

Приложение к основной образовательной программе
Начального/основного/среднего общего образования
(приказ №647 от 31.08.2023г.)

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки ХМАО-Югры

Департамент образования администрации Сургутского района

МБОУ "Федоровская СОШ № 5"

РАССМОТРЕНО

Протокол заседания МО

От 31.08.2023г. №1

Руководитель МО



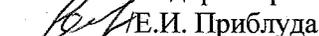
СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания

методического совета от

31.08.2023г. №1

Заместитель директора

 Е.И. Приблуда

УТВЕРЖДЕНО

Приказом от 31.08.2023г. № 647

Директор школы

 Т.В. Артюшенко/



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА по внеурочной деятельности

По курсу: «Тропинка к своему Я»

Количество часов: 34

Уровень: **начальное общее**

Разработчик: Конищева Ольга Сергеевна, педагог-психолог

ФИО, должность

Программа разработана на основе Программа формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» 1-4 классы кандидата психологических наук О.В. Хухлаевой, Москва, 2001.

(указать примерную или авторскую программу/программы, издательство, год издания при наличии)

На 2023-2024 учебный год

г.п. Федоровский

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
Отличительные особенности программы.....	4
Прогнозируемые результаты.....	6
Содержание курса.....	7
Ресурсное обеспечение реализации Программы.....	33
Ожидаемые результаты.....	34
Учебно – методическое обеспечение.....	36

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования второго поколения (приказ Минобрнауки России от 05.10.2009 №373, с изменениями и дополнениями), со статьей 28 «Компетенция, права, обязанности и ответственность образовательной организации» закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями), Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014г. №253 "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования" (с изменениями и дополнениями); с СанПиН 2.4.2.2821-10, утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (с изменениями и дополнениями); планируемыми результатами начального общего образования, основной образовательной программы школы; Положением «О рабочей программе» школы, учебно-воспитательным планом МБОУ «Федоровская СОШ № 5», образовательными потребностями и запросами обучающихся и родителей, на основе программы курса «Программа формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, Москва,2001.

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.

Курс «Тропинка к собственному Я» способствует достижению следующих личностных результатов :

- формирование у учащегося готовности и способности к саморазвитию,
- развитие мотивации к обучению и познанию,
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося,
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
- развитие эмоционально-волевой сферы, в том числе доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

А также помогает формированию метапредметных достижений, включающих освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии
- готовность слушать собеседника и признавать возможность существования различных точек зрения, излагать свое мнение, свою точку зрения и оценку событий;
- формирование умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

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

Задачи:

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
- Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
- Формировать терпимость к мнению собеседника.
- Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

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

2. Отличительные особенности программы

Представленная нами программа психопрофилактических развивающих занятий (уроков) по психологии в начальной школе в своей *теоретической основе* опирается на понятие психологического здоровья, введенное И.В. Дубровиной и в последующем развитое О.В. Хухлаевой. Ввиду особой значимости концепции психологического здоровья для раскрытия содержания данной программы остановимся на ней подробнее.

Под психологическим здоровьем И.В. Дубровина понимает, прежде всего, психологические аспекты психического здоровья, взаимосвязанные со всей личностью в целом и находящиеся в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа. Она подчеркивает особое отношение психологического здоровья к духовности — к полноте и богатству развития личности, ориентации человека на абсолютные ценности: Истину, Красоту, Добро. Таким образом, если у личности нет этической базы, то нельзя говорить о ее психологическом здоровье. Кроме того, И.В. Дубровина полагает, что психологическое здоровье основано на полноценном и сохранном психическом здоровье.

По мнению О.В. Хухлаевой, психологическое здоровье представляет собой динамическую совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества и являющихся предпосылкой ориентации личности на выполнение своей жизненной задачи. Оно, с одной стороны, является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, а с другой — обеспечивает личности возможность непрерывного развития на протяжении всей жизни. К тому же психологическое здоровье напрямую связано с физическим здоровьем: первое является предпосылкой второго. Об этом свидетельствуют данные и психологии здоровья, и психосоматической медицины.

В отличие от психического здоровья, подразумевающего отсутствие патологических симптомов у человека, психологическое здоровье, напротив, предполагает наличие определенных личностных характеристик. Примерный «портрет» психологически здорового человека выглядит как набор следующих качеств: креативность, спонтанность, жизнерадостность, открытость, стремление к познанию мира через разум и интуицию, принятие себя и окружающих людей, ответственность, доверие к миру, стрессоустойчивость, способность приспосабливаться как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям среды. Одним словом, это человек, находящийся в гармонии с собой и окружающими. Поэтому на групповых психологических занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

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.

