

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА ТОЛЬЯТТИ
«ШКОЛА ИМЕНИ АКАДЕМИКА СЕРГЕЯ ПАВЛОВИЧА КОРОЛЁВА»

ПРИНЯТА
на заседании
Педагогического совета
Протокол №17
От 26 мая 2026 г

РАССМОТРЕНА
на заседании МО учителей
начальных классов
Протокол №4
От 26 мая 2026 г

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МБУ «Школа имени
С.П.Королёва»
№80/1 от 27 мая 2026г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА Внеурочной деятельности
«Тропинка к своему «я»» 1-4 классы
на 2026-2027 учебный год

Уровень образования: начальное общее образование
Уровень программы : общеобразовательный
Срок реализации : 4 года
Направление: художественно-эстетическое творчество

Составители:
Трунова О.А.
Сорокина Е.Б.
учителя начальных
классов

Тольятти, 2026

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» уроки психологии в начальной школе (1 – 4). – М.: Генезис, 2015г.

Цель: помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в 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.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса «Тропинка к своему Я»

В результате изучения данного курса на ступени начального общего образования у выпускников будут сформированы личностные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере личностных универсальных учебных действий будут сформированы внутренняя позиция обучающегося, адекватная мотивация учебной деятельности, включая учебные и познавательные мотивы, ориентация на моральные нормы и их выполнение, способность к моральной децентрации.

В сфере познавательных универсальных учебных действий выпускники научатся воспринимать и анализировать сообщения, тексты, овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций.

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий выпускники приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнёра), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно воспринимать и передавать информацию, отображать предметное содержание и условия деятельности в сообщениях, важнейшими компонентами которых являются тексты.

Личностные универсальные учебные действия. У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
 - широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
 - учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
 - ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
 - способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
 - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
 - развитие этических чувств – стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
 - эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
 - установка на здоровый образ жизни;
- Выпускник получит возможность для формирования:
- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
 - выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
 - устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/не успешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
 - морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
 - установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
 - эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.
- Познавательные универсальные учебные действия Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве Интернета;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- обобщать, т.е. осуществлять генерализацию и выведение общности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной

связи;

Выпускник получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет.

Коммуникативные универсальные учебные действия Выпускник научится:

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра.

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

Содержание занятий

1 класс (33 занятия)

Какова же специфика проблем первоклассника? Главная их особенность – первичное осознание позиции школьника прежде всего через новые обязанности, которые ребёнок учится выполнять. Присутствует острое желание быть успешным в учёбе, а для ребёнка это означает то же, что быть хорошим и любимым. Это наглядно выявляется при собеседованиях с родителями в начале первого года обучения. Содержание родительских жалоб в это время обычно сводится к тому, что ребёнок неряшливо пишет, не старается, либо старается, но тем не менее у него многое не получается. Ему трудно жить в атмосфере постоянной требовательности и контроля, он нуждается в помощи родителей при выполнении домашних заданий, во всяком случае, в присутствии взрослых. При этом родителям приходится жертвовать личным временем и досугом, мало времени остаётся для обычных домашних дел. Переход ребёнка в школу часто превращается в настоящее испытание для любящих родителей.

А сами первоклассники? Они быстро утрачивают праздничное настроение Первого сентября, школьные уроки тяготят их, они жалуются на трудности и скуку. Дети с нетерпением ждут звонка на перемену, когда можно переключиться на привычные игры и общение со сверстниками. Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребёнок убеждён 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 ребёнок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

Ребёнок лучше всего запоминает информацию, когда не только слышит её, но и видит её наглядное отображение, имеет возможность потрогать изучаемый объект. Внимание и память пока ещё в основном произвольны, то есть для концентрации ребёнку требуется внешняя помощь (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). В силу этого отвлекаемость на занятиях довольно высока.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники ещё не могут контролировать свои действия (например, проверить наличие ошибок в написанном тексте). Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Учебная деятельность более эффективна в условиях игры, при наличии элементов соревнования. Исходя из этого, предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьёзное 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, ребёнок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

Другая важная задача в работе с первоклассниками – установление атмосферы дружелюбия. Нужно учитывать, что большинство детей растут в атмосфере домашнего тепла и внимания и приходят в школу от любящих родителей, бабушек и дедушек. Те же, кто посещал детский сад, страдают от смены привычного окружения, от утраты налаженных дружеских контактов. В классе вокруг них много ровесников, но они все чужие, и общение нужно выстраивать заново, а далеко не каждый ребёнок легко устанавливает новые привязанности.

Исходя из этого, нам кажется, что первой темой, изучаемой на занятиях по психологии, должна быть тема «Я – школьник», которая включает занятия, посвящённые знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения. Вторая тема – «Мои чувства» – помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния. В целом за первый год обучения ребёнок делает огромные шаги не только в интеллектуальном развитии, но и в адаптации к незнакомому, первоначально чужому миру школы. Миру, в котором ему предстоит прожить 11 важнейших (с точки зрения становления личности) лет своей жизни.

