


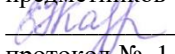
Приложение к ООП (НОО),
утверждено приказом № 50 от 31.08.2023г

«Согласовано»

Заместитель директора
по УВР

 /Талагаева Г.В./
«31» августа 2023г.

Рассмотрено и одобрено на
заседании ШМО учителей-
предметников

 /Е.Н. Казакова/
протокол № 1 от 31.08.2023г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса внеурочной деятельности

«Тропинка к своему Я»

Уровень: среднее общее образование

Срок освоения: 4 года (1-4 класс)

Разработчик:

Педагог-психолог

Драгунова Александра Евгеньевна

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа развивающих занятий «Тропинка к своему Я» составлена на основании следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (ч. 6 ст. 28; ст. 30; п. 5 ч. 3 ст. 47; п. 1 ч. 1 ст. 48);
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (п. 19.5);
3. Федерального базисного учебного плана, утв. приказом Минобрнауки Российской Федерации от 09.03.2004 № 1312 (в редакции приказов Минобрнауки РФ от 20.08.2008 № 241, от 30.08.2010 № 889, от 03.06.2011 № 1994, от 01.02.2012 № 74);
4. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации (департамент государственной политики в сфере общего образования) от 28 октября 2015 № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов».
5. Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой(Уроки психологии в начальной школе).

Актуальность изучения учебного курса, предмета

Целью психологического сопровождения по ФГОС является создание социально – психологических условий для развития личности учащихся и их успешного обучения. Внеурочная деятельность является одним из таких условий. Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Курс «Тропинка к собственному Я» - это комплекс психологических занятий в начальной школе направленных на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы, благоприятной для развития школьника.

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

Цели и задачи изучения учебного предмета, курса

Цель курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи курса

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.

- 5.Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
- 6.Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- 7.Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Общая характеристика предмета, курса

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

*аксиологический (связанный с сознанием),
инструментально-технологический,
потребностно-мотивационный.*

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

- 1.Введение в тему.
- 2.Развёртывание темы.
- 3.Индивидуализация темы.
- 4.Завершение темы

Формы организации занятий

Для успешной реализации используются групповые занятия, по 14-16 человек. Индивидуальные занятия необходимы тоже для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

№ п/п	Методика исследования	Цель	Содержание
1	Исследование самооценки у школьников по методике «Лестница» (модификация Луговой В.Ф.- Методика Т.В. Дембо использована модификации С.Я Рубинштейн)	Изучение адекватности самооценки детей старшего дошкольного и школьного возраста	Оцениваемые УУД : Самооценка (действие смыслообразования) - представление себя в роли ученика; - осознание своих возможностей в учениц на основе сравнения "Я" и "хороший ученик" Возраст: школьники 1 - 4 кл.
2	Методика «Кто Я?» (модификация методики М. Куна)	Выявление сформированности Я-концепции ребенка	Оцениваемые УУД: -действия, направленные на определение своей

			позиции в отношении социальной роли ученика и школьной действительности; действия, устанавливающие смысл учения. Возраст: 9—10 лет. Метод оценивания: фронтальный письменный опрос.
3	Анкета для оценки уровня школьной мотивации (1-4 кл.) методика Н. Г. Лускановой,	Определение уровня учебной мотивации	Оцениваемые УУД: -внутренняя позиция школьника Возраст: школьники 1-4 кл. Форма оценивания: индивидуальная или групповая диагностика.
4	Проективная методика «Что мне нравится в школе?»	Выявление мотивационной готовности к обучению, отношение к школе.	Анализ детских рисунков

1 класс

Основная задача – первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учиться выполнять.

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия

задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия.

2 класс

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексивность. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспешность. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

3 класс

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той частью личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение творческих способностей. Однако это – явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я-фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети

начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей.

Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

4 класс

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру и интереса к общению со сверстниками. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности. Поэтому целый ряд занятий посвящен обсуждению вопросов взаимоотношений в классе.

Самое важное свойство этого возраста – особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением близкого и отдаленного будущего. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста, и, это может порождать страх взросления. Поэтому дополнительными задачами этих занятия является снятие тревоги и побуждение к учебной активности.

Последние занятия полностью посвящены процессу перехода в 5 класс.

Количество учебных часов, на реализацию учебной программы

Авторская программа рассчитана на 136 часов, по 1 часу в неделю в каждой группе детей. Согласно учебному плану МБОУ «Малюгреновская СОШ» часы будут корректироваться.

РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные Результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Знать	<ul style="list-style-type: none"> - о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> -осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> - анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с людьми; -соблюдать правила игры и дисциплину; - правильно взаимодействовать с партнерами по команде - выразить себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности. 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; - формулировать собственное мнение и позицию; - находить свое место в школьной жизни; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем, сверстниками - адекватно анализировать собственные проблемы;
Применять	<ul style="list-style-type: none"> - быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед неудачей; - приобретенную информацию для 	<ul style="list-style-type: none"> - полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для

	анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития	установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;	самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; - через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления
--	--	--	--

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД):

1 класс

Регулятивные УУД:

1. овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
2. извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста,
3. определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя,
4. учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению,
5. строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

1. уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя,
2. учиться исследовать свои качества и свои особенности,
3. учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя,
4. учиться наблюдать, моделировать ситуацию с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

1. учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах,
2. учиться работать в паре и в группе,
3. выполнять различные роли,
4. слушать и понимать речь других ребят,
5. осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

2 класс

Регулятивные УУД:

1. учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников,
2. учиться прогнозировать последствия своих поступков,
3. определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя,
4. учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации,
5. строить речевое высказывание в устной форме.

