

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ОАНО "ПОЗИЦИЯ"

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР



\_\_\_\_\_  
Лучаева С.А.  
протокол № 1 от «29»  
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ОАНО  
"ПОЗИЦИЯ"



\_\_\_\_\_  
С.А. Малахов  
Приказ № 32/5 от «29»  
августа 2023 г.

**Рабочая программа по психологии  
для начальной школы  
2023-2024 учебный год**

**« Клуб Шушукалка »**

Исполнитель.

*Педагог–психолог ОАНО «ПОЗИЦИЯ»,  
канд. психол. наук Тимошенко Е.П.*

г. Железнодорожный 2023 год

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой, Москва, 2001.

Программа предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной. 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.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния
- способность справляться со страхами, обидами, гневом
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам
- умение справляться с негативными эмоциями
- стремление к изучению своих возможностей и способностей
- успешная адаптация в социуме.

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

### **Задачи:**

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.

#### **Описание места предмета в учебном плане**

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Шушукалки» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю (34ч. в год). Общий объём учебного времени составляет 136 часов.

#### **Общая характеристика предмета:**

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

**аксиологический** (связанный с сознанием), **инструментально-технологический** и **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 учебного процесса:**

Для успешной реализации учебного процесса основной упор делается, на индивидуальные занятия. По результатам, обобщению проблематики индивидуальных занятий, намечаются и проводятся групповые занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Индивидуальные занятия являются подготовкой к работе в группе или ее продолжением, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

*На индивидуальных занятиях проводится диагностика, коррекция, формирование УУД у ребенка. Полученные навыки вводятся в учебную и внеучебную деятельность в коллективе.*

**Формы контроля:** входная, промежуточная, итоговая диагностика.

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

#### **1 класс**

*Регулятивные УУД:* 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
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

*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

*Коммуникативные УУД:*

- 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.

**2 класс**

*Регулятивные УУД:*

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

*Познавательные УУД:*

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок.фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

*Коммуникативные УУД:*

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

**3 - 4 класс**

*Регулятивные УУД:*

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

*Познавательные УУД:*

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях

- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

*Коммуникативные УУД:*

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

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы. Основной формой работы является психологический тренинг.

### **Содержание программы**

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

#### **Первый класс**

##### **Раздел 1. Мои чувства (14 часов)**

Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.

Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.

Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.

Как справиться с гневом?

Может ли гнев принести пользу?

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

##### **Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (6 часов)**

Что такое качества людей, и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет?

Как мы видим друг друга?

Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.

В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.

Кто такой сердечный человек.

Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

##### **Раздел 3. Какой Я – какой Ты (8 часов)**

Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств.

Как научиться находить положительные качества у себя?

Как правильно оценить себя?

Как распознать положительные качества у других людей?

Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.

Какие качества нужны для дружбы?

#### **Раздел 4. Трудности первоклассника (5 часов)**

Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

Какие я знаю способы борьбы с трудностями: обратиться за помощью, вспомнить свой прошлый опыт, договориться, изменить своё отношение к проблеме, понять, что трудности встречаются в жизни всех первоклассников. Главное- помнить, что я живу среди людей, и каждый мой поступок и желание отражается на людях, где бы я ни находился: в школе, дома, на улице.

#### **Второй класс.**

##### **Раздел 1. Я – фантазёр (10 часов)**

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы?

Школа моей мечты, - какая она?

Что такое фантазия и зачем она нужна человеку?

Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром?

Мои сны: что в них правда, а что – фантазии?

Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии.

Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

##### **Раздел 2. Я и моя школа (9 часов)**

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя?

Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе?

Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив!

Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула : «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

##### **Раздел 3. Я и мои родители (6 часов)**

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная.

Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям?

Правила поведения и общения с взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости».

Почему родители наказывают детей?

Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

##### **Раздел 4. Я и мои друзья (8 часов)**

Каким должен быть настоящий друг.

Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?

Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?

Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере?

Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?

Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

#### **Третий класс**

##### **Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)**

Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?

Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми.

Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным.

Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

## **Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (8 часов)**

Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают?

Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?

Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?

Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

## **Раздел 3. Культура общения (7 часов)**

Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые выработывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.

Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.

Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.

Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.

Как правильно познакомиться?

Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

## **Раздел 4. Что такое сотрудничество? (10 часов)**

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:

-из умения понять другого;

- из умения договориться;

- из умения уступить, если это нужно для дела;

--из умения правильно распределить роли в ходе работы.

Что значит понимать другого и как можно этому научиться?

Как научиться договариваться с людьми?

Что такое коллективная работа?

## **Четвёртый класс**

### **Раздел 1. Мои силы, мои возможности (11 часов)**

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому –четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника?

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!

Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?

Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».

Мой выбор, мой путь.

Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.

Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.

Мой внутренний мир.

Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.

Что значит верить?

Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

## **Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (5часов)**

Моё детство.

Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?

Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.

Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.

Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

## **Раздел 3. Моё будущее (5часов)**

Как заглянуть во взрослый мир?

Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас.

Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

## **Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)**

Поведение человека зависит от его качеств.

Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека.

Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем?

Что такое идеальное Я?

У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

## **Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8часов)**

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется?

Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».

Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»?

В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе».

Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?



***Учебно - методическое обеспечение программы***

Ведение курса психологических занятий обеспечивается следующими пособиями:

1.О.В.Хухлаева «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников.

Москва, «Генезис», 2011.

2.Р.В.Овчарова «Практическая психология в начальной школе», Москва, «Сфера», 2001.

## Тематическое планирование

Первый класс

### Раздел 1. Мои чувства (занятия 1 – 13)

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика деятельности учащихся	Примечания	Универсальные учебные действия (УУД)
1.	Знакомство. Введение в мир психологии	1	Познакомиться с новым предметом, и психологом.	Беседа «Введение в мир психологии»	<p>Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками <b>(Р)</b></p> <p>Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.</p> <p>Различать эмоции радости, страха, гнева. <b>(П)</b></p> <p>Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах <b>(К)</b></p>
2.	Радость. Что такое мимика	1	<p>Познакомиться с понятиями «мимика», «жесты», «эмоции», «чувства».</p> <p>Описывать свои чувства и состояние и сравнивать их с чувствами партнёров по общению.</p> <p>Осваивать правила общения со сверстниками ..</p>	Упр. « Знакомство», «Имя оживает», «Рисунок имени», «Зоопарк», «Зайчик испугался-зайчик рассмеялся», «Собираем добрые слова», «Передай сообщение», «Пойми меня», «Страшное и смешное», «Придумай весёлый конец».	
3.	Радость. Как её доставить другому человеку.	1			
4.	Жесты.	1			
5.	Радость можно передать прикосновением	1			
6.	Радость можно подарить взглядом	1			
7.	Страх.	1			
8.	Страх. Его относительность	1			
9.	Как справиться со страхом.	1			
10.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1			
11.	Как справиться с гневом?	1			
12.	Может ли гнев принести пользу?	1			

13	Разные чувства.	2			
----	-----------------	---	--	--	--

### Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (занятия 14 – 17)

14	Качества людей	1	Познакомиться с понятием «качества людей» Анализировать свои поступки и поступки других людей и учиться объяснять их с помощью учителя. Работать с пословицами о лучших человеческих качествах.	Упр. «Отношения», «Придумай и отгадай», «Снежная королева», «Ладошка», «Мы похожи - мы отличаемся». Работа со сказкой.	Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из текста сказки. <b>(Р)</b>  Учиться исследовать свои качества и свои особенности <b>(П)</b>  Учиться работать в парах <b>(К)</b>
15	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2			
16	В каждом человеке есть «светлые» и «тёмные» качества	1			
17	Как мы видим друг друга	2			

### Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (занятия 18 – 22)