Следует иметь в виду, что в случае эмоциональной усталости у ребёнка может проявляться «детское» поведение: плач, капризы, желание телесных контактов. При появлении таких симптомов следует разрешить ребёнку не включаться в занятие, а тихонько порисовать.

Тема 1. Я – школьник (15 ч) Цели:

- сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период;
- мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

ЗАНЯТИЕ 1. Знакомство. Я умею управлять собой.

Знакомство.

Беседа на тему: Кто такой дрессировщик, и почему он может управлять животными?», «Нужно ли ученику умение управлять собой?»

Упражнения: «Я умею управлять собой», «Умею остановиться», «Умею выполнять требования взрослых»

Творческая работа «Рисунок имени». ЗАНЯТИЕ 2. Я умею преодолевать трудности. Разминка «Ролевая гимнастика».

Рассказ о подвиге адмирала Ф.Ф. Ушакова. Обсуждение. Упражнения: «Вспомни и сделай», «Сумей понять».

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 3. Я умею преодолевать трудности (продолжение).

Разминка «Ролевая гимнастика».

Упражнения: «Вспомни и сделай», «Вопрос», «Тихо». Работа со сказкой «Лопух и одуванчик». Обсуждение. Графический диктант.
ЗАНЯТИЕ 4. Я умею слушать других.

Разминка «Ролевая гимнастика». История про альпинистов. Обсуждение.
Упражнения: «Я умею справляться с трудностями», «Запомни ответ», «Диалог».
Творческая работа «Общий рисунок»
Работа со сказкой «Муравьишка Гришка». Обсуждение.
ЗАНЯТИЕ 5. Я умею учиться у ошибки.

Разминка «Противоположности».
Работа со сказкой «Ошибка и Неошибка». Обсуждение. Творческая работа по сказке «Чему может научить ошибка?»
Графический диктант
Работа со сказкой «Коля и Солнечный Зайчик». Обсуждение.
ЗАНЯТИЕ 6. Я умею быть доброжелательным.

Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение. Графический диктант.
ЗАНЯТИЕ 7. Я умею быть доброжелательным (продолжение).

Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнение: четыре испытания. Графический диктант.
ЗАНЯТИЕ 8. Я – доброжелательный.

Разминка «Ролевая гимнастика».
Упражнения: «Кому письмо?», «Качества доброжелательного человека»,
«Зачем нужны качества?», «Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся», «Желаем добра». Работа со сказкой «Сережа – Серый Волк». Обсуждение.
ЗАНЯТИЕ 9. Я умею быть ласковым.

Разминка «Ролевая гимнастика».
Работа со сказкой «История про Павлика». Обсуждение.
Упражнения: «Ласковый взгляд», «Ласковое прикосновение», «Ласковые слова и интонация» Работа со сказкой «Волчонок Сеня». Обсуждение.
ЗАНЯТИЕ 10. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.

Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение. Творческая работа «Нарисуй страну».
ЗАНЯТИЕ 11. Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими (продолжение).

Разминка «Ролевая гимнастика».
Упражнения: «Что между странами?», «Как страны общаются?», «Общий рассказ».

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 12. Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.

Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение.

Упражнения: «Кто умеет слышать мнение другого?», «Оружие для защиты». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 13. Я учусь решать конфликты. Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение.

Упражнение: «Это конфликт?» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 14. Я учусь решать конфликты (продолжение).

Разминка «Ролевая гимнастика».

Упражнения: «Придумай конфликт», «Инсценировка конфликта». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 15. Я умею разрешать конфликты.

Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем по-разному». Работа со сказкой. Обсуждение.

Упражнения: «Инсценируем конфликт», «Конфликт» Графический диктант. Тема 2. Мои чувства (18 ч) Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей; □ помочь детям осознать относительность оценки чувств; □ способствовать снижению уровня школьных страхов.

ЗАНЯТИЕ 16. Радость. Что такое мимика? Разминка «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался». Упражнения: «Закончи предложения».

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 17. Радость. Что такое мимика? (продолжение).

Разминка «Раз, два, три, позу за мной повтори». Упражнение: «Зоопарк».

Творческая работа «Рисунок радости».

ЗАНЯТИЕ 18. Радость. Что такое жесты?

Разминка «Угадай, где я иду?», «Превратись в животное».

Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 19. Радость. Что такое жесты? (продолжение).

Разминка «Превратись в животное», кричалка «Я очень хороший!» Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Объясни задание». Работа со сказкой. «Когда молочные зубы сменились постоянными».

Обсуждение.

ЗАНЯТИЕ 20 Радость. Как ее доставить другому человеку?

Разминка «Угадай, где я иду?»

Упражнения: «Как доставить радость другому человеку?», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 21. Радость Можно передать прикосновением.

Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», кричалка «Ура успешной фотоохоте!».

Упражнения: «Радость можно передать прикосновением», «Котёнок».

Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу». Обсуждение.

ЗАНЯТИЕ 22. Грусть.

Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и нет».

Упражнения: «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котёнок грустит». Работа со сказкой «Сказка по котёнка Васюку». Обсуждение.

ЗАНЯТИЕ 23. Страх.

Разминка «Дотронься до...»

Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Девочка с мишкой».

Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям.

ЗАНЯТИЕ 24. Страх (продолжение).

Разминка «Дотронься до...»

Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Темноландия».

Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям.

ЗАНЯТИЕ 25. Страх. Как его преодолеть.

Разминка «Неопределённые фигуры».

Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 26. Страх. Как его преодолеть (продолжение).

Разминка «Неопределённые фигуры».

Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки» ЗАНЯТИЕ 27. Гнев. С какими чувствами он дружит?

Разминка «Художник», «Попугай».

Работа со сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался». Обсуждение.

Творческая работа.

ЗАНЯТИЕ 28. Гнев. С какими чувствами он дружит? (продолжение).

Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме».

Работа со сказкой «Как ромашки с васильками поссорились». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 29. Гнев и его польза

Разминка «Чёрная рука – белая рука», «Разозлились – одумались», «Поссорились – помирились».

Упражнение: «Закончи предложение»

Работа со сказкой «О путнике и его беде». Обсуждение Творческая работа по итогам сказки.

ЗАНЯТИЕ 30. Обида.

Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет!». Упражнения: «Закончи предложение», «Какая у меня обида».

Работа со сказкой «Обида». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 31. Обида (продолжение).

Разминка «Пусть всегда будет!», «Весеннее настроение». Упражнения: «Закончи предложение», «Напрасная обида».

Работа со сказкой «Обида». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 32. Разные чувства.

Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум – бурум», «Море волнуется», «Волны».

Упражнение: «Закончи предложение». Групповая работа

«Ожившее чувство» Творческая работа «Рисунок чувств».

ЗАНЯТИЕ 33. Итоговое.

Игра – конкурс КВН.

2 класс (34 занятия)

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. Ребёнок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексия. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учёбе,

«быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребёнок 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.

Тема 1. Вспомним чувства (5 ч) Цели:

- актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

ЗАНЯТИЕ 1. Мы рады встрече.

Разминка «Мячик».

Упражнения: «Вспомним чувства», «Чувства-воспоминания» Творческая работа «Рисунок радости».

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 2. Понимаем чувства другого.

Разминка «Мячик», «Лишнее слово».

Упражнения: «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 3. Мы испытываем разные чувства

Разминка «Мячик». Упражнение: «Режим дня»

Творческая работа «Рисуем режим». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 4. Мы испытываем разные чувства (продолжение).

Разминка «Лишнее слово».

Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 5. Мы испытываем разные чувства (продолжение). Разминка «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал...» Упражнения: «Пластилиновое чувство»,

«Палитра чувства».

Тема 2. Качества людей (18 ч) Цели:

- ознакомить детей с понятием «качества людей»;
- помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности.

ЗАНЯТИЕ 6. Люди отличаются друг от друга своими качествами.

Разминка «Лишнее слово».

Упражнения: «Качества», «В чем твоя сила?», «Сердце класса». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 7. Люди отличаются друг от друга своими качествами (продолжение).

Разминка «Кто сегодня молодец». Упражнения: «Качества», «Чьи качества».

Работа со сказкой «Пятёрка и доброе сердце». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 8. Хорошие качества людей.

Разминка «Какие качества задуманы».

Упражнения: «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 9. Хорошие качества людей (продолжение).

Разминка «Какие качества задуманы».

Упражнения: «Три качества», «Качество в подарок».

Работа со сказкой «Я не такой, как все!». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 10. Самое важное хорошее качество.

Разминка «Найти лишнее слово»

Упражнения: «Сборы в дорогу», «Кто любит людей» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 11. Самое важное хорошее качество (продолжение).

Разминка «Качества – шёпотом».

Упражнения: «Сборы в дорогу», «Поделимся любовью».

Работа со сказкой «Хвостатик». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 12. Кто такой сердечный человек?

Разминка «Найти лишнее слово», «Отгадай качество».

Упражнения: «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств...», «Мягкое сердце».

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 13. Кого называют «доброжелательным человеком»?

Разминка «Найти лишнее слово», «Какое слово не подходит». Упражнение: «Волшебные слова».

Работа со сказкой «Маленький котёнок». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 14. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано». Упражнения: «Я бы хотел стать более...», «Золотой ключик».

Работа со сказкой «Часы». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 15. Я желаю добра ребятам в классе.

Разминка «Аналогии»

Упражнения: «Как ведёт себя человек», «Я желаю добра». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 16. Я желаю добра ребятам в классе (продолжение).

Разминка «Шифровальщики»

Работа со сказкой «О подзорной трубе». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 17. Чистое сердце.

Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Упражнение: «Чистое сердце».

Работа со сказкой «Сказка про гусеничку». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 18. Какие качества нам нравятся друг в друге?

Разминка «Зелёный крокодил в синей шляпе». Упражнение:

«Снежная королева» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 19. Какие качества нам нравятся друг в друге?(продолжение)

Разминка «Угадайка»

Работа со сказкой «Кузя». Обсуждение и творческая работа по сказке. ЗАНЯТИЕ 20. Какими качествами мы похожи, а какими различаемся? Разминка «Неоконченные предложения»

Упражнения: «Ладощка», «Мы похожи – мы отличаемся» Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 21. Какими качествами мы похожи, а какими различаемся? (продолжение)

Разминка «Психологическая загадка» Упражнение: «Мы похожи – мы отличаемся»

Работа со сказкой «Туча». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 22. Каждый человек уникален.

Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал».

Упражнение: «Звёздочка»

Работа со сказкой «Цветок по имени Незабудка». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 23. В каждом человеке есть тёмные и светлые качества.

Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чьи ладошки».

Упражнения: «Тёмные и светлые мешочки», «Светофоры»

Работа со сказкой «Перчатка». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Тема 3. Какой Я – Какой Ты (11 ч) Цели:

- помочь детям понять, что у них есть много положительных качеств; □ учить детей находить положительные качества во всех людях.

ЗАНЯТИЕ 24. Какой Я?

Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая разгадка». Упражнение:

«Цыганка» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 25. Какой Я? (продолжение)

Разминка «Психологическая разгадка», «Холодно – горячо».

Работа со сказкой «Сказка про дружбу». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 26. Какой Ты?

Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая разгадка». Упражнение:

«Цыганка» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 27. Какой Ты? (продолжение)

Разминка «Психологическая разгадка», «Найди игрушку». Упражнение:

«Заяц – Хваста» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 28. Какой Ты? Учимся договариваться.

Разминка «Неоконченные предложения», «Топните те, кто...», «Какого цвета твои глаза?» Упражнения:

«Я задумал мальчика...», «Интервью», «Прослушивание интервью».

ЗАНЯТИЕ 29. Трудности второклассника в школе, дома на улице. Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели». Упражнения: «Копилка трудностей», «Театр»

Творческая работа «Трудные ситуации второклассника».

ЗАНЯТИЕ 30. Школьные трудности.

Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два – четыре». Упражнение: «Помоги Сереже»

Работа со сказкой «В одном лесу жила-была...». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 31. Школьные трудности (продолжение).

Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Взвизгните те, кто...», «Изобрази ситуацию».

Упражнение: «Помоги Сереже»

Работа со сказкой «Про львёнка Пашу». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 32. Домашние трудности.

Разминка «Изобрази предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка...»

Работа со сказкой «О муравьишке». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 33. Домашние трудности (продолжение). Разминка

«Разные ладошки», «Если я отличник...» Упражнение: «Изобрази ситуацию».

Работа со сказкой «Верить и стараться». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 34. Итоговое.

Игра – конкурс КВН.

3 класс (34 занятия)

К началу третьего класса у ребёнка уже чётко сформирован отчётливый 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 ребёнка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют

«внутренним ребёнком».

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 ребёнке за счёт обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение творческих способностей. Однако это – явление временное и обратимое, если вовремя начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я-фантазёр», 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 ребёнке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идёт и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребёнок 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 ребёнка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребёнка 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 остаётся 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 ребёнка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

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

Тема 1. Я – фантазер (9 ч) Цели:

- помочь детям осознать ценность умения фантазировать; ☐ развивать креативные способности детей.

ЗАНЯТИЕ 1. Я – третьеклассник.

Разминка «Я соскучился по...», «Летние сценки», «Закончи предложение», «Я – третьеклассник».

Упражнения: «Что интересно третьекласснику?», «Если б не было на свете школ»

Творческая работа «Рисунок идеальной школы»

ЗАНЯТИЕ 2. Кого можно назвать фантазёром?

Разминка «Ведущий тоже соскучился», «Кто как отдыхает?», «Кто это?» Упражнение: «Небылицы»

Работа со сказкой «Цветик – семицветик». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 3. Я умею фантазировать.

Разминка «Мысленные картинки», «Домашние занятия» Упражнение:

«Волшебный компот» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 4. Я умею фантазировать (продолжение).

Разминка «Какое чувство ты испытываешь?», «Небылицы» Упражнение:

«Царевна Несмеяна» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 5. Мои сны.

Разминка «Мысленные картинки», «Небылицы», «На что похож этот звук?», «Песочные картинки».

Упражнение: «Самый интересный сон» Творческая работа «Рисунок сна» ЗАНЯТИЕ 6. Я умею сочинять!

Разминка «Мысленные картинки», «На что похож этот звук?», «Ассоциации», «Свечка». Упражнение: «Вредные советы»

Творческая работа «Вредные советы»

ЗАНЯТИЕ 7. Мои мечты

Разминка «Мысленные картинки», «Ассоциации», «Запахи». Упражнение: «Неоконченные предложения»

Работа со сказкой «Сказка о голубой мечте». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Творческая работа «Моя мечта» ЗАНЯТИЕ 8. Фантазии и ложь.

Разминка «Мысленные картинки», «Лишняя ассоциации». Упражнение:

«Правда и ложь» Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 9. Фантазии и ложь (продолжение). Разминка «Запахи», «Кто соврал?»

Работа со сказкой «Лживый мальчик». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Тема 2. Я и моя школа (6 ч) Цели:

- помочь детям осознать особенности позиции ученика;
- предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя;
- помочь детям принять учителя таким, какой он есть.