Познавательные УУД:

1. находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото),
2. делать выводы в результате совместной работы в группе,
3. учиться графически оформлять изучаемый материал,
4. моделировать различные жизненные и учебные ситуации,
5. усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

1. учиться позитивно, проявлять себя в общении,
2. учиться договариваться и приходить к общему решению,

3. учиться понимать эмоции и поступки других людей,
4. овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

1. осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
2. извлекать необходимую информацию из текста,
3. определять и формулировать цель в совместной работе,
4. учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
5. осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,
6. реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми,
7. планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
8. соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

1. планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей,
2. наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять,
3. обогатить представление о собственных возможностях и способностях,
4. учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения,
5. оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости,
6. учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта,
7. находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию,
8. адекватно воспринимать оценку учителя.

Коммуникативные УУД:

1. ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии,
2. учиться контролировать свою речь и поступки,
3. учиться толерантному отношению к другому мнению,
4. учиться самостоятельно решать проблемы в общении,
5. осознавать необходимость признания и уважения прав других людей,
6. формулировать своё собственное мнение и позицию.
7. учиться грамотно, задавать вопросы и участвовать в диалоге.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА
1 КЛАСС**

№ урока	Тема раздела	Кол-во часов	Содержание	Характеристика видов деятельности обучающихся
Я школьник (15 ч.)				
1	Знакомство. Я умею управлять собой	1	<p>Вводная беседа «Что такое психология?»</p> <p>Работа с отрывком из книги Л. Давыдычева «Лелишна из третьего подъезда»</p> <p>Задания: «Умею управлять собой», «Умею выполнять требования взрослых»,</p>	Беседа, слушание, размышление
2	Я умею преодолевать трудности	1	<p>Разминка «Ролевая гимнастика»,</p> <p>Задание «Я умею справляться с трудностями» «Сумей понять» А.Смирнова работа над сказкой</p> <p>Нужно изобразить животное, которое попадет в карточке.</p> <p>Беседа о подвиге адмирала Ушакова, вопросы по теме беседы, обсуждение сказки.</p>	Нужно изобразить животное, которое попадет в карточке.
3	Я умею преодолевать трудности	1		
4	Я умею преодолевать трудности	1		
5	Я умею слушать других	1	<p>Разминка «Ролевая гимнастика»</p> <p>Задание на повторение «Я умею справляться с трудностями», «Слушать и слышать», «Запомни ответ», «Диалог», «Общий рисунок»</p>	<p>Детям предлагается прослушать историю про альпинистов, ответить на вопросы.</p> <p>Работа в паре над заданием</p> <p>Рисунок в паре.</p>
6	Я умею учиться у ошибки	1	<p>Разминка «Противоположности».</p> <p>Работа со сказкой</p>	Детям предлагают изобразить разных животных: большое и маленькое, толстое и тонкое. Затем их просят придумать слова, противоположные

				тем, которые назовет ведущий (<i>короткий, сухой, твердый, большой</i>).
7	Я умею быть Доброжелательным	1	Разминка «Противоположности». Работа со сказкой	Детям предлагают изобразить разных животных: большое и маленькое, толстое и тонкое. Затем их просят придумать слова, противоположные тем, которые назовет ведущий (<i>короткий, сухой, твердый, большой</i>).
8	Я умею быть доброжелательным	1	Выполнение заданий по прочитанному тексту	
9	Я- доброжелательный	1	Разминка «Ролевая гимнастика» Беседа «Зачем нужны качества» Задание «Кому письмо?» Работа со сказкой	Беседа, слушание, размышление
10	Я умею быть ласковым	1	Разминка «Ролевая гимнастика» Работа со сказкой Игра «Ласковый взгляд», «Прикосновения», «Ласковые слова и интонация»	Беседа, слушание, размышление Дети учатся быть в роли эксперта, учатся оценивать и различать различные зрительные и тактильные контакты
11	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе другими	1	Разминка «Ролевая гимнастика» Работа со сказкой Групповая работа «Нарисуй страну»	Дети по очереди изображают различных животных. По заданию ведущего они могут быть злыми или добрыми. Выполняя работу над рисунком, дети должны договориться о том, что будет расположено между их странами (поля, леса, горы, реки) и вместе рисовать
12	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе другими	1		
13	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого	1	Разминка «Ролевая гимнастика» Работа со сказкой «Кто умеет слышать мнение другого» «Оружие для защиты»	Дети по очереди изображают различных животных. Отвечают на вопросы по тексту сказки. Умение по записанному разговору определить лидерство одного из ребят

14	Я учусь решать конфликты	1	Разминка «Ролевая гимнастика» Работа со сказкой «Это конфликт?» «Придумай конфликт» «Инсценирование конфликта»	Дети по очереди изображают различных животных. Отвечают на вопросы по тексту сказки. Умение различить конфликт, найти правильный выход из конфликтной ситуации
15	Я умею разрешать конфликты	1	Разминка «Почему подрались дети?», «Испугаем по-разному» Работа со сказкой «Инсценируем конфликт», «Конфликт»	Дети по очереди изображают различных животных. Отвечают на вопросы по тексту сказки. Умение различить конфликт, найти правильный выход из конфликтной ситуации
Мои чувства (19 ч.)				
16	Радость. Что такое мимика.	1	Разминка «Зайчик испугался - зайчик рассмеялся», игра «Закончи предложение», занятие «Зоопарк», рисунок «Рисунок радости»	Психологическая зарядка с чередованием эмоционального состояния. Беседа. Перевоплощение.
17	Радость. Что такое мимика.		Игра «Раз, два, три, позу за мной повтори»	
18	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1	Разминка «Угадай, где я иду» Беседа «Как доставить радость другому человеку» Упражнение «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова»	Дети имитируют ходьбу по разным поверхностям, остальные должны отгадать. Беседа, высказывание предположений по теме.
19	Жесты.	1	Разминка «Угадай, где я иду?», «Превратись в животное», кричалка «Я очень хороший!»	Дети имитируют ходьбу по разным поверхностям, остальные должны отгадать. Изображают различных животных. Учащиеся учатся передавать информацию с помощью жестов, а также различать ее. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
20	Жесты.	1	Упражнение «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение», «Объясни задание» Работа со сказкой «Когда молочные зубы сменились постоянными» Е. Фатеева, вопросы по тексту для обсуждения	