3. Особенности возрастной группы детей, которым адресована программа

Программа внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» рассчитана на детей 7-10 лет (1-4-ые классы). Занятия или уроки по психологии в начальной школе проводятся 1 раз в неделю и обычно во второй половине дня в соответствии с новыми требованиями ФГОС начального общего образования второго поколения. Набор детей в кружок свободный по собственному выбору. Занятия по психологии рекомендуется проводить в классной комнате, с подключением и использованием не только ее учебного (парт, доски), но и игрового пространства (ковра, дивана, зоны отдыха). *Схема построения занятия по психологии:*

1. Ритуал приветствия.
2. Психологическая разминка.
3. Основное содержание занятия.
4. Ритуал прощания.

К каждому занятию по психологии ведущий заранее готовит необходимые материалы, реквизит. В нашей работе используются также выпущенные практические пособия (или «рабочие тетрадки») для занятий по программе. Данные пособия соответствуют общему

ходу программы и занятий и заводятся на каждого ребенка в классе. Число обучающихся в группах 10-15 человек, 1 час в неделю 34 часа. Сроки: продолжительность работы: 9 месяцев.

Прогнозируемые результаты:

В результате реализации программы организации внеурочной деятельности на основе базовой модели дополнительного образования ожидается повышение результатов, как личностных, так и предметных и метапредметных.

- **Личностные** результаты включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности.
- **Метапредметные** результаты включают освоение обучающимися универсальных учебных действий (познавательных, регулятивных и коммуникативных), обеспечивающих овладение ключевыми компетенциями.

Таким образом, в ходе реализации данной программы ожидается:

профилактика дезадаптации у учащихся начального звена в результате создания благоприятных условий для успешной адаптации; улучшение условий для развития личности и самореализации каждого ребенка; воспитание у детей толерантности, навыков здорового образа жизни

Уровень результатов работы по программе

Первый уровень результатов — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Второй уровень результатов — получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Третий уровень результатов — получение школьником опыта самостоятельного общественного действия

Личностные, метапредметные и предметные планируемые результаты освоения внеурочной деятельности

Личностные результаты.

- становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни,
- наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

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

Регулятивные УУД:

- организовывать свое рабочее место под руководством учителя,
- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста

- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- определять план выполнения заданий внеурочной деятельности, жизненных ситуациях под руководством учителя;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме;
- уметь справляться со страхами, обидами, гневом;

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
- учиться исследовать свои качества и свои особенности;
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
- учиться наблюдать;
- моделировать ситуацию с помощью учителя;
- сравнивать предметы, объекты: находить общее и различие;
- группировать предметы, объекты на основе существенных признаков.

Коммуникативные УУД:

- соблюдать простейшие нормы речевого этикета: здороваться, прощаться, благодарить
- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- учиться работать в паре и в группе;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией;
- уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников.

Система отслеживания и оценивания результатов обучения детей

Оценка эффективности развивающих занятий производится следующими методами:

Проведение мониторинга уровня школьной адаптации учащихся, уровня школьной тревожности и психологического климата в классе – два раза в год в начале и в конце курса.

- Анализ творческих работ, выполненных в процессе занятий.
- Анкетирование учащихся в конце курса.

5. Содержание курса

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. 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.

1 класс

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. 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.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	
1	Знакомство. Введение в мир психологии.	1	Беседа «Введение в мир психологии»	Игровая. Познавательная. Проблемно-ценностное общение.	Приобретение школьниками социальных знаний, первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.
2	Как зовут ребят моего класса.	1		Самопрезентация. Изготовление визиток.	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.
3	Как зовут ребят моего класса.	1		Упражнение «Имя Оживает» Групповое взаимодействие.	Формирование позитивного отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
4	Зачем мне нужно ходить в школу.	1	Кто такой школьник?	Упражнение «Зайчик испугался-зайчик рассмеялся». Групповое взаимодействие.	Формирование внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе.
5	Мой класс.	1	Что такое дружба.	Упражнение «Рисунок	Формирование позитивного

				имени». Снятие эмоционального напряжения с элементами визуализации	отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
6	Мой класс.	1	Учимся дружить.		Слушать и понимать речь других ребят, осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.
7	Какие ребята в моем классе.	1	Мультимедиа-лекция	Упражнение «Зоопарк».	Развитие эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им.
8	Мои друзья в классе.	1	Мой дружный класс.	Групповое взаимодействие	Развитие эмпатии как понимание чувств других людей и сопереживание им.
9	Мои друзья в классе (продолжение)	1	Я люблю себя, люблю других.	Упражнение «Собираем добрые слова».	Воспитание самостоятельности, уверенности в своих силах.
10	Мои друзья в классе (продолжение)	1	Мой дружный класс.	Психогимнастика. Выявление позиции «Я» - самооценка.	Воспитание культуры общения со сверстниками и взрослыми людьми.
11	Мои успехи в школе.	1	Школьный распорядок.	Проблемно-ценностное общение.	Формирование познавательного интерес к новому материалу и способам решения новой задачи.
12	Мои успехи в школе.	1	Школьные правила.	Проблемно-ценностное общение.	Формирование познавательного интерес к новому материалу и способам решения новой задачи.
13	Моя «учебная сила».	1	Умею преодолевать трудности	Упражнение «Отношения» «Придумай и отгадай»,	Развитие умения формулировать собственное мнение и позицию.