18	Какой Я?	2	Описывать своё настроение.  Учиться правильно выражать свои чувства в общении с другими людьми.	Разминка «Противоположные чувства»  Упр. «Психологическая разгадка», «Цыганка», «Заяц-Хваста».  Работа со сказкой.	Уметь оценивать свой результат с помощью учителя <b>(Р)</b> Учиться находить положительные качества у себя и у других людей <b>(П)</b> Учиться договариваться и уважать разные мнения <b>(К)</b>
19	Мой автопортрет	1			
20	Моё настроение	1			
21	Какой ты?	2			
22	Я и другие	2			

### Раздел 4. Трудности первоклассника (занятия 23-27)

23	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице.	1	Осваивать правила поведения в разных	Разминка «Разнообразие характеров».  Упр. «Копилка	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолеть их
----	---	---	--------------------------------------	--	--

24	Школьные трудности	1	ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах.  Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию.  Моделировать ситуацию.	трудностей», «Театр».  Рисование «Трудные ситуации первоклассника».  Работа со сказкой.  Конкурс достижений.	<b>(Р)</b>  Учиться рассуждать, строить логические умозаключения <b>(П)</b>  Уметь договариваться и приходить к общему решению <b>(К)</b>
25	Домашние трудности	1			
26	На улице(поведение и общение)	1			
27	В магазине(поведение в общественных местах)	1			
28	Итоговое занятие	1			

### Второй класс

#### Раздел 1. Я – фантазёр (занятия 1 – 7)

1	Я - второклассник	1	Угадывать партнёра по описанию его качеств.  Угадывать и описывать ситуацию по её пластическому представлению.  Придумывать невероятные истории по заданию учителя и обсуждать их в группе.	Разминка «Мы снова вместе».  Упр. « Небылицы», «Кто это?».  Рисование «Мой сон».  Работа со сказкой.	Строить речевое высказывание в устной форме <b>(Р)</b>  Осознавать ценность умения фантазировать <b>(П)</b>  Учиться выполнять разные роли <b>(К)</b>
2	Кого можно назвать фантазёром?	1			
3	Я умею фантазировать	2			
4	Мои сны	1			
5	Я умею сочинять	1			
6	Мои мечты	2			
7	Фантазии и ложь	2			

#### Раздел 2. Я и моя школа (занятия 8 – 12)

8	Я и моя школа	2	Участвовать в учебной игре о правилах поведения в школе.  Моделировать ситуацию по заданию	Разминка «слова и действия».  Упр. «Мешок хороших качеств», «Школьные	Учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников <b>(Р)</b>  Осознавать особенности
9	Я и мой учитель	2			
10	Я и мои одноклассники	2			

11	Что такое лень?	1	учителя и обсуждать её.	ситуации». Работа со сказкой «О ленивой звёздочке»	позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией(К)
12	Как справиться с «Немогучками»?	2			

**Раздел 3. Я и мои родители (занятия 13 – 16).**

13	Я и мои родители	1	Познакомиться с историей своей семьи.  Участвовать в групповой работе по составлению родословной.  Обсуждать и анализировать полученный результат.  Участвовать в беседе «Почему родители наказывают детей?»	Конкурс рисунков «Моя семья», «История моей семьи». Составление родословной  Этюд «Дружная семья»  Подвижные игры: «Бабушка Маланья», «Ловишки»	Извлекать необходимую информацию из различных источников(текст, фото, рисунок) (Р)  Учиться графически оформлять изучаемый материал(П)  Овладевать способами разрешения конфликтов с родителями (К)
14	«Урок мудрости» (уважение к старшим)	1			
15	Я умею просить прощения	1			
16	Почему родители наказывают детей?	2			

**Раздел 4. Я и мои друзья (занятия 17– 23).**

17	Настоящий друг	2	Выполнять различные роли в играх.  Передавать черты характера через выразительные движения и позы.  Участвовать в беседе о дружбе.  Анализировать полученный	Разминка «Добрые дела и отношения». Беседа»  Нужно ли уметь дружить?».	Учиться прогнозировать последствия своих поступков(Р)  Осознавать качества настоящего друга(П)  Учиться понимать эмоции и поступки
18	Умею ли я дружить?	1			
19	Трудности в отношениях с друзьями	1			
20	Я и мои «колючки»	1			
22	Ссора и драка	2			
23	Что такое одиночество?	1			
24	Итоговое занятие	1			