21	Радость можно передать прикосновением.	1	Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота» Упражнение «Радость можно передать прикосновением», «Котенок»	Тактильная игра, угадывание качества. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
22	Радость можно подарить взглядом.	1	Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу» Е. Катинская, вопросы по тексту для обсуждения	
23	Грусть.	1	Разминка «Покажи профессию», «Скажи да или нет» Упражнение «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок загрустил» Работа со сказкой «Сказка про котенка Ваську» К. Ступницкая, вопросы по тексту для обсуждения	Показать профессию, угадать ее. Дети заканчивают предложения начатые учителем. Играют роль грустного котенка по очереди. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
24	Страх.	1	Разминка «Дотроньтесь до...» Упражнение «Мысленная картинка», «Покажи страшилку» «Конкурс пугалок» «Чужие рисунки», «Закончи предложение»	Учиться мысленно представлять картину страха, уметь описывать ее группе. Дети рисуют свой страх, обсуждение рисунков. Учатся методам борьбы со страхом Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
25	Страх, его относительность.	1	Конкурс детского рисунка «Нарисуй свой страх»	
26	Как справиться со страхом.	1	Работа со сказкой «Девочка с мышкой» Е. Зубарева,	
27	Как справиться со страхом.	1	«Темноландия» Р. Масленикова, «Мы просто очень боялись за вас», вопросы по тексту для обсуждения	
28	Страх и как его преодолеть.	1	Разминка «Художники», «Попугай», «Покажи дневник маме» Работа со сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся и потому дрался», «Как ромашки с васильками поссорились» Е.	
29	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1		Рисунки разных чувств (Гнев, радость, страх, печаль) Дети представляют себя в ролях «мама», «ученик», без слов выражают свои чувства на оценку, остальные отгадывают.

			Вишнева, вопросы по тексту для обсуждения	Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
30	Может ли гнев принести пользу?	1	Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились – одумались», «Поссорились - помирились», Упражнение «Закончи предложение» Работа со сказкой «О путнике и его беде» С. Кондратенков, вопросы по тексту для обсуждения	Превращение руки-приветствия, поданную с гневом и добром, по сигналу ведущего тела детей на слове «разозлились»- напрягаются, на слове «одумались»- расслабляются и улыбаются. Учащиеся заканчивают фразы учителя. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
31	Обида.	1	Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет!», «Весеннее настроение» Упражнение «Закончи предложение», «Какая у меня обида», «Напрасная обида» Работа со сказкой «Обида» Е. Карабашева, вопросы по тексту для обсуждения	В цепочке по кругу, по команде ведущего ребята изображают подушечками пальцев по спине, впереди стоящего, различные чувства. Придумать руками фигуру, соответствующую весеннему настроению. Выполнение задания в рабочей тетради. Работа со сказкой, слушание, анализ, ответы на вопросы
32	Разные чувства.	1	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Волны»	Фразу «Я иду гулять» дети выражают при помощи разных чувств. Дети представляют себя в ролях «мама», «ученик», без слов выражают свои чувства на оценку, остальные отгадывают. Дети «замирают» в разные фигуры-чувства, остальные должны отгадать.
33	Разные чувства	1	Упражнение «Закончи предложение», «Ожившее чувство», «Рисунок чувств»	
34	Итоговое.	1	Психологический портрет. Конкурс, игры	Заключительное занятие обобщает все знания и навыки детей, полученные в течении года, понравившиеся игры, изученные в течении года, конкурсы, КВН.

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА
2 КЛАСС**

№ урока	Тема раздела	Кол-во часов	Содержание	Характеристика видов деятельности обучающихся
Вспомним чувства (6 ч.)				
1	Мы рады встрече	1	Разминка «Мячик». Упражнение «Вспомним чувства», «Чувства-воспоминания», «Рисунок радости».	Дети бросают друг другу мячик со словами «Я рад снова тебя видеть (называют имя)». Дети называют чувства и передают их с помощью мимики. Дети вспоминают свои каникулы и рисуют сценки из школьной жизни, вызвавшие наибольшую радость.
2	Понимаем чувства другого	1	Разминка «Мячик», «Лишнее слово».	Дети бросают друг другу мячик со словами: «Летом я научился(добавляют свои умения)». На доске написаны слова: «радость», «глупость», «злость», «печаль». Детям нужно найти лишнее слово. Сочинить рассказ, герой которого в начале, в середине и в конце истории испытывали бы те же чувства, которые представлены на доске.
3	Понимаем чувства другого	1	Упражнения «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	
4	Мы испытываем разные чувства	1	Разминка «Мячик», «Лишнее слово».	Дети бросают друг другу мячик со словами: «Летом мне нравилось (добавляют свои воспоминания)». Дети совместно составляют режим дня. Выполнение задания в рабочей тетради. Детям необходимо изобразить чувство на листе бумаги с помощью пластилина. Работа со сказкой, слушание, анализ,
5	Мы испытываем разные чувства	1	Упражнения «Режим дня», «Рисуем режим».	
6	Мы испытываем разные чувства	1	Упражнение «Пластилиновое чувство», «Палитра чувств».	

