только»: структура общения и скрытые сигналы.

Тема 14. «Я тебя слышу»: приёмы активного слушания и эмпатии.

Тема 15. «Кто в классе главный и почему это важно»: групповая динамика.

Тема 16. Травля — это не шутки.

Раздел 5. Эмоции, стресс и саморегуляция

Тема 17. Когда всё навалилось»: стресс и утомление у подростков.

Тема 18. Не выгореть до окончания школы: профилактика эмоционального выгорания.

Тема 19. Набор инструментов»: техники саморегуляции.

Раздел 6. Обобщение и применение

Тема 20. Мой психологический приём для урока»: мини проект

Тема 21. Что из этого пригодится мне уже сейчас

- Планируемые Образовательные Результаты

Личностные результаты

Личностные результаты освоения курса включают осознание российской гражданской идентичности; готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению; ценность самостоятельности и инициативы; наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности; сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

- Самоопределение (личностное, профессиональное, жизненное): сформированность российской гражданской идентичности: патриотизма
- Воспитания способности к духовному развитию, нравственному самосовершенствованию;
- Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики.
- Сформированность нравственной рефлексии и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты освоения курса включают освоение

обучающимися межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях) и универсальные учебные действия (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике; готовность к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладение навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе цифровых, с учётом назначения информации и её аудитории.

Регулятивные универсальные учебные действия

- формирование действий целеполагания, включая способность ставить новые учебные цели и задачи, планировать их реализацию, в том числе во внутреннем плане;
- осуществление выбора эффективных путей и средств достижения целей;
- контроль и оценка своих действий, как по результату, так и по способу действия;
- внесение соответствующих корректив в их выполнение.
- самостоятельный анализ условий достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;
- умение самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- принятие решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- самостоятельная оценка правильности выполнения действия и умение вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- основы прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса.

Коммуникативные универсальные учебные действия

- действия по организации и планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, умения работать в группе и приобретение опыта такой работы, практическое освоение морально-этических и психологических принципов общения и сотрудничества;
- учет разных мнений и стремление к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулирование собственного мнения и позиции, аргументы и координация её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- установление и сравнение разных точек зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
- умение аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;
- способность задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

- осуществление взаимного контроля и оказание в сотрудничестве

необходимой взаимопомощи;

- адекватное использование речи для планирования и регуляции своей деятельности;
- организация и планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, определение цели и функции участников, способов взаимодействия; планирование общих способов работы;
- осуществление контроля, коррекции, оценки действий партнёра, умение убеждать;
- работа в группе — установление рабочих отношений, эффективное сотрудничество; интеграция в группу сверстников и построение продуктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- основы коммуникативной рефлексии;
- использование адекватных языковых средств для отображения своих чувств, мыслей, мотивов и потребностей.

Познавательные универсальные учебные действия:

- практическое освоение учащимися основ проектно-исследовательской деятельности;
- развитие стратегии смыслового чтения и работа с информацией;
- практическое освоение методов познания, используемых в различных областях знания и сферах культуры, регулярное обращение в учебном процессе к использованию общеучебных умений, знаково-символических средств, широкого спектра логических действий и операций.
- проведение наблюдения и эксперимента под руководством учителя;
- осуществление расширенного поиска информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- создание и преобразование модели и схемы для решения задач;
- осуществление выбора наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- умение давать определение понятиям, установление причинно-следственных связей;
- осуществление логической операции установления родовидовых отношений, ограничение понятия;
- осуществление сравнения, классификации, самостоятельный выбор основания и критерий для указанных логических операций;
- структурирование текстов, включение умения выделять главное и второстепенное, главную идею текста, выстраивание последовательности описываемых событий;
- работа с метафорами — понимание переносного смысла выражений, понимание и употребление оборотов речи, построенных на скрытом уподоблении, образном сближении слов.

Предметные

Предметные результаты освоения курса включают освоение научных знаний, умений и способов действий, специфических для соответствующей предметной области; предпосылки научного типа мышления; виды деятельности по получению нового знания, его интерпретации, преобразованию и применению в различных учебных ситуациях, в том числе

при создании проектов.

- Знать цель и предназначение курса «Основы психологии».
- Иметь представление о содержании данного курса, в том числе о понятиях « познавательные процессы, эмоции, темперамент, характер, способности, конфликт.
- Знание возрастной динамики становления способности к восприятию другого человека, роли индивидуальных различий в восприятии человека человеком.
- Понимание психологических механизмов формирования первого впечатления о другом человеке, его значения для установления взаимоотношений между людьми.
- Овладеть навыками развития познавательных процессов.
- Овладеть навыками регулирования эмоций.
- Осознавать свою ответственность за свои эмоции, чувства.
- Формирование представления о типах отношений между людьми, о формах проявления отношения к другому человеку в словах, поступках, мимике, жестах
- Формирование представления об эмпатии как важнейшем условии отношений между людьми, обеспечивающем подлинно гуманное отношение к другим людям.
- Знания о том, какие условия, факторы влияют на возникновение симпатии и антипатии между людьми. Формирование представления о дружбе и товариществе как высших формах проявления человеческой симпатии, о чувстве любви как высшем человеческом чувстве.
- Осознание роли основных психических процессов в понимании другого человека. 10. Понимание роли стереотипов, предрассудков, предубеждений как факторов, препятствующих пониманию другого человека.
- Овладеть навыками конструктивного разрешения конфликтов.
- Раскрытие роль жизненного опыта в формировании собственных критериев понимания и оценки другого человека
- Формирование представления о том, как на понимание другого человека влияют возраст и профессия.