			результат.	Работа со сказкой.	других людей(К)
--	--	--	------------	--------------------	-----------------

### Третий класс

#### Раздел 1. Умение владеть собой (занятия 1 -5)

1	Я – третьеклассник	1	Передавать внутренние черты характера через выразительные движения, позы.	Разминка «Запретный номер».	Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением(Р)
2	Я – это мои цели.	1		Этюды «Эгоист», «Злюка».	
3	Хозяин своего Я	2			Планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей(П)  Контролировать свою речь и поступки(К)
4	Не хочу быть плохим	2	Моделировать положительные черты характера.	Игры на расслабление «Кулачки», «Штанга», «Пружинки».	
5	Умей расслабиться	2			

#### Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений

(занятия 6 -9)

6	Мой любимый герой (примеры для подражания)	2	Работать с литературными текстами.	Разминка « Чувства и ассоциации».	Извлекать необходимую информацию из текста(Р)
7	Добро и зло (совесть)	2	Объяснять и обосновывать сделанный выбор.	Упр. «	Учиться наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять (П)
8	Что такое хорошо и что такое плохо(хорошие и дурные привычки)	2	Моделировать и оценивать своё поведение в различных ситуациях	Агрессивные чувства», «Изобрази ситуацию».	
9	Конфликт. Моё поведение в трудных ситуациях	2		Работа с текстами литературных произведений.	Учиться толерантному отношению к другому мнению (К)

### Раздел 3. Культура общения (занятия 10 -15)

10	Волшебные слова	1	Познакомиться с понятием «этикет»	Игра-драматизация «Кот, петух и лиса», «Теремок».  Беседы «Ваши добрые поступки», «Мнения». Упр. на развитие речи и доброго отношения друг к другу: «День рождения», «Уроки сказки».	Правильно строить речевое высказывание в устной форме( <b>Р</b> )  Обогатить своё представление о культуре общения людей( <b>П</b> )  Соблюдать правила этикета( <b>К</b> )
11	Учимся вежливо говорить	1	Познакомиться с правилами поведения в обществе.		
12	Я вам пишу	1	Участвовать в игре-драматизации.		
13	Мой день рождения	1	Обсуждать особенности поведения в различных ситуациях.		
14	Мы смеёмся	1			
15	Мальчик и девочка	2			

### Раздел 4. Что такое сотрудничество (занятия 16 – 20)

16	Что такое сотрудничество?	2	Участвовать в групповой работе.	Разминка «Умей сказать приятные слова». Упр. «Передай чувство», «Извини меня».  Этюды: «Кто лишний?», «Что значит понимать другого?», «Я умею договариваться».  Работа со сказкой «Чтобы тебя любили».	Определять и формулировать цель в совместной работе ( <b>Р</b> )  Расширить своё представление о понятии «сотрудничество» ( <b>П</b> )  Уметь работать в группе, договариваться и приходить к общему решению ( <b>К</b> )
17	Я умею понимать другого	2	Обсуждать полученный результат.		
18	Я умею договариваться с людьми	2	Сравнивать полученный результат		
19	Мы умеем действовать сообща	2	спредполагаем, делать выводы.		
20	Что такое коллективная работа?	2	Передавать разные чувства с помощью мимики.		
21	Итоговое занятие	1			