				ответы на вопросы.
Чем люди отличаются друг от друга?(16 ч.)				
7	Люди отличаются друг от друга своими качествами	1	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец».	Дети передают друг другу фигурку животного, называя при этом хорошие качества людей.
8	Люди отличаются друг от друга своими качествами	1	Упражнения «Качества», «В чем твоя сила?», «Сердце класса», «Чьи качества?»	Выполнение задания в рабочей тетради. Работа со сказкой, слушание, анализ, ответы на вопросы. Рисунок по сказке.
9	Хорошие качества людей	1	Разминка «Какие качества задуманы»	Детям нужно догадаться, какие качества задумал ведущий по первому слогу.
10	Хорошие качества людей	1	Упражнения «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок».	Порассуждать, какого человека можно считать отзывчивым. Работа в печатной тетради. Работа со сказкой.
11	Самое важное хорошее качество	1	Разминка «Найди лишнее слово», «Качества шепотом». Упражнения «Сборы в дорогу», «Кто любит людей», «Поделимся любовью».	Угадать качества который ведущий называет шепотом. Упражнения в рабочей тетради. Работа со сказкой.
12	Кто такой сердечный человек?	1	Разминка «Найди лишнее слово», «Отгадай качество». Упражнения «догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств», «Мягкое сердце».	Дети по очереди загадывают то или иное качество, произнося вслух первые два звука. Остальные должны отгадать. Работа со сказкой. Выполнение задания в рабочей тетради.
13	Кто такой доброжелательный человек?	1	Разминка «Найди лишнее слово», «Какое слово не подходит». Упражнения «Волшебные слова».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке).
14	Трудно ли быть доброжелательным человеком	1	Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке).
15	Трудно ли быть доброжелательным человеком	1	Упражнения «Я бы хотел стать более...», «Золотой ключик».	Выполнение заданий в рабочей тетради.

				тетради.
16	«Я желаю добра ребятам в классе»	1	Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Упражнения «Как ведет себя человек», «Я желаю добра».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
17	Чистое сердце	1	Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Упражнение «Чистое сердце». Сказка про гусеничку.	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
18	Какие качества нам нравятся друг в друге	1	Разминка «Зеленый крокодил в синей шляпе». Упражнение «Снежная королева». Сказка «Кузя».	Выполнение упражнения, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
19	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся	1	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке).
20	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся	1	Упражнения «Ладوشка», «Мы похожи – мы отличаемся». Сказка «Туча».	Выполнение заданий в рабочей тетради.
21	Каждый человек уникален	1	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал».	Выполнение упражнений. Один из учеников выходит к доске и отворачивается. Ребята по очереди зовут его, изменив голо. Водящему необходимо угадать, кто его позвал.
22	Каждый человек уникален	1	Упражнение «Звездочка». Сказка «Цветок по имени Незабудка».	Работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
Какой Я – Какой Ты? (12 ч.)				
23	Какой Я?	1	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и
24	Какой Я?	1		

			загадка», «Птичий двор». Упражнения «Светофорики», «Чьи ладошки». Сказка «Перчатка». Сказка про дружбу.	выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
25	Какой Ты? Учимся договариваться	1	Разминка «Закончи предложения», «Психологическая загадка», «Найди игрушку». Упражнение «Цыганка», «Зяц – Хваста», «Топните те, кто...», «Какого цвет твои глаза?», «Интервью», «Прослушивание интервью».	Выполнение упражнений. Ребята берут интервью друг у друга и записывают на диктофон, затем прослушивают записи. Работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
26	Какой Ты? Учимся договариваться	1		
27	Трудности в школе, дома, на улице	1	Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели». Упражнения «Копилка трудностей», «Театр». Рисунок «Трудные ситуации второклассника».	Выполнение упражнений. Работа с рисунком. Листы бумаги расчерчиваются на четыре части. Ребята представляют себя иллюстраторами детских книг и выполняют четыре маленьких рисунка к четырем у, которые возникают у них в школе.
28	Трудности в школе, дома, на улице	1		
29	Школьные трудности	1	Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два – четыре», «Изобрази ситуацию». Упражнения «Помоги Сереже». Сказка «В одном лесу жила-была...». Сказка «Про львенка Пашу».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
30	Школьные трудности	1		
31	Школьные трудности	1		
32	Домашние трудности	1	Разминка «Изобрази предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка...». Сказка о муравьишке. Упражнение «Золотая рыбка».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
33	Домашние трудности	1		
34	Итоговое занятие	1	Фестиваль игр.	Заключительное занятие обобщает все знания и навыки детей, полученные в течении года.

				Дети вспоминают самые интересные из проведенных в течение года игр и играют в них, привлекая учеников других классов, учителей и родителей.
--	--	--	--	---

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА
3 КЛАСС**

№ урока	Тема раздела	Кол-во часов	Содержание	Характеристика видов деятельности обучающихся
1	Я – третьеклассник	1	Разминка «Я соскучился по...», «Летние сценки», «Закончи предложение », «Я – третьеклассник». Упражнение «Что интересно третьекласснику?», «Если б не было на свете школ», «Рисунок идеальной школы»	Беседа о летнем отдыхе. Дети разыгрывают сценки без слов, заканчивают предложение, повторяют фразу «Я- третьеклассник» с разной интонацией, беседа, предположение разных ситуаций по теме, рисунок
2	Я – третьеклассник	1		
3	Кого можно назвать фантазером?	1	Разминка «Ведущий тоже соскучился», «Кто как отдыхает?», «Кто это?» Беседа по рассказу Н. Носова «Фантазеры» Работа со сказкой «Цветик-семицветик» О. Васильева, «Волшебный матрасик» В. Оклендер, вопросы для обсуждения по тексту	Беседа, разыгрывают ситуацию из летних каникул без слов, повторяют фразу «Я- третьеклассник» с разной интонацией. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
4	Я умею фантазировать	1	Разминка «Мысленные картинки», «Домашние занятия», «Какое чувство ты испытываешь?» Упражнение «Волшебный компот», «Царевна Несмеяна» Работа со сказкой «Волшебный матрасик» В. Оклендер, вопросы для обсуждения по тексту	Рисуют под музыку навеянные в воображении картинки, образы, делятся с группой, учатся мимикой выражать различные чувства, беседа. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
5	Я умею фантазировать	1		
6	Мои сны	1	Разминка «Мысленные картинки», «небылицы», «На что похож этот звук?» Упражнение «Самый интересный сон», «рисунок сна»	Рисуют под музыку навеянные в воображении картинки, образы, делятся с группой, ассоциируют музыкальный звук с чем –либо, слушают сны друг-друга, рисуют самый увлекательный и