14	Радость. Что такое мимика.	1	Что такое чувства? Мультимедиа-лекция	Праздник «Ладонка», «Мы похожи - мы отличаемся».	Развитие умения распознавать и описывать свои чувства и эмоций и чувства других людей, качества характера.
15	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1	Что такое чувства?	Работа со Сказкой.	Развитие творческого и ассоциативного воображения учащихся.
16	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1	Радость-кая она?	Творческая работа	Развитие творческого и ассоциативного воображения учащихся.
17	Жесты.	1	Что такое жесты. Какие бывают жесты.	Упражнение «Мы похожи - мы отличаемся». Групповое взаимодействие	Учиться действовать согласованно, обсуждать результаты позитивно, учиться договариваться в группе.
18	Радость можно передать прикосновением.	1	Что можно передать с помощью жестов.	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение.	Развитие умения ориентироваться в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей
19	Радость можно подарить взглядом.	1	Что можно передать с помощью жестов. Какие бывают жесты.	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение	Обогащение чувственного опыта ребенка, его реальные представления об окружающем.
20	Грусть.	1	Грусть. Что это такое?	Групповое взаимодействие.	Обогащение чувственного опыта ребенка, его реальные представления об окружающем. Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать

21	Грусть.	1	Как прогнать грусть. Помоги себе. Грустная сказка с веселым концом.	Разминка «Противоположные чувства». Работа со сказкой.	Обогащение чувственного опыта ребенка, его реальные представления об окружающем. Понимать эмоции других людей, сочувствовать, сопереживать.
22	Страх.	1	Что такое страх?	Упражнение. «Психологическая разгадка».	Способствовать снижению уровня страха. Воспитание эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
23	Страх, его относительность.	1	У страха глаза велики.	Творческая работа «Передай сообщение», «Пойми меня»,	Способствовать снижению уровня страха. Воспитание эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
24	Как справиться со страхом.	1		«Придумай весёлый конец». Работа со сказкой.	Актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека. Способствовать снижению уровня страха.
25	Страх и как его преодолеть.	1	Мультимедиа-лекция	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение. Упражнение «Страшное и смешное».	Формирование позитивного отношения к своему «Я». Повышение уверенности в себе. Формирование уважительного отношения к иному мнению.
26	Гнев. С какими чувствами он	1	Почему мы злимся?	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально -

	дружит?				нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
27	Может ли гнев принести пользу?	1	Безконфликтное общение.	Разминка «Разнообразие характеров». Упр. «Копилка трудностей»,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
28	Может ли гнев принести пользу?	1	Безконфликтное общение.	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
29	Обида.	1	Мультимедиа-лекция	Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение.	Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать различные точки зрения и право каждого.
30	Обида.	1	Почему мы обижаемся?	Работа в парах.	Готовность слушать собеседника и вести диалог, признавать различные точки зрения и право каждого.
31	Разные чувства.	1		Групповое взаимодействие. Проблемно-ценностное общение.	Формирование представлений о добре и зле, справедливости и честности, развитие нравственных чувств.
32	Разные чувства.	1		Работа со сказкой.	Установление дружеских взаимоотношений в

					коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке. Приобретения умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество.
33	Итоговое.	1		Рисование «Трудные ситуации первоклассника».	Формирование позитивного отношения к своему «Я».

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 неуспехи. 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

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	
Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов)					
1	Тема «Мы»	1	Актуализация у	Разминка «Мячик»,	Применять умения

	рады встрече»		детей знания об эмоциональной сфере человека.	Упражнения «Вспомни чувства», «Чувства-воспоминания», «Рисунок радости».	в области самоанализа и саморазвития.
2	Тема «Понимаем чувства другого»	1	Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека.	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Упражнения «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах. Формировать положительное отношение к школе.
3-5	Тема «Мы испытываем разные чувства»	3	Чувства.	Разминка «Мячик», «Лишнее слово», «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал». Упражнения «Сочини рассказ», «Режим дня», «Рисуем режим», «Пластилиновое чувство», «Палитра чувств». Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты»	Применять умения в области самоанализа и саморазвития.
Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (18 часов)					
6-7	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	2	Человеческие качества.	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец». Упражнения «Качества», «В чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»	Ориентироваться на содержательные моменты школьной действительности
8-9	Тема «Хорошие качества людей»	2	Положительные качества человека.	Разминка «Какие качества задуманы». Упражнения «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять	Владеть способами управления поведением партнера. Оценивать результаты своей деятельности