### Четвёртый класс

#### Раздел 1. Кто я? Мои силы, мои возможности (занятия 1 – 10)

1	Моё лето	1	<p>Познакомиться с понятием «способности».</p> <p>Исследовать свои способности и возможности в различных видах деятельности. Участвовать в составлении и обсуждении устных рассказов о лете и конкурсе рисунков с последующим обсуждением.</p> <p>Исполнять различные роли.</p> <p>Моделировать и анализировать ситуации.</p>	<p>Разминка «Летние впечатления».</p> <p>Упр. «Я-четвероклассник», «Роли», «Конкурс портретов».</p> <p>Беседа «Что такое способности».</p> <p>Этюды «Отгадай, кто я?», «Отражение в озере». Рисование «Мой автопортрет».</p> <p>Работа со сказкой.</p>	<p>Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях <b>(Р)</b></p> <p>Обогатить представления о собственных возможностях и способностях <b>(П)</b></p> <p>Учиться самостоятельно решать проблемы общения <b>(К)</b></p>
2	Кто я?	2			
3	Какой я? Большой или маленький?	1			
4	Мои способности	1			
5	Мой выбор, мой путь	1			
6	Мой внутренний мир	1			
7	Кто в ответе за мой внутренний мир?	1			
8	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1			
9	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1			
10	Что значит верить?	1			

## Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (занятия 11 – 13)

11	Моё детство	1	<p>Выполнять различные роли.</p> <p>Отгадывать по заданию учителя главного героя сказок по описанию.</p>	<p>Разминка «Вспомним детство». Упр. «Маленькое имя», «Любимый сказочный герой», «Неопределённые</p>	<p>Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит <b>(Р)</b></p> <p>Учиться наблюдать и осознавать</p>
----	-------------	---	--	--	---

12	Нужно ли человеку изменяться?	2	Участвовать в беседе.  Моделировать различные жизненные ситуации.	картинки»  Рисование «Любимая фотография»  Беседа «Раньше и сейчас».  Работа со сказкой	происходящие в самом себе изменения(П)  Формулировать своё собственное мнение и позицию (К)
13	Я расту, я изменяюсь	2			

### Раздел 3. Моё будущее (занятия 14 – 16)

14	Моё будущее	2	Познакомиться с понятием «жизненный выбор». Обсуждать возможные варианты будущего.	Разминка «Заглянуть во взрослый мир». Упр. «Я в будущем», «Хочу в будущем – делаю сейчас». Рисование: «Я в настоящем и в будущем».	Планировать цели и пути самоизменения(Р)  Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости(П)
15	Кем бы я хотел стать?	1	Обсуждать правила ЗОЖ. Раскрывать потенциально опасные ситуации для жизни и здоровья	Беседа о взаимосвязи физического и психологического здоровья	При работе в группе учитывать мнение товарищей(К)
16	Хочу вырасти здоровым человеком.	2			

### Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно?

(занятия 17 – 19.)

17	Кто такой интеллигентный человек?	1	Познакомиться с понятиями «интеллигентный человек», «идеал»  Участвовать в	Разминка «Качества человека и поведение»  Упр.»Улыбнись	Соотносить результат с целью и оценивать его(Р)
----	-----------------------------------	---	--	---	---

18	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	1	беседе. Моделировать ситуации, где необходимы согласие, взаимопомощь, личная ответственность.	как...», «Антонимы». Этюд «В ресторане». Беседа «Кто может стать интеллигентным человеком?». Работа со сказкой	Учиться моделировать новый образ на основе личного опыта(П)  Учиться формулировать собственное понимание смысла текста сказки(К)
19	Что такое идеальное «Я»?	1			

### Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно?

(занятия 20 - 25)

20	Кто такой свободный человек?	1	Произносить заданную фразу с разными интонациями	Разминка «Наладить контакт». Упр. «Должен и имею право», «Синонимы».	Осознавать, что свобода не может быть безграничной(Р)
21	Права и обязанности школьника	1	Составлять устные сочинения на заданную тему.	Беседа «Кто такой свободный человек».	Учиться находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию(П)
22	Что такое «право на уважение»?	1	Участвовать в беседе о правах и обязанностях человека.	«Пять главных прав»	
23	Права и обязанности	1	Обсуждать описанные в тексте ситуации и строить предположения о том, как могут поступать герои.	Этюд «Ссора друзей».	Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей(К)
24	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам	2		Работа со сказкой. Игра-драматизация «Я так хочу».	
25	Как разрешить конфликты мирным путём?	2			
26	Итоговое занятие	1			