				интересный сон.
7	Я умею сочинять	1	Разминка «Мысленные картинки», «небылицы», «На что похож этот звук?», «Свечка» Работа над стихотворением Г. Остера «Вредные советы» Рисунок «Вредные советы»	Рисуют под музыку навеянные в воображении картинки, образы, делятся с группой, ассоциируют музыкальный звук с чем –либо, делятся мыслями в кругу, смотря на огонь. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
8	Мои мечты	1	Разминка «Мысленные картинки», «ассоциации», «На что похож этот звук?», «запахи» Работа со сказкой «Сказка о голубой мечте» А. Кононова Рисунок «Моя мечта»	Рисуют под музыку навеянные в воображении картинки, образы, делятся с группой, ассоциируют музыкальный звук с чем – либо, придумывают ассоциации. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы. Рисунок по теме с комментированием.
9	Фантазия и ложь	1	Разминка «Мысленные картинки», «запах», «Кто соврал?» Работа со сказкой «Лживый мальчик» Ю. Щербинина, вопросы для обсуждения по тексту	Рисуют под музыку навеянные в воображении картинки, образы, делятся с группой, вдыхая различные запахи, фиксируют вызванные ассоциации. Отвечают на вопросы учителя однозначными ответами «да», «нет». Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
10	Я и моя школа	1	Разминка «Родители, учителя и ученики», «Что делает ученик?», «Мешок хороших качеств» Задание «Неоконченные предложения», «Школа на планете «Наоборот»	Работа по карточкам с фразами, ученик должен представить себя в 3 ролях, беседа о распорядке дня и об обязанностях учеников в школе. Дописывают в тетрадях неоконченные фразы по шаблону. Фантазируют и рисуют по своему представлению свою школу в стране «Наоборот».
11	Я и моя школа	1	Разминка «Родители, учителя и ученики», «Что делает учитель?», «Мешок хороших качеств».	Работа по карточкам с фразами, ученик должен представить себя в 3 ролях, беседа о роли учителя в классе, о его
12	Что такое лень?	1	Разминка «Родители, учителя и ученики», «Что делает учитель?», «Мешок хороших качеств».	Работа по карточкам с фразами, ученик должен представить себя в 3 ролях, беседа о роли учителя в классе, о его

			Работа со сказкой «О ленивой звездочке» В. Максюта, вопросы для обсуждения по тексту	рабочем дне, занятости. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы	
13	Я и мой учитель	1	Разминка «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Я – тетрадь»	Ребенок выступает в роли учителя и проводит родительское собрание, составить монолог от лица предмета (школьные принадлежности)	
14	Я и мой учитель	1	Работа со сказкой «О девочке и строгой учительнице», «О мальчике Вале», вопросы для обсуждения по тексту	Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы, рисунок	
15	Как справляться «немогучками»	с	1	Разминка «В маске», «Передай чувство... ногами», «Радиоинтервью»	Ученик в маске демонстрирует группе ученика с различными чувствами и эмоциями, передать любое чувство партнеру в кругу, при помощи прикосновения ног, дети представляют, что в школу приехал известный корреспондент, которому нужно рассказать о своей школе, учителе, классе.
16	Как справляться «немогучками»	с	1	Беседа «Что такое «немогучки?» Работа со сказкой «Малыш – Облачко» К. Суворов, вопросы для обсуждения по тексту	Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
17	Я и мои родители	1	Разминка «Сонное дыхание», «Сказочные герои»	Дети закрывают глаза, имитируя сон, уставших после работы людей, слушая дыхание. Беседа о любимых сказочных героях, вход в его образ и рассказ от его имени для группы.	
18	Я и мои родители	1	Упражнение «Неоконченное предложение» Рисунок «Семья»	Рисунок семьи, представив всех домочадцев какими-либо животными. Попросить о рисунке родителей и сравнить отличия. Важно чтобы их было минимум.	
19	Я умею просить прощения	1	Разминка «Изобрази предмет», «Чувства», «Маски»	Пластически изобразить предмет домашней утвари, остальные угадывают его, соотношение чувств и	
20	Я умею просить прощения	1	Упражнение «Не буду просить		

			прощения!» Работа со сказкой «Принц Эдгар» М. Доброневский	домашних занятий, из салфеток дети вырезают маски с различными чувствами. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
21	Почему родители наказывают детей?	1	Разминка «Изобрази предмет», «Занятия мамы», «Я сделал дело хорошо» Упражнение «Неоконченные предложения», работа со сказкой «Простить маму» А. Шмидт, рисунок «Портрет мамы»	Пластически изобразить предмет домашней утвари, остальные угадывают его, соотносить занятие мамы с чувством ребенка, бросая мяч, ребенок называет дело, с которым он справился дома. Беседа по теме урока, предлагается закончить предложения, начатые учителем. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
22	Настоящий друг	1	Разминка «Кто сказал спасибо?», «Я сделал дело хорошо», «Кто есть кто?» Упражнение «Неоконченные предложения», «Качества настоящего друга» Работа со сказкой «Неожиданная встреча» Е. Андреева, вопросы для обсуждения по тексту	Упражнение на внимание, бросая мяч, ребенок называет дело, с которым он справился дома или в школе за последнюю неделю, раздаются карточки с ролями (семья), каждый изображает получившую роль, в сценке. Наделить определение «настоящий друг» необходимыми и важными качествами. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
23	Умею ли я дружить?	1	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал прости?», «Одинаковые скульптуры»	Найти ассоциации-сравнения для названных чувств, работа в паре один принимает позу скульптуры, второй должен в точности повторить, беседа по теме занятия.
24	Умею ли я дружить?	1	Беседа «Нужно ли уметь дружить?» Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу» А. Завалишина, вопросы для обсуждения по тексту	Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы

25	Трудности в отношении с друзьями	1	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал мяу?», «Одинаковые скульптуры» Беседа «Об Алеше» Работа со сказкой «О Спиногрызкине» Т. Маркина, вопросы для обсуждения по тексту	Найти ассоциации-сравнения для названных чувств, работа в паре один принимает позу скульптуры, второй должен в точности повторить, беседа по теме занятия. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
26	Трудности в отношении с друзьями	1	Разминка «Чувства и ассоциации», «Изобрази ситуацию» Беседа «Какие чувства возникают во время ссоры или драки?», «Я знаю одного мальчика»	Найти ассоциации-сравнения для названных чувств, дети получают карточки с конфликтными ситуациями, каждый без слов изображает доставшуюся ему. Беседа по теме, обсуждение ситуаций
27	Ссора и драка	1	Разминка «Я сегодня обрадовался встрече с...», «Спасибо тебе за...», «Кто лишний?» Беседа «Что такое сотрудничество?» Работа со сказкой «Добрая память» Р. Руднев	Занятие начинаем со слов «Я сегодня обрадовался встрече с...», вставляя имена одноклассников. Беседа, раздаются карточки с изображением животного, нужно найти лишнего. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
28	Что такое сотрудничество?	1	Разминка «Передай чувство», «Извини меня...», «Кто лишний?» Беседа «Что значит понимать другого?» Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе» О. Юхман	С помощью мимики передать загаданное чувство соседу, беседа о важности извинения перед человеком, раздаются карточки с изображением животного, нужно найти лишнего. Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
29	Я умею понимать другого	1	Разминка «Передай чувство», «Собери картинку» Упражнение «Я умею договариваться» Работа со сказкой «Чтобы тебя любили» Н. Орешкина	С помощью мимики передать загаданное чувство соседу, работа по карточкам. Задание в группах, умение договориться и выполнить каждому свою отведенную роль.
30	Я умею договариваться с людьми	1		

				Работа со сказкой, слушание, анализирование, ответы на вопросы
31	Мы умеем действовать сообща	1	Разминка «Передай чувство», «Собери картинку» Упражнения «Найди себе пару», «Мы вместе» Рисунок «Мой класс»	С помощью мимики передать загаданное чувство соседу, работа по карточкам. Групповая работа по команде ведущего Рисунок с обсуждением
32	Что такое коллективная работа?	1	Разминка «Молекулы», «Найди себе пару»	Игровая форма работы, пластически изобразить животное, в кругу коллективное пожелание
33	Что такое коллективная работа?	1	Упражнение «Что мы хотим пожелать друг другу» «Коллективный плакат»	Групповая работа
34	Итоговое	1	Обобщение знаний, умений и навыков по всему изученному курсу Повторение игр, упражнений	Обобщение, анализирование, подведение итогов по изученному курсу

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА
4 КЛАСС**

№ урока	Тема раздела	Кол-во часов	Содержание	Характеристика видов деятельности обучающихся
Кто я? Мои особенности и возможности(10 ч)				
1	Мое лето	1	Разминка «Интервью», «Летом». Упражнения «Как меняется человек», «Позитивные и негативные изменения». Сказкой «Митькина жизнь».	Ребята отвечают на вопросы на тему «Лето». Выполнение упражнений. Выполнение заданий в печатной тетради. Работа со сказкой.
2	Кто Я?	1	Разминка «Как провел лето», «Летом я научился...». Упражнение «Роли». Сказка «Федунчик», «О Маше и ее человечках».	Детям раздаются карточки с изображенными на них ролями(профессиями). Дети без слов должны их изобразить. Выполнение заданий в печатной тетради. Работа со сказками.
3	Какой я- большой или маленький?	1	Разминка «Взрослое имя», «Сумка». Упражнение «Детские качества». Сказка «Про Ваню, который вырос».	Ребята подбрасывают в воздух и ловят мяч. Пока летит мяч, они должны успеть назвать свое имя и фамилию. Выполнение заданий в печатной тетради. Работа со сказками.
4	Мои способности	1	Разминка «Способности моих друзей», «Мои способности». Упражнения «Что такое способности?», «Мой любимый герой». «Сказка о скрипке».	Ребятам предлагается вспомнить своего любимого литературного героя и описать его способности. Выполнение упражнений. Выполнение заданий в печатной тетради. Дети слушают, рисуют и анализируют сказку.
5	Мой выбор, мой путь к успеху	1	Разминка «Один, два, интерес»,	Детям предлагается разбиться на

			«Отгадай, кто Я?» Упражнения «Подарок», «Дискуссия», «Плакат».	группы по интересам и нарисовать плакат(или сделать коллаж), который отразит их содержание и заставит окружающих проявить внимание к их интересам.
6	Мой внутренний мир и мои друзья	1	Разминка «Способности моих родителей». «Кого загадал ведущий?», «Отгадай, кто Я?». Упражнения: «Выбор пути», «Рисунок «Мои способности в будущем».	Ведущий называет способности детей, не называя имен. Дети должны догадаться, чьи это способности. После выполнения упражнений и общего обсуждения, ребята должны нарисовать рисунок на тему «Мои способности в будущем».
7	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1	Разминка «Не выходя из комнаты», «Радиопередача». Упражнения «Чужие рассказы», «Маленький принц».	Ведущий заводит с детьми беседу о том, что часто человек перестает радоваться жизни, потому что не способен замечать красивое и удивительное вокруг себя. Работа с упражнениями, общее обсуждение. Беседа о сказке «Маленький принц». Рисунки на тему «Моя планета».
8	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1		
9	Мои интересы	1	Разминка «Рассмотри подумай», «Не выходя из комнаты». Упражнения «Маленькая страна». Работа со сказкой.	Выполнение упражнения, выполнение заданий в печатной тетради. Работа со сказкой.
10	Что значит верить?	1	Разминка «Рассмотри подумай», «Радиопередача». Упражнения «Чужие рассказы». Работа со сказкой.	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
Я расту, я изменяюсь(5 ч)				
11	Мое детство, мои друзья.	1	Разминка «Кто это», «Чьи руки».	Групповая и индивидуальная работа
12	Мое детство, мои друзья.	1	Упражнения: «Что такое симпатия», «Симпатия и дружба», « Улыбка и взгляд»	Работа в печатной тетради. Выполнение рисунка на заданную тему.