				хороших качеств», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Я не такой как все»	
10-11	Тема «Самое важное хорошее качество»	2	Положительные качества человека.	Разминка «Найди лишнее слово», «Качества – шепотом». Упражнения «Сборы в дорогу», «Кто любит людей», «Поделимся любовью». Работа со сказкой «Хвостатик»	Учиться позитивно проявлять себя в общении. Соблюдать правила игры и дисциплины
12	Тема «Кто такой сердечный человек»	1	Добрый человек.	Разминка «Найди лишнее слово», «Отгадай качество». Упражнения «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств», «Мягкое сердце»	Применять умения в области самоанализа и саморазвития
13	Тема «Кто такой доброжелательный человек»	1	Понятие «толерантность».	Разминка «Найди лишнее слово», «Какое слово не подходит». Упражнения «Поделимся любовью», «Волшебные слова». Работа со сказкой «Маленький котенок»	Формировать нравственные чувства и нравственное поведение. Ориентироваться на понимание чувств другого человека
14	Тема «Трудно ли быть доброжелател	1	Мои положительные качества.	Разминка «Какое слово не подходит»,	Применять умения в области самоанализа и

	БНЫМ ЧЕЛОВЕКОМ»			«Какое качество зашифровано». Упражнения «Я бы хотел стать более», «Золотой ключик». Работа со сказкой «Часы»	саморазвития
15- 16	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»	2	Толерантный человек.	Разминка «Аналогии», «Шифровальщ ик». Упражнения «Как ведет себя человек», «Я желаю добра». Работа со сказкой «О подзорной трубе»	Учиться работать в группе. Ориентироваться на самоанализ и самоконтроль результата.
17	Тема «Очищаем свое сердце»	1	Нужна ли человеку обида?	Разминка «Аналогии», «Шифровальщ ики». Упражнения «Чистое сердце». Работа со сказкой «Сказка про гусеничку»	Проявлять сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия
18- 19	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»	2	Положительные качества моих одноклассников.	Разминка «Зеленый крокодил в синей шляпе», «Угадайка». Упражнения «Снежная королева». Работа со сказкой «Кузя»	Проявлять сопереживание к другим людям.
20- 21	Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»	2	Положительные и отрицательные качества человека.	Разминка «Неоконченны е предложения», «Психологичес кая загадка». Упражнения «Ладощка»,	Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.

				«Мы похожи – мы отличаемся». Работа со сказкой «Туча»	
22	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	1	Положительные и отрицательные качества человека.	Разминка «Неоконченны е предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал». Упражнения «Звездочка». Работа со сказкой «Цветок по имени забудка»	Адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, одноклассников. Уметь налаживать контакты с окружающими
23	Тема «В каждом человеке есть светлые и темные качества»	1	Положительные и отрицательные качества человека.	Разминка «Неоконченны е предложения», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чьи ладошки». Упражнения «Темные и светлые мешочки», «Светофорики». Работа со сказкой «Перчатки»	Применять умения в области самоанализа и саморазвития
Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)					
24-25	Тема «Какой Я?»	2	Индивидуальность человека.	Разминка «Неоконченны е предложения», «Психологическая загадка», «Холодно-горячо». Упражнения «Цыганка». Работа со сказкой «Сказка про дружбу»	Осознавать необходимость признания и уважения особенностей других людей Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии

26-27	Тема «Какой ТЫ?»	2	Индивидуальность человека.	Разминка «Неоконченны е предложения», «Психологическая загадка», «Найди игрушку», «Топните те, кто», «Какого цвета твои глаза». Упражнения «Цыганка», «Заяц-Хваста», «Я задумал мальчика», «Интервью», «Прослушивание интервью».	Уметь налаживать контакты с окружающими
28-29	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	2	Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели». Упражнения «Копилка трудностей», «Театр». Рисунок «Трудные ситуации второклассника».	Ориентироваться на понимание предложений и оценки учителя, товарищей.
30-31	Тема «Школьные трудности»	2	Трудности второклассника в школе.	Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два - четыре», «Взвигните те, кто...», «Изобрази ситуацию». Упражнения «Помоги Сереже». Работа со сказкой «В	Уметь полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Уметь выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности.

				одном лесу жила-была...», «Про львенка и Пашу»	
32-33	Тема «Домашние трудности»	2	Трудности второклассника в дома.	Разминка «Изобрази предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка...», «Изобрази ситуацию», «Если я отличник». Работа со сказкой «О муравьишке», «Верить и стараться».	Применять умения в области самоанализа и саморазвития.
34	Тема «Итоговое занятие»	1		Фестиваль игр	Анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.