ЗАНЯТИЕ 10. Я и моя школа.

Разминка «Родители, учителя и ученики», «Что делает ученик?»

Упражнения: «Неоконченные предложения», «Школа на планете “Наоборот”».

ЗАНЯТИЕ 11. Я и моя школа (продолжение). Разминка «Мешок хороших качеств» Упражнение: «Школа на планете “Наоборот”». Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 12. Что такое лень?

Разминка «Родители, учителя и ученики», «Что делает ученик?», «Мешок хороших качеств»
Упражнение: «Существо по имени Лень»

Работа со сказкой «О ленивой звёздочке». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 13. Я и мой учитель.

Разминка «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Я – тетрадь» Упражнение: «Неоконченные предложения»

Работа со сказкой «О девочке и строгой учительнице». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 14. Я и мой учитель (продолжение).

Разминка «Передай чувство... ногами», «Школьная фотография», «Я – книжный шкаф» Упражнение: «Неоконченные предложения»

Работа со сказкой «О мальчике Вале». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 15. Как справляться с «Немогучками»?

Разминка «В маске», «Передай чувство... ногами», «Радиоинтервью». Упражнение: «Кто такие Немогучки?»

Работа со сказкой «Малыш – Облачко». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Тема 3. Я и мои родители (4 ч) Цели:

- помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;
- обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.

ЗАНЯТИЕ 16. Я и мои родители

Разминка «В маске», «Сонное дыхание», «Сказочные герои» Упражнение: «Неоконченные предложения»

Творческая работа «Семья»

ЗАНЯТИЕ 17. Я умею просить прощения

Разминка «Изобрази предмет», «Чувства», «Маски»

Упражнения: «Неоконченные предложения», «Не буду просить прощения!» Работа со сказкой «Принц Эдгар». Обсуждение и творческая работа по сказке. ЗАНЯТИЕ 18. Почему родители наказывают детей?

Разминка «Изобрази предмет», «Занятие мамы» Упражнение:

«Неоконченные предложения» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 19. Почему родители наказывают детей? (продолжение) Разминка «Изобрази предмет», «Я сделал дело хорошо».

Работа со сказкой «Простить маму». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Тема 4. Я и мои друзья (7 ч) Цели:

- помочь детям осознать качества настоящего друга;
- подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.

ЗАНЯТИЕ 20. Настоящий друг.

Разминка «Кто сказал спасибо?», «Я сделал дело хорошо».

Упражнения: «Неоконченные предложения», «Качества настоящего друга» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 21. Настоящий друг (продолжение). Разминка «Кто сказал спасибо?», «Кто есть кто?» Упражнение: «Надёжный лифт»

Работа со сказкой «Неожиданная встреча». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 22. Умею ли я дружить?

Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал прости?» Упражнение:

«Нужно ли уметь дружить?» Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 23. Умею ли я дружить? (продолжение)

Разминка «Чувства и ассоциации», «Одинаковые скульптуры» Упражнение: «Санитары»

Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 24. Трудности в отношениях с друзьями.

Разминка «Чувства и ассоциации», «Одинаковые скульптуры», «Кто сказал “мяу”?»

Упражнение: «Об Алеше»

Работа со сказкой «О Спиногрызике». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 25. Ссора и драка.

Разминка «Чувства – ассоциации», «Изобрази ситуацию»

Упражнения: «Неоконченные предложения», «Я знаю одного мальчика» ЗАНЯТИЕ 26. Ссора и драка (продолжение).

Разминка «Чувства – ассоциации», «Какие чувства возникают во время ссоры или драки?» Упражнения: «Неоконченные предложения», «Я знаю одного мальчика» Тема 5. Что такое сотрудничество (8 ч) Цели:

➤ дать детям представление о понятии «сотрудничество».

ЗАНЯТИЕ 27. Что такое сотрудничество?

Разминка «Я сегодня обрадовался встрече с...», «Спасибо тебе за...» Упражнение:

«Что такое сотрудничество?» Графический диктант. ЗАНЯТИЕ 28. Что такое сотрудничество? (продолжение)

Разминка «Спасибо тебе за...», «Кто лишний?»

Работа со сказкой «Добрая память». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 29. Я умею понимать другого.

Разминка «Передай чувство», «Извини меня...» Упражнение: «Что значит понимать другого?»

Графический диктант.

ЗАНЯТИЕ 30. Я умею понимать другого (продолжение). Разминка «Передай чувство», «Кто лишний?»

Упражнение: «Конструктор»

Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 31. Я умею договариваться с людьми.

Разминка «Передай чувство», «Собери картинку», «Кто сказал мяу?» Упражнение: «Я умею договариваться»

Работа со сказкой «Чтобы тебя любили». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 32. Мы умеем действовать сообща.

Разминка «Передай чувство», «Что лишнее?»

Упражнения: «Собери картинку», «Найди себе пару», «Мы вместе» Творческая работа «Мой класс»
ЗАНЯТИЕ 33. Что такое коллективная работа? Разминка «Найди себе пару», «Вальс дружбы»

Упражнение: «Что мы хотим пожелать друг другу?» Творческая работа «Коллективный плакат»

ЗАНЯТИЕ 34. Итоговое.