			Работа со сказкой.	
13	Мои одноклассники	1	Разминка «За что я люблю?», «Коллективный компьютер».	Ребятам предлагается представить себя клавишами компьютера, когда ведущий произносит соответствующие буквы, дети должны их поднять.
14	Мои одноклассники	1	Упражнения «Портрет класса», «Что я вношу в свой класс?». Сказка «Я умею жалеть».	Ведущий прикрепляет к доске лист ватмана и предлагает составить общий «портрет класса». Работа в печатной тетради. Работа со сказкой.
15	Конфликты в классе	1	Разминка «Улыбнись, как...», «В ресторане». Упражнения «Признаки начала конфликта», Как быть, если...». Сказка «Мишкино горе».	Ребятам рассказывается о способах избежания конфликта. Предлагается обсудить и составить список признаков начала конфликта. Также, в процессе совместного обсуждения ребята составляют «план» по успешному выходу из конфликта. Работа со сказкой, выполнение рисунка. Выполнение задания в печатной тетради.
Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?(5 ч)				
16	Мое настоящее и будущее	1	Разминка «Вместе хором», «Рисование в слепую»,	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке).
17	Мое настоящее и будущее	1	Упражнения «Взрослое имя», «Я в будущем», «Хочу в будущем - делаю сейчас». Разминка «Разведчик», «Стена». Упражнения «Дискуссия», «Погода в доме», «Девиз дома».	Выполнение заданий в рабочей тетради.
18	Хочу вырасти здоровым человеком!	1	Разминка «Рассмотри подумай», «Не выходя из комнаты». Упражнения «Маленькая страна». Работа со сказкой.	Групповая и индивидуальная работа Работа в печатной тетради. Выполнение рисунка на заданную тему.

19	Моя будущая профессия	1	Разминка «Изобрази профессию», «Земля, вода, воздух». Упражнение «Дискуссия», «Профессии сотрудников школы».	Участники по очереди загадывают определенную профессию, затем изображают ее классу. Остальные пытаются угадать. Выполнение упражнений, работа в группах. Выполнение заданий в рабочей тетради.
20	Мое ближайшее будущее 5 класс	1	Разминка «Как наблюдательнее?», «Рукопожатие». Содержание «Готовность к переходу в 5 класс», «Если бы я был сейчас первоклассником», «Спасибо».	С ребятами обсуждается вопрос «Что значит быть готовыми к переходу в пятый класс?». Ребята подводятся к выводу, что главное – это самостоятельность в быту и на уроке. Ребятам предлагается подумать, если бы они оказались в первом классе, каких ошибок не повторяли бы, а что, наоборот, делали бы также. Выполнение упражнений. Выполнение заданий в рабочей тетради.
Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?(5 ч)				
21	Кто такой интеллигентный человек?	1	Разминка «Антонимы», «Улыбнись, как...», «В ресторане». Упражнения «Кто такой интеллигентный человек». Работа со сказкой «Я иду к своей звезде»	Ребятам предлагается разыграть сценку «В ресторане». Исходя из этого, составить свод правил интеллигентного человека. Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
22	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	Разминка «Антонимы», «Поприветствуй меня, как...», «Если ты корабль...». Упражнения «Кто может стать интеллигентным человеком».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
23	Хочу вырасти интеллигентным человеком	1	Работа со сказкой «Жила-была одна	

			девочка»	
24	Что такое идеальное Я?	1	Разминка «Антонимы», «Произнести фразу», «Поприветствуй меня, как...», «Если ты водоем...».	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
25	Что такое идеальное Я?	1	Упражнения «Идеальное Я». Работа со сказкой «Я умею жалеть»	
Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?(9 ч)				
26	Кто такой свободный человек?	1	Разминка «Скажи так, чтоб тебе поверили», «Взгляд», «Я психологом родился». Работа со сказкой «О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе»	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
27	Права и обязанности школьника	1	Разминка «Синонимы», «Произнеси фразу по-разному», «Поприветствуй меня, как...», «Если вы источник света...». Упражнения: «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею»	Ребята предлагается порассуждать о правах и обязанностях школьника. Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
28	Права и обязанности школьника	1		
29	Что такое «право на уважение»?	1	Разминка «Толковый словарь», «Поприветствуй меня, как...». Упражнения: «Закончи рассказы», «Любимая игра»	Ребятам предлагается закончить рассказы, подготовленные заранее учителем. Вспомнить любимые игры. Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
30	Права и обязанности	1	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Я - учитель». Упражнения: «Пять главных прав», «Билль о правах».	Сформулировать список «Пять главных прав». Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
31	Нарушение прав других людей	1	Разминка «Толковый словарь»,	Выполнение упражнений, работа со

	может привести к конфликтам		«Придумай реплику», «Прищепка». Упражнения: «Нарушение прав». Работа со сказкой «Друг Великана»	сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
32	Как разрешать конфликты мирным путем?	1	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Передай чувство спиной». Упражнения: «Разыграй конфликт». Работа со сказкой «Лети вверх, Соня»	Выполнение упражнений, работа со сказкой (дети слушают обсуждают и выполняют рисунок к сказке). Выполнение заданий в рабочей тетради.
33	Как разрешать конфликты мирным путем?	1		
34	Итоговое занятие	1	Игра «Ключи от форта Боярд».	Обобщение, анализирование, подведение итогов по изученному курсу

Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Тема, цель	Занятия (тема).	Кол-во часов		
1	Я – школьник. (15 часов) Цели: - содействовать осознанию позиции школьника; - способствовать формированию дружеских отношений в классе; - развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.	1 Знакомство. Я умею управлять собой.	1		
		2-3. Я умею преодолевать трудности	2		
		4. Я умею слушать других.	1		
		5. Я умею учиться у ошибки.	1		
		6-7 Я умею быть доброжелательным.	2		
		8. Я доброжелательный.	1		
		9.Я умею быть ласковым.	1		
		10-11. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими.	2		
		12.Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.	1		
		13-14.Я учусь решать конфликты	2		
		15.Я умею решать конфликты	1		
		2.	Мои чувства. (19 часов) Цели: - рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева; -обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей; - помочь детям осознать относительность оценки чувств; - способствовать снижению уровня страхов.	16-17. Радость. Что такое мимика.	2
				18. Радость. Как ее доставить другому человеку.	1
				19-20. Жесты.	2
				21. Радость можно передать прикосновением.	1
22. Радость можно подарить взглядом.	1				
23. Грусть.	1				
24. Страх.	1				
25. Страх, его относительность.	1				
26-27 Как справиться со страхом.	2				
28. Страх и как его преодолеть.	1				
29.Гнев. С какими чувствами он дружит?	1				
30. Может ли гнев принести пользу?	1				
31. Обида.	1				
32-33. Разные чувства.	2				
34. Итоговое.	1				
Итого			34 часа		

Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Тема (цели)	Занятие (тема)	Кол-во часов
1	Вспомним чувства. (6 часов) Цель- актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.	1 Мы рады встрече.	1
		2-3. Понимаем чувства другого.	2
		4-6. Мы испытываем разные чувства.	3
2	Чем люди отличаются друг от друга? (16 часов) Цели: -ознакомить детей с понятием «качества людей», -помочь исследовать свои качества, изучить свои особенности	7-8. Люди отличаются друг от друга своими качествами.	2
		9-10. Хорошие качества людей.	2
		11 Самое важное хорошее качество.	1
		12. Кто такой сердечный человек.	1
		13. Кто такой доброжелательный человек	1
		14-15.Трудно ли быть доброжелательным человеком.	2
		16. «Я желаю добра ребятам в классе»	1
		17. Чистое сердце.	1
		18. Какие качества нам нравятся друг в друге.	1
		19-20. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	2
		21-22. Каждый человек уникален	2
3	Какой Я – Какой Ты? (12 часов) Цели: - помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств; - учить детей находить положительные качества во всех людях.	23-24. Какой Я?	2
		25-26. Какой Ты? Учимся договариваться.	2
		27-28. Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	2
		29-31. Школьные трудности.	3
		32-33. Домашние трудности.	2
		34. Итоговое занятие.	1
Итого			34 часа

Тематическое планирование 3 класс

№ п/п	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1	Я- фантазер. (9 часов) Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать творческие способности детей	1-2. Я-третьеклассник.	2
		3. Кого можно назвать фантазером?	1
		4-5 Я умею фантазировать!	2
		6. Мои сны	1
		7. Я умею сочинять!	1
		8. Мои мечты	1
		9. Фантазии и ложь	1
2	Я и моя школа. (7 часов) Цели: - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть.	10-11 Я и моя школа.	2
		12 Что такое лень?	1
		13-14 Я и мой учитель	2
		15-16. Как справиться с «Немогучками»	2
3	Я и мои родители. (5 часов) Цели: - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.	17-18. Я и мои родители.	2
		19-20. Я умею просить прощения.	2
		21. Почему родители наказывают детей?	1
4	Я и мои друзья. (6 часов) Цели: - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.	22. Настоящий друг.	1
		23-24 Умею ли я дружить?	2
		25-26. Трудности в отношении с друзьями.	2
		27. Ссора и драка.	1
5	Что такое сотрудничество? (7 часов) Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».	28. Что такое сотрудничество?	1
		29. Я умею понимать другого	1
		30. Я умею договариваться с людьми.	1
		31. Мы умеем действовать сообща.	1
		32-33. Что такое коллективная работа?	2
		34. Итоговое занятие.	1
Итого			34 часа

Тематическое планирование 4 класс

№ п/п	Тема (цели)	Занятие (тема)	Кол-во часов
1	Кто Я? Мои силы, мои возможности. (10 часов) Цели: - помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; - помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость.	1. Мое лето.	1
		2. Кто Я?	1
		3. Какой я- большой или маленький?	1
		4. Мои способности	1
		5. Мой выбор, мой путь к успеху	1
		6. Мой внутренний мир и мои друзья	1
		7-8. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	2
		9 Мои интересы	1
		10. Что значит верить?	1
		2	Я расту, я изменяюсь (5 часов) Цели: - помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения; - помочь детям научиться планировать цели и пути само изменения.
13-14. Мои одноклассники	2		
15. Конфликты в классе	1		
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (5 часов) Цели: - дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего; - Помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем; - ввести понятие «Жизненный выбор»	16-17. Мое настоящее и будущее.	2
		18. Хочу вырасти здоровым человеком!	1
		19. Моя будущая профессия	1
		20. Мое ближайшее будущее 5 класс	1
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (5 часов) Цель – помочь детям осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.	21. Кто такой интеллигентный человек?	1
		22-23. Хочу вырасти интеллигентным человеком.	2
		24-25. Что такое идеальное Я?	2

5	<p>Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 часов)</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - помочь детям осознать личную свободу и свободу другого; - помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей; - помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей. 	26. Кто такой свободный человек?	1
		27-28. Права и обязанности школьника	2
		29. Что такое «право на уважение»?	1
		30. Права и обязанности.	1
		31. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	1
		32-33. Как разрешать конфликты мирным путем?	2
	34. Итоговое занятие.	1	
Итого			34 часа

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Обязательные источники информации для обучающихся

1. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2018г
2. Хухлаева О.В. Рабочая тетрадь школьника 1-4 класс. М.: Генезис, 2017г.

Учебно-методическая литература

3. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
4. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2018г
5. Хухлаева О.В. Рабочая тетрадь школьника 1-4 класс. М.: Генезис, 2017г.
6. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
7. М.Ш.Кипнис Большая книга лучших игр и упражнений для любого тренинга. М.:»Издательство АСТ», 2019
8. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.
9. Н.В.Самоукина. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.-Ярославль:Академия развития, 2004.
10. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.

Учебно-лабораторное оборудование в соответствии с паспортом кабинета.