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 ванной составляющей 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 креативных 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 школьные 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.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	
Раздел 1. Я - фантазер (8 часов)					
1	Тема «Я - третьеклассник»	1	Мои изменения. Мои цели.	Разминка «Я соскучился по...», «Летние сценки», «Закончи предложение», «Я -	Применять умения в области самоанализа и саморазвития

				<p>третьеклассник». Упражнения «Что интересно третьекласснику», «Если бы не было на свете школ...», «Рисунок идеальной школы»</p>	
2	Тема «Кого можно назвать фантазером?»	1	Успешно учиться помогает фантазия.	<p>Разминка «Ведущий тоже соскучился», «Кто как отдыхает», «Кто это». Упражнения «Небылицы». Работа со сказкой «Цветик-семицветик»</p>	<p>Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. Уметь налаживать контакты с окружающими</p>
3	Тема «Я умею фантазировать!»	1	Успешно учиться помогает фантазия.	<p>Разминка «Мысленные картинки», «Домашние занятия», «Какое чувство ты испытываешь», «Небылицы». Упражнения «Волшебный компот», «Царевна Несмеяна».</p>	<p>Учиться понимать эмоции и поступки других людей</p>
4	Тема «Мои сны»	1	Успешно учиться помогает фантазия.	<p>Разминка «Мысленные картинки», «Небылицы», «На что похож этот звук», «Песочные картинки». Упражнения «Самый интересный сон», «Рисунок сна».</p>	<p>Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.</p>
5	Тема «Я умею сочинять»	1	Нестандартные пути преодоления трудностей.	<p>Разминка «Мысленные картинки», «На</p>	<p>Проявлять сопереживание к другим людям</p>

				что похож этот звук», «Ассоциации», «Свечка». Упражнения «Вредные советы», рисунок «Вредные советы»	
6	Тема «Мои мечты»	1	Необычные варианты выполнения учебных заданий.	Разминка «Мысленные картинки», «Ассоциации», «Запахи». Упражнения «Неоконченное предложение». Работа со сказкой «Сказка о голубой мечте». Рисунок «Моя мечта»	Самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить коррективы. Уметь налаживать контакты с окружающими.
7-8	Тема «Фантазии и ложь»	2	Успешно учиться помогает фантазия.	Разминка «Мысленные картинки», «Лишняя ассоциация», «Запахи», «Кто соврал». Упражнения «Правда и ложь». Работа со сказкой «Лживый мальчик»	Проявлять сопереживание к другим людям
Раздел 2. Я и моя школа (6 часов)					
9-10	Тема «Я и моя школа»	2	Хочу многому научиться	Разминка «Родители, учителя, ученики», «Что делает ученик?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Неоконченное предложение»,	Определять и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения, Осознавать необходимость признания и уважения особенностей других людей.

				«Школа на планете «Наоборот»»	
11	Тема «Что такое лень?»	1	Когда моя лень мешает	Разминка «Родители, учителя, ученики», «Что делает учитель?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Существо по имени лень». Работа со сказкой «О ленивой звездочке»	Уметь соотносить позиции партнеров и собственную. Уметь налаживать контакты с окружающими
12-13	Тема «Я и мой учитель»	2	Чувства в отношениях с учителем.	Разминка «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Я - тетрадь», «Передай чувство ногами». «Школьная фотография», «Я – книжный шкаф». Упражнения «Неоконченные предложения». Работа со сказкой «О девочке и строгой учительнице», «О мальчике Вале»	Выбирать, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор.
14	Тема «Как справиться с «Немогучками»»	1	Вера в себя помогает преодолеть трудности.	Разминка «В маске», «Передай чувство ногами», «Радиоинтервью». Упражнения «Кто такие Немогучки».	Определять и объяснять своё отношение к правилам и нормам человеческого общения. Уметь полно и точно выражать свои мысли в соответствии с

				Работа со сказкой «Малыш-облачко»	задачами и условиями коммуникации.
Раздел 3. Я и мои родители (4 часа)					
15	Тема «Я и мои родители»	1	Семейные ценности.	Разминка «В маске», «Сонное дыхание», «Сказочные герои». Упражнения «Неоконченные предложения», рисунок «Семья».	Уметь оценивать свой результат с помощью учителя. Осознавать ценность умения фантазировать. Учиться договариваться и уважать разные мнения.
16	Тема «Я умею просить прощение!»	1	Любой человек совершает ошибки.	Разминка «Изобрази предмет», «Чувства», «Маски». Упражнения «Неоконченные предложения», «Не буду просить прощения». Работа со сказкой «Принц Эдгар»	Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей. Уметь налаживать контакты с окружающими.
17-18	Тема «Почему родители наказывают своих детей?»	2	Ответственность за свои поступки.	Разминка «Изобрази предмет», «Занятия мамы», «Я сделал дело хорошо». Упражнения «Неоконченные предложения». Работа со сказкой «Простить маму»	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. Уметь налаживать контакты с окружающими.
Раздел 4. Я и мои друзья (7 часов)					
19-20	Тема «Настоящий друг»	2	Качества моего друга.	Разминка «Кто сказал спасибо», «Я сделал дело хорошо», «Кто есть кто», «надежный	Проявлять сопереживание к другим людям.