Игра – конкурс.

4 класс (34 занятия)

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

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

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

Тема 1. Кто я? Мои способности и возможности (12 ч) Цели:

- привлечь внимание к процессу взросления;
- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;
- внести понятие «внутренний мир человека», акцентировать его ценность и уникальность.

ЗАНЯТИЕ 1. Как я изменился летом?

Разминка «Интервью», «Летом»

Беседа по теме: «Как меняется человек», «Позитивные и негативные изменения» Работа со сказкой «Митькина жизнь». Обсуждение и творческая работа по сказке. ЗАНЯТИЕ 2. Кто я?

Разминка «Как я провёл лето». Упражнение: «Роли»

Работа со сказкой «Федунчик». Обсуждение и творческая работа по сказке. ЗАНЯТИЕ 3. Кто я? (продолжение)
Разминка «Летом я научился...».

Работа со сказкой «Сказка о Маше и её человечках». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 4. Расту=Взрослею?

Разминка «Взрослое имя», «Сумка»

Беседа на тему «Детские качества»

Работа со сказкой «Про Ваню, который вырос». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 5. Мои способности.

Разминка «Способности моих друзей» Беседа на тему: «Что такое способности?» Упражнение: «Мой любимый герой»
ЗАНЯТИЕ 6. Мои способности (продолжение).

Разминка «Мои способности»

Работа со сказкой «Сказка о скрипке». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 7. Мои интересы.

Разминка «Один, два, интерес», «Отгадай, кто я?» Упражнения: «Подарок», «Дискуссия» Творческая работа «Плакат»

Домашнее задание: Поговорить с родителями об их способностях и интересах.
ЗАНЯТИЕ 8. Мой путь к успеху.

Разминка «Способности моих родителей», «Кого загадал ведущий?»,
«Отгадай, кто я?» Упражнения: «Выбор пути»
Творческая работа «Мои способности в будущем» ЗАНЯТИЕ 9. Мой внутренний мир.

Разминка «Не выходя из комнаты», «Радиопередача» Упражнение: «Чужие рассказы»
Творческая работа «Маленький принц» ЗАНЯТИЕ 10. Уникальность внутреннего мира. Разминка «Рассмотри и придумай»

Творческая работа «Маленькая страна»
ЗАНЯТИЕ 11. Уникальность внутреннего мира (продолжение).

Разминка «Не выходя из комнаты»

Работа со сказкой «Перочинный ножик». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 12. Мой внутренний мир и мои друзья.

Разминка «Не разбуди», «Штирлиц»

Беседа на тему: «Интерес к внутреннему миру», «Иголки»

Работа со сказкой «Парковая роза». Обсуждение и творческая работа по сказке.

Тема 2. Мой класс и мои друзья (13 ч) Цели:

- предоставить ребятам возможность обсудить значимый для них процесс общения со сверстниками;
- помочь осознать и проявить чувства, связанные с изменениями взаимоотношений между полами;
- помочь понять своё место среди одноклассников.

ЗАНЯТИЕ 13. Мои друзья девочки и мальчики.

Разминка «Кто это?»

Беседа на тему: «Что такое симпатия?», «Симпатия и дружба» Упражнения: «Улыбка и взгляд»
ЗАНЯТИЕ 14. Мои друзья девочки и мальчики (продолжение).

Разминка «Чи руки?»

Работа со сказкой «Жила-была девочка...». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 15. Мой класс.

Разминка «Что я люблю?»

Упражнения: «Портрет класса», «Что я вношу в свой класс?» ЗАНЯТИЕ 16. Мой класс (продолжение).

Разминка «Коллективный компьютер»

Работа со сказкой «Я умею жалеть». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 17. Мои одноклассники.

Разминка «Что любит мой сосед?»

Беседа на тему: «Третий лишний», «Делай, как я» Упражнение: «Копилка»
ЗАНЯТИЕ 18. Мои одноклассники (продолжение).

Разминка «Узнай товарища» Упражнение: «Копилка»

Работа со сказкой «Друг Великана». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 19. Мои одноклассники – какие они?

Разминка «Раз, два, три»

Упражнения: «Незамеченное качество или фонарик», «Любимое блюдо»
ЗАНЯТИЕ 20. Мои одноклассники – какие они? (продолжение)

Разминка «Общие качества»

Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 21. Какие ученики мои одноклассники?

Разминка «Чей фильм длиннее» Упражнения: «Контрольная работа», «Совет»
ЗАНЯТИЕ 22. Какие ученики мои одноклассники? (продолжение)

Разминка «Оживи предмет» Упражнение «Картинки»

Работа со сказкой «О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе». Обсуждение и творческая работа по сказке.
ЗАНЯТИЕ 23. Лидерство в классе.

Разминка «Пальцы», «Выбор» Беседа на тему:

«Знак лидерства» Упражнение: «Фломастеры»
ЗАНЯТИЕ 24. Конфликты в классе.

Разминка «Улыбнись, как...», «В ресторане»

Беседа на тему: «Признаки начала конфликта», «Как быть, если...»