Формы проведения:

-лекции

1. беседы
2. практические занятия с элементами игр и психологических упражнений, тренинги;
3. занятия направленные на самопознание, диагностику психологических особенностей личности;
4. поисково-исследовательская деятельность

- Реализация воспитательного потенциала

Реализация воспитательного потенциала в рамках курса «Избранные вопросы психологии» для 7–8 классов выстраивается через осмысление

подростками собственных переживаний и механизмов взаимодействия с окружающими: разбор типичных конфликтных ситуаций, анализ мотивов поведения и рефлексивные практики помогают формировать эмпатию, ответственность за свои слова и поступки, а также навыки конструктивного диалога. В содержание занятий включаются этические дилеммы, кейсы из школьной жизни и элементы социально-психологического тренинга — это развивает у учащихся способность учитывать позицию другого человека, критически оценивать стереотипы и выстраивать уважительные отношения в коллективе; особое внимание уделяется формированию культуры самопонимания и эмоциональной саморегуляции, что соотносится с задачами программы воспитания по становлению нравственных ориентиров и социально значимых личностных качеств. Практико-ориентированные задания (групповые проекты, ролевые игры, ведение дневника наблюдений) не только закрепляют психологические знания, но и создают условия для проявления инициативы, сотрудничества и осознанного выбора ценностных установок — так курс становится площадкой для личностного роста и социализации подростков.

- Тематическое планирование

- Тематическое планирование первого года обучения 7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Коли чество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1. Введение.			
1.	Что изучает психология. История возникновения психологии как науки.	1	
2. Познавательные процессы.			
2	Ощущения. Что такое ощущения. Виды ощущений. Восприятие. Что такое восприятие. Виды восприятия. Основные свойства восприятия. Индивидуальные особенности восприятия.	1	
3	Внимание. Что такое внимание. Внимание и личность. Виды внимания. Основные свойства внимания.	1	
4	Память. Что такое память. Виды памяти. Процессы памяти. Качества памяти. Представление. Индивидуальные различия памяти.	1	

5	Мышление. Мышление— опосредованное и обобщенное познание окружающего мира. Мышление и речь. Основные формы мышления. Мыслительные операции. Понятия и их формирование. Решение мыслительных задач. Виды мышления.	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833&clid=2257596-217&win=218
6	Воображение. Что такое воображение. Виды воображения. Психологические Механизмы воображения.	1	

3. Эмоции и чувства. Воля.

7	Эмоции и чувства. Общая характеристика эмоций и чувств. Эмоциональные состояния и высшие чувства. Физиологические основы и внешнее выражение эмоций и чувств.	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833&clid=2257596-217&win=218
8	Эмоциональный интеллект. Зачем его необходимо развивать.	1	
9	Понятие стресса.	1	
10	Способы регуляции эмоций.	1	
11	Воля. Общая характеристика воли. Ступени волевого действия. Взаимосвязь воли с другими сторонами психики.	1	

4. Темперамент

12	Темперамент. Что такое темперамент. Физиологические основы темперамента. Психологические характеристики темпераментов.	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833&clid=2257596-217&win=218
----	--	---	---

13	Темперамент и общение. Темперамент и характер. Темперамент и способности. Темперамент и выбор профессии.	1	
5. Характер.			
14	Характер. Что такое характер. Черты характера.	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833&clid=2257596-217&win=218
15	Как воспитывать и закалять характер. Характер и успехи в школе. Человек – хозяин своего характера.	1	
6. Способности.			
16	Способности. Что такое способности. Общие способности. Способности и личность.	1	
17	Специальные способности. Одарённость. Талант. Гениальность.	1	
7. Психология общения.			
18	Я и другой человек. Я и другие люди. Что такое общение. Из чего состоит общение. Общение и отношения между людьми.	1	
19	Как люди воспринимают друг друга. Первое впечатление о человеке. Что такое установка. Прошлый опыт и восприятие другого человека.	1	
20	Особенности восприятия человека детьми и взрослыми. Как воспринимают человека дошкольники. Каким видят человека школьники. Восприятие человека взрослыми людьми. Влияние профессии человека на восприятие ими других людей. Как люди воспринимают себя самого.	1	
21	Что такое потребность в общении. Психологические особенности	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833