				лифт». Упражнения «Неоконченные предложения», «Качества настоящего друга». Работа со сказкой «Неожиданная встреча»	
21-22	Тема «Умею ли я дружить?»	2	Мои качества.	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «прости?»», «Одинаковые скульптуры», «Санитары». Упражнения «Нужно ли уметь дружить». Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу»	Учиться исследовать свои качества и свои особенности. Учиться выполнять разные роли Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.
23	Тема «Трудности в отношениях с друзьями»	1	Трудности во взаимоотношениях с ровесниками.	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «мяу?»», «Одинаковые скульптуры». Упражнения «Об Алеше». Работа со сказкой «О Спиногрызкине»	Учиться находить положительные качества у себя и у других людей.
24-25	Тема «Ссора и драка»	2	Конфликт. Как его разрешить.	Разминка «Чувства-ассоциации», «Изобрази ситуацию», «Какие чувства возникают во время ссоры или драки». Упражнения «Неоконченные предложения», «Я знаю одного мальчика»	Учиться исследовать свои качества и свои особенности. Учиться работать в паре договариваться и уважать разные мнения.

Раздел 5. Что такое сотрудничество (9 часов)					
26-27	Тема «Что такое сотрудничество»	2	Чтобы совместный труд был успешен, необходимо уметь сотрудничать – выполнять работу вместе.	Разминка «Я сегодня обрадовался встрече с ...», «Спасибо тебе за...», «Кто лишний». Упражнения «Что такое сотрудничество?» Работа со сказкой «Добрая память»	Уметь понимать и контролировать свое эмоциональное состояние. Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.
28	Тема «Я умею понимать другого»	1	Эмпатия.	Разминка «Передай чувство», «Извини меня...», «Кто лишний». Упражнения «Что значит понимать другого», «Конструктор». Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе»	Уметь вести себя в разных ситуациях. Учиться находить положительные качества у себя и у других людей. Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению Проявлять сопереживание к другим людям.
29-30	Тема «Я умею договариваться с другими»	2	Эмпатия.	Разминка «Передай чувство», «Собери картинку», «Кто сказал «мяу»». Упражнения «Я умею договариваться с другими». Работа со сказкой «Чтобы тебя любили»	Проявлять сопереживание к другим людям Уметь налаживать контакты с окружающими.
31	Тема «Мы умеем действовать сообща»	1	Умение договариваться.	Разминка «Передай чувство», «Что лишнее?».	Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их

				Упражнения «Собери картинку», «Найди себе пару», «Мы вместе», рисунок «Мой класс».	преодолению. Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.
32-33	Тема «Что такое коллективная работа»	2	Классный коллектив.	Разминка «Найди себе пару», «Вальс дружбы», «Кто это». Упражнения «Что мы хотим пожелать друг другу», «Коллективный плакат»	Проявлять сопереживание к другим людям
34	Тема «Итоговое занятие»	1		Игра-конкурс	Уметь договариваться и уважать разные мнения. Уметь налаживать контакты с окружающими.

4 класс.

Главная особенность **четвероклассников** – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. 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.

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.

№ п/п	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
			Теоретическая часть занятия	Практическая часть занятия	
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	Тема «Мое лето»	1	Как Я изменился летом?	Разминка «Радостное»	Учиться наблюдать и осознавать

				лето», «Гав-гав, хрю-хрю», «Рассказы о лете». Упражнения «Я - четвероклассник», рисунок «Лето»	происходящие в самом себе изменения. Слушать и понимают речь других ребят
2-3	Тема «Кто Я?»	2	Социальные роли человека.	Разминка «Как я провел лето», «Летом я научился». Упражнения «Роли». Работа со сказкой «Федунчик», «Сказка о Маше и ее человечках»	Проявлять сопереживание к другим людям.
4	Тема «Какой Я – большой или маленький?»	1	Самооценка. От чего зависит то, как мы к себе относимся?	Разминка «Я горжусь», «Роли», «Я умею...». Упражнения «Большие и маленькие, «Я сам», «Любимая игра»	Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Уметь доверительно и открыто говорит о себе и своих чувствах. Уметь налаживать контакты с окружающими.
5	Тема «Мои способности»	1	У каждого человека есть какие-либо способности.	Разминка «Ты похож на...», «Конкурс портретов». Упражнения «Что такое способности», «Способности моих родителей». Работа со сказкой «Сказка о скрипке»	Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Уметь доверительно и открыто говорит о себе и своих чувствах. Уметь налаживать контакты с окружающими.
6	Тема «Мой выбор, мой путь»	1	Узнай интересы человека, и ты узнаешь его характер.	Разминка «Способности моих родителей»,	Учиться понимать эмоции и поступки других людей; Проявлять заботу о

				«Кого загадал ведущий», «Отгадай, кто я?». Упражнения «Мой выбор», рисунок «На перекрестке дорог».	человеке при групповом взаимодействии.
7-8	Тема «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?»	2	Мой путь к успеху.	Разминка «Подушечный бой», «Не выходя из комнаты», «Радиопередача». Упражнения «Чужие рассказы», «Маленький принц».	Учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге; Ориентироваться на понимание чувств других людей.
9	Тема «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира»	1	Каждый человек уникален. Индивидуальность.	Разминка «Подушечный бой», «Рассмотри и подумай», «Не выходя из комнаты». Упражнения «Маленькая страна»	Владеть способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия Уметь налаживать контакты с окружающими.
10	Тема «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»	1	Доверие.	Разминка «Бой полотенцами», «Рассмотри и подумай». Упражнения «Кому я могу рассказать о себе все», «Мой самый интересный сон»	Учиться позитивно проявлять себя в общении. Ориентироваться на понимание чувств других людей.
11-12	Тема «Что значит верить?»	2	Мои друзья – мальчики и девочки.	Разминка «Бой петушков», «Рассмотри и придумай». Упражнения «Взгляд», «Чудо». Работа со сказкой «Тайна другого берега»	Проявлять сопереживание к другим людям.