Работа со сказкой «Мишкино горе». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 25. Взаимопомощь в классе.

Разминка «Помоги другу», «Взаимопонимание»

Беседа на тему: «Взаимопомощь, взаимодействие, взаимопонимание» Упражнение: «Что нужно делать»

Тема 3. Мое прошлое, настоящее и будущее (9 ч) Цели:

- подготовить ребят к началу взросления и переходу в пятый класс; □ способствовать повышению учебной и социальной активности.

ЗАНЯТИЕ 26. Мое детство. Разминка «Повтори» Упражнение: «Случай из детства»

ЗАНЯТИЕ 27. Моё детство (продолжение).

Разминка «Буратино, Шапокляк»

Работа со сказкой «Сундук, который помог царю». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 28. Моё настоящее.

Разминка «Узнай, кто затейник», «Разведчики»

Упражнения: «Тайная радость», «Общая радость» Творческая работа «Коллаж» ЗАНЯТИЕ 29. Моё будущее.

Разминка «Вместе хором», «Рисование в слепую»

Упражнения: «Взрослое имя», «Я в будущем», «Хочу в будущем – делаю сейчас»

ЗАНЯТИЕ 30. Мой будущий дом.

Разминка «Разведчик», «Стена»

Упражнения: «Дискуссия», «Погода в доме», «Девиз дома» ЗАНЯТИЕ 31. Моя будущая профессия.

Разминка «Изобрази профессию», «Земля, вода, воздух» Упражнения: «Дискуссия», «Профессии сотрудников школы» ЗАНЯТИЕ 32. Моё близкое будущее – 5 класс.

Разминка «Кто наблюдательнее», «Рукопожатие»

Упражнения: «Готовность к переходу в 5 класс», «Если бы я был сейчас первоклассником», «Спасибо»

ЗАНЯТИЕ 33. Что нового меня ждёт в 5 классе Разминка «Домино», «Произнеси одновременно» Упражнение: «Чей урок важнее?»

Работа со сказкой «Планета Детство». Обсуждение и творческая работа по сказке.

ЗАНЯТИЕ 34. Итоговое.

Игра – конкурс «Испытания»

Список литературы

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). М., 2015.
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
4. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
5. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе: от действия к мысли: пособие для учителя / А.Г. Асмолов (и др); под ред. А.Г. Асмолова. М., 2010.
6. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
7. Никифорова В.В. «Графические диктанты». М., 2012.
8. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.
9. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М., 1998.

Поурочно-тематическое планирование 1 класс

№ п/п	№ уро ка	Модули, темы урока	Дата	
			план	факт
1	1	Тема «Знакомство. Я умею управлять собой»		
2	2	Тема «Я умею преодолевать трудности»		
3	3	Тема «Я умею преодолевать трудности» (продолжение)		
4	4	Тема «Я умею слушать других»		

33

□

5	5	Тема «Я умею учиться у ошибки»		
6	6	Тема «Я умею быть доброжелательным»□		
7	7	Тема «Я умею быть доброжелательным» (продолжение)□		
8	8	Тема «Я – доброжелательный»□		
9	9	Тема «Я умею быть ласковым»□		
10	10	Тема «Я становлюсь		

		сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими»		
11	11	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими» (продолжение)		
12	12	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого»□		
13	13	Тема «Я учусь решать конфликты»□		
14	14	Тема «Я учусь решать конфликты» (продолжение)		
15	15	Тема «Я умею разрешать конфликты»		
16	1	Тема «Радость. Что такое мимика?»□		
17	2	Тема «Радость. Что такое мимика?» (продолжение) □		
18	3	Тема «Радость. Что такое жесты?»□		
19	4	Тема «Радость. Что такое жесты?» (продолжение)□		
20	5	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку?»□		
21	6	Тема «Радость. Можно передать прикосновением»□		
22	7	Тема «Грусть»		
23	8	Тема «Страх»		
24	9	Тема «Страх» (продолжение)		

25	10	Тема «Страх. Как его преодолеть»□		
26	11	Тема «Страх. Как его преодолеть» (продолжение)□		
27	12	Тема «Гнев. С какими чувствами		

		он дружит?»□		
28	13	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит?» (продолжение)□		
29	14	Тема «Гнев и его польза»□		
30	15	Тема «Обида»□		
31	16	Тема «Обида» (продолжение)□		
32	17	Тема «Разные чувства»□		
33	18	Тема «Итоговое занятие»		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ п/п	№ уро ка	Модули, темы урока	Дата	
			план	факт
1	1	Тема «Мы рады встрече»		
2	2	Тема «Понимаем чувства другого»		
3	3	Тема «Мы испытываем разные чувства»		
4	4	Тема «Мы испытываем разные чувства» (продолжение)		
5	5	Тема «Мы испытываем разные чувства» (продолжение)		
6	1	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»		
7	2	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами» (продолжение)		
8	3	Тема «Хорошие качества людей»		
9	4	Тема «Хорошие качества людей» (продолжение)		

10	5	Тема «Самое важное хорошее качество»		
11	6	Тема «Самое важное хорошее качество»		