	человека и общение. Навык, стиль и манера общения. Пространство и время общения. Слушать или слышать. Подстройка в общении.		&clid=2257596-217&win=218
22	Виды общения. Непосредственное общение. Особые виды общения. Что значит уметь общаться.	1	
23	Общение и отношение. Что такое межличностные отношения. Личные и деловые отношения. Как возникает симпатия. Товарищество и дружба. Любовь.	1	
24	Общение и понимание людьми друг друга. Психические процессы и понимание. Стереотипы понимания. Эталоны понимания. Понимание чувств другого человека.	1	
8. Психология группы.			
25	Что такое социальная группа. Условные и реальные группы. Формальные и неформальные группы. Референтные группы. Соотношение социальных групп в обществе. Как люди влияют друг на друга в группах.	1	
26	Стихийные группы. Особенности протекания психических процессов стихийной группы.	1	
27	Что такое малая группа? Группа и коллектив. Положение человека в группе в коллективе. Социальные роли.	1	
28	Психологический климат в группе и коллективе. Лидерство и руководство в группе.	1	https://yandex.ru/search/?text=пси+тест&lr=10833&clid=2257596-217&win=218
29	Влияние группы и коллектива. Как влияет на нас и нашу деятельность присутствие других людей. Как	1	

	группа принимает решение. Феномен «сдвига к риску». Групповая дискуссия. Влияние большинства в группе. Что может меньшинство?		
30	Большая группа. Что такое большая группа? Большая устойчивая группа. Большая кратковременная социальная группа.	1	
31	Молодежные неформальные объединения. Молодежные группы как образ жизни. Группы по интересам и увлечениям. Роль неформальных молодежных групп в жизни молодого человека. Почему и зачем подросток уходит в «неформалы».	1	
32	Общение с помощью средств массовой информации. Воздействие средств массовой информации на аудиторию. Телезрители и радиослушатели как большая социальная группа. Пользователи интернета как большая социальная группа. Реклама как средство воздействия на людей.	1	
33	Конфликты и их разрешение. Психологическая природа конфликта. Виды конфликтов.	1	https://yandex.ru/search/?text=гарри+бардин+конфликты&clid=2257596-217&win=218&lr=108 33
34	Причины возникновения межличностных конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Стратегия поведения в конфликтных ситуациях.	1	
ИТОГО		34	

- Тематическое планирование второго года обучения 8 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Коли- чество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1: Психология: как это работает в моей школе и жизни			
1.	Почему я это замечаю, а другие — нет?»: как устроено наше восприятие мира	2	https://learningapps.org/1670245
2.	Как учитель считывает класс без слов»: наблюдение и незаметные подсказки	1	
3.	«От рефлексов к смыслам»: идеи из истории психологии, которые объясняют поведение	2	
4.	Психологический детектив»: разбираем школьные ситуации	1	
Раздел 2: Кто я такой?			
5	Почему мне тяжело на контрольных, а другу — легко?»: темперамент и учёба	1	
6	Как у меня появляются привычки и почему их сложно менять	2	https://znanierussia.ru/library/video/kibershit-psihologiya-cifrovoj-zavisimosti-chast-1-trevozhnye-zv-5177?collection=psihiologiya&from=cinema
7	Что я о себе думаю и как это влияет на мои оценки	2	
8	Портрет одноклассника без ярлыков»: учимся описывать поведение, а не вешать диагнозы	2	https://learningapps.org/1624921
Раздел 3: Как я учусь: внимание, память, мышление, мотивация			
9	Когда мозг устаёт: как устроены внимание и работоспособность	2	https://interneturok.ru/h/biblioteka/biologija/8-

			klass/zakonomernosti-raboti-golovnog-mozga-vrozhdennie-i-priobretnenie-formi-povedeniya/1
10	Запоминаю с первого раза?: память и простые приёмы	2	
11	Как я делаю выводы: уровни мышления и учебные задачи	2	
12	Мне легче понять, когда...: индивидуальные особенности восприятия	2	https://interneturok.ru/h/biblioteka/biologiya/8-klass/dinamika-rabotosposobnosti-rezhim-dnya/1
Раздел 4. Общение: как слышать и быть услышанным			
13	«Слова и не только»: структура общения и скрытые сигналы	2	
14	«Я тебя слышу»: приёмы активного слушания и эмпатии	2	https://znanierussia.ru/library/video/grani-smyslov-anzhela-groholskaya-slushat-vazhnee-chem-govorit-5364?collection=psihologiya&from=cinema
15	«Кто в классе главный и почему это важно»: групповая динамика	2	
16	Травля — это не шутки	2	
Раздел 5. Эмоции, стресс и саморегуляция			
17	Когда всё навалилось?: стресс и утомление у подростков	1	
18	Не выгореть до окончания школы: профилактика эмоционального выгорания	1	https://znanierussia.ru/library/video/grani-smyslov-ivan-kurganskij-psihologiya-krizisa-kak-menyaetsya-5692?collection=psihologiya&from=cinema

19	Набор инструментов»: техники саморегуляции	1	
Раздел 6. Обобщение и применение			
20	Мой психологический приём для урока»: мини-проект	1	
21	Что из этого пригодится мне уже сейчас	1	
ИТОГО		34	