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13-14	Тема «Мое детство»	2	В детстве закладывается характер человека.	Разминка «Маленькое имя», «Любимый сказочный герой», «Неопределенные картинки», «Мне опять пять лет», «Если бы у меня был ребенок...», «Если ребенок плачет...». Упражнения «Кто в какую игрушку превратился», «Любимая фотография», «Случай из детства». Работа со сказкой «Сундук, который помог царю»	Учатся договариваться и уважать разные мнения. Уметь налаживать контакты с окружающими.
15-16	Тема «Я изменяюсь»	2	Ценности.	Разминка «Имя - цветок», «Неопределенные картинки». Упражнения «Раньше и сейчас», «Каким я буду, когда вырасту».	Уметь осознавать необходимость признания и уважения особенностей других людей; Проявлять сопереживание к другим людям.
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17-18	Тема «Мое будущее»	2	Чем лучше ты умеешь заглядывать в свое будущее, описывать его, чем сильнее будет твоя уверенность в нем, тем вернее ты его получишь.	Разминка «Взрослое имя», «Я в будущем», «Неопределенные картинки», «Антонимы». Рисунок «Я в настоящем, я в будущем». Упражнения	Учиться выбирать, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор.

				«Хочу в будущем, работаю сейчас», «Если бы я был волшебником», «Мой будущий дом».	
19-20	Тема «Хочу вырасти здоровым человеком»	2	Чем лучше ты умеешь заглядывать в свое будущее, описывать его, чем сильнее будет твоя уверенность в нем, тем вернее ты его получишь	Разминка «Я психологом родился», «Скажи так, чтоб тебе поверили». Упражнения «Об эмоциональной грамотности», «Мусорное ведро»	Определять и объяснять своё отношение к правилам и нормам человеческого общения; Ориентироваться на понимание чувств других людей.
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					
21	Тема «Кто такой интеллигентный человек»	1	Каждый поступок в настоящем создает будущее.	Разминка «Антонимы», «Улыбнись, как...», «В ресторане». Упражнения «Кто такой интеллигентный человек». Работа со сказкой «Я иду к своей звезде»	Учиться находить положительные качества у себя и у других людей. Учиться договариваться и уважать разные мнения. Проявлять сопереживание к другим людям.
22	Тема «Хочу вырасти интеллигентным человеком»	1	Каждый поступок в настоящем создает будущее	Разминка «Антонимы», «Поприветствуй меня, как...», «Если ты корабль...». Упражнения «Кто может стать интеллигентным человеком». Работа со сказкой «Жила-была одна девочка»	Учиться находить положительные качества у себя и у других людей. Учиться договариваться и уважать разные мнения. Проявлять сопереживание к другим людям.
23-24	Тема «Что такое идеальное Я»	2	Самооценка. Уровень притязаний личности.	Разминка «Антонимы», «Произнести фразу»,	Овладевать навыками самоконтроля в общении со

				«Поприветствуй меня, как...», «Если ты водоем...». Упражнения «Идеальное Я». Работа со сказкой «Я умею жалеть»	сверстниками и взрослыми. Проявлять сопереживание к другим людям.
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 часов)					
25	Тема «Кто такой свободный человек?»	1	Умение сказать «нет»	Разминка «Скажи так, чтоб тебе поверили», «Взгляд», «Я психологом родился». Работа со сказкой «О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе»	Учиться работать в паре и группе. Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.
26-27	Тема «Права и обязанности школьника»	2	Права и обязанности школьника.	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»	Учиться исследовать свои качества и свои особенности. Учиться договариваться и уважать разные мнения. Уметь налаживать контакты с окружающими.
28	Тема «Что такое «право на уважение»?»	1	Права и обязанности школьника.	Разминка «Голковый словарь», «Поприветствуй меня, как...». Упражнения «Закончи рассказы», «Любимая игра»	Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией. Проявлять сопереживание к другим людям.
29	Тема «Права	1	Права и обязанности	Разминка	Учится работать в

	и обязанности»		школьника.	«Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Я - учитель». Упражнения «Пять главных прав», «Билль о правах».	паре договариваться и уважать разные мнения. Ориентироваться на понимание чувств других людей.
30-31	Тема «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»	2	Конфликтные ситуации. Разрешение конфликта.	Разминка «Толковый словарь», «Придумай реплику», «Прищепка». Упражнения «Нарушение прав». Работа со сказкой «Друг Великана»	Учится работать в паре договариваться и уважать разные мнения. Ориентироваться на понимание чувств других людей.
32-33	Тема «Как разрешать конфликты мирным путем?»	2	Взаимоуважение.	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Передай чувство спиной». Упражнения «Разыграй конфликт». Работа со сказкой «Лети вверх, Соня»	Проявлять заботу о человеке при групповом взаимодействии.
Раздел 6. Заключение (1 час)					
34	Тема «Итоговое занятие»	1	Что нового меня ждет в 5 классе.	Игра «Ключи от форта Байярд»	Уметь налаживать контакты с окружающими.

