

«Утверждаю»
 Директор МАОУ
 «Ергачинская СОШ»
 Лядова И.В.
 От «29» августа 2025г.



Тематическое планирование курса

«Культура эмоций» 7 класс

(Программа курса «Культура эмоций» создана на основе следующих программ:

программа учебного курса «Учись нравственному самовоспитанию»

программа социально-психологического тренинга межличностного общения (автор — А.С. Прутченков. Программа используется фрагментарно, занятие проводится 1 раз в неделю, в течение года).

№ п/п	Тематика занятий	Кол-во часов
1.	Знакомство. Выяснение ожиданий учащихся. Установление групповых норм и правил.	1
2.	Я и другие	2
3.	Что такое дружба?	2
4.	Как заводить друзей?	2
5.	Наши эмоции.	1
6.	Культура эмоций с чего она начинается?	1
7.	Состояние эмоционального контроля. Как его достичь?	1
8.	Особенности эмоционального общения.	1
9.	Что такое стресс? Как справиться с ним?	1
10.	Эмоциональные переживания и выражение лица. Умеете ли вы читать чужие эмоции?	1
11.	Оптимистическое настроение. Как его воспитывать?	1
12.	Я и другие. Как ты относишься к людям и как люди относятся к тебе?	1
13.	Диагностика акцентуации характера	1
14.	Диагностика межличностных отношений	1
15.	Заключительное занятие. Подведение итогов. Рефлексия.	1
16.	Итого	18