6. Ресурсное обеспечение реализации Программы

Методическая литература

- Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. Часть 1–4. — М.: Генезис, 2006.
- Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе М: Гегезис, 2005
- Игры и игрушки
- DVD-плеер, (видеомагнитофон), телевизор:
- аудирование (слушание) и просмотр изучаемых произведений на DVD-дисках;
- компьютер:
- демонстрация учителем готовых материалов на цифровых носителях по изучаемым темам.

Информационно – методическое обеспечение

1. Беглова Т.В., Битянова М.Р., Теплицкая А.Г. Школьный старт. Педагогическая диагностика стартовой готовности к успешному обучению в начальной школе: Рабочая тетрадь для первоклассников/ Под редакцией М.Р. Битяновой. – Самара: Издательский дом «Федоров»: Издательство «Литература», 2011.
2. Князева Т.Н. Я учусь учиться. Психологический курс, развивающих занятий для младших школьников. — М.: АРКТИ, 2001.
3. Курс комплексного развития младшего школьника: программа, занятия, дидактические материалы/В.Н. Карандышев, А.С. Лисянская, Т.А. Крылова. – Волгоград: Учитель, 2011.
4. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. – М.: УЦ «Перспектива», 2001.
5. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 1. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2007.
6. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 3. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2006.
7. Познай самого себя. Уроки практической психологии в начальной школе. Учебное пособие. Автор – составитель Строганова Л.В. – М.: Педагогическое общество России, 2005.
8. Погосова Н.М. Погружение в сказку. Коррекционно – развивающая программа для детей. – СПб.: Речь, 2006.
9. Преподавание психологии в школе. 3-11-й класс: Учеб.-метод. Пособие/под ред. И.В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007.
10. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотерапевтические упражнения коррекционные программы. - М- Новая школа, 1995
11. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе(1 – 4). – М.: «Генезис», 2006.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа:
<http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
2. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
3. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
4. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psyncatalog.ru>
5. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» , режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
6. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
7. hpsy.ru, режим доступа: <http://hpsy.ru/about.htm>
8. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: <http://flogiston.ru/library>
9. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
10. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>
11. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru>

7. Ожидаемые результаты

Под усвоением материала программы «Тропинка к своему Я» следует понимать, прежде всего, усвоение детьми умений и навыков самопознания, создающих предпосылки для самоизменения, личностного развития и развития самосознания.

Также, подразумевается рост социальной компетентности детей, заключающейся в умении слушать и вступать в диалог, умении аргументировать и отстаивать свою позицию в коллективе, умение учитывать позиции других людей, строить продуктивное

взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. Для выявления и диагностики динамики развития у детей выделенных компетенций, целесообразно вести дневник наблюдений. Также, в качестве диагностического материала могут служить творческие работы детей по темам занятий

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	<ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила игрового 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 (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.). - выразить себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой 	<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 	<ul style="list-style-type: none"> работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности - психологически справляться с неудачами; -осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; -взаимодействовать с учителем и сверстниками; - адекватно анализировать собственные проблемы;

	деятельности.	место в школьной жизни.	
Применять	- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; -подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки. - знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития	- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем; - приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;	- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; - полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности; - через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления;

Учебно – методическое обеспечение:

Для учащихся и родителей:

Андрианов М. А. Философия для детей (в сказках и рассказах) Минск, Современное слово, 2009 г. – 280 с.

Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. – Ярославль: Академия развития, 1996. – 208 с.

Оклендер В. Окна в мир ребенка. — М.: Класс, 2000

Для учителя:

1.Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения)./Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2003г.-168с.

2.Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х. Психологическая азбука. Начальная школа (Второй год обучения)./Под ред. И.В.Вачкова-М.: Ось-89, 2004г.-168с.

3.Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.- М.:Генезис, 2002.-208 с.

4.Жизненные навыки. Уроки психологии во 2 класса/ Под ред. С.В.Кривцовой.- М.:Генезис, 2002.-248 с.

5.Жизненные навыки. Уроки психологии в 3 классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.- М.:Генезис, 2004.-176 с.

6.Сартан П.Н. Тренинг самостоятельности у детей. – М.: Сфера, 2001. – 128с.

7.Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.: Генезис, 2009.