		(продолжение)		
12	7	Тема «Кто такой сердечный человек»		
13	8	Тема «Кого называют “доброжелательным человеком”»?		
14	9	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»		
15	10	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»		
16	11	Тема «Я желаю добра ребятам в классе» (продолжение)		

17	12	Тема «Чистое сердце»		
18	13	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»		
19	14	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге» (продолжение)		
20	15	Тема «Какими		

		качествами мы похожи, а какими различаемся»		
21	16	Тема «Какими качествами мы похожи, а какими различаемся» (продолжение)		
22	17	Тема «Каждый человек уникален»		
23	18	Тема «В каждом человеке есть темные и светлые качества»		
24	1	Тема «Какой Я?»		
25	2	Тема «Какой Я?» (продолжение)		
26	3	Тема «Какой ТЫ?»		

27	4	Тема «Какой ТЫ?» (продолжение)		
28	5	Тема «Какой ТЫ? Учимся договариваться»		
29	6	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»		
30	7	Тема «Школьные трудности»		
31	8	Тема «Школьные трудности» (продолжение)		

32	9	Тема «Домашние трудности»		
33	10	Тема «Домашние трудности» (продолжение)		
34	11	Тема «Итоговое занятие»		

Календарно-тематическое планирование 3 класс

№ п/п	№ уро ка	Модули, темы урока	Дата	
			план	факт
1	1	Тема «Я - третьеклассник»		
2	2	Тема «Кого можно назвать фантазером?»		
3	3	Тема «Я умею фантазировать!»		
4	4	Тема «Я умею фантазировать!» (продолжение)		
5	5	Тема «Мои сны»		

6	6	Тема «Я умею сочинять»		
7	7	Тема «Мои мечты»		
8	8	Тема «Фантазии и ложь»		
9	9	Тема «Фантазии и ложь» (продолжение)		
10	1	Тема «Я и моя школа»		
11	2	Тема «Я и моя		

		школа» (продолжение)		
--	--	----------------------	--	--

12	3	Тема «Что такое лень?»		
13	4	Тема «Я и мой учитель»		
14	5	Тема «Я и мой учитель» (продолжение)		
15	6	Тема «Как справляться с «Немогучками»»		
16	1	Тема «Я и мои родители»		
17	2	Тема «Я умею просить прощение!»		
18	3	Тема «Почему родители наказывают своих детей?»		
19	4	Тема «Почему родители наказывают своих детей?» (продолжение)		
20	1	Тема «Настоящий друг»		
21	2	Тема «Настоящий друг» (продолжение)		

22	3	Тема «Умею ли я дружить?»		
23	4	Тема «Умею ли я дружить?» (продолжение)		

24	5	Тема «Трудности в отношениях с друзьями»		
25	6	Тема «Ссора и драка»		
26	7	Тема «Ссора и драка» (продолжение)		
27	1	Тема «Что такое сотрудничество»		

28	2	Тема «Что такое сотрудничество» (продолжение)		
29	3	Тема «Я умею понимать другого»		
30	4	Тема «Я умею понимать другого» (продолжение)		
31	5	Тема «Я умею договариваться с другими»		
32	6	Тема «Мы умеем действовать сообща»		
33	7	Тема «Что такое коллективная работа»		
34	8	Тема «Итоговое занятие»		



Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ п/п	№ уро ка	Модули, темы урока		
1	1	Тема «Как я изменился летом?»		
2	2	Тема «Кто Я?»		
3	3	Тема «Кто Я?» (продолжение)		
4	4	Тема «Расту = Взрослею»		
5	5	Тема «Мои		

		способности»		
6	6	Тема «Мои способности» (продолжение)		
7	7	Тема «Мои интересы»		
8	8	Тема «Мой путь к успеху»		
9	9	Тема «Мой внутренний мир»		
10	10	Тема «Уникальность внутреннего мира»		
11	11	Тема «Уникальность внутреннего мира»		

		(продолжение)		
12	12	Тема «Мой внутренний мир и мои друзья»		
13	1	Тема «Мои друзья девочки и мальчики»		
14	2	Тема «Мои друзья		

		девочки и мальчики» (продолжение)		
15	3	Тема «Мой класс»		
16	4	Тема «Мой класс» (продолжение)		
17	5	Тема «Мои одноклассники»		

18	6	Тема «Мои одноклассники» (продолжение)		
19	7	Тема «Мои одноклассники – какие они?»		
20	8	Тема «Мои одноклассники – какие они?» (продолжение)		
21	9	Тема «Какие ученики мои одноклассники?»		
22	10	Тема «Какие ученики мои одноклассники?» (продолжение)		
23	11	Тема «Лидерство в классе»		
24	12	Тема «Конфликты в		
		классе»		
25	13	Тема «Взаимопомощь в классе»		
26	1	Тема «Мое детство»		
27	2	Тема «Мое детство» (продолжение)		
28	3	Тема «Мое настоящее»		
29	4	Тема «Мое		
		будущее»		

30	5	Тема «Мой будущий дом»		
31	6	Тема «Моя будущая профессия»		
32	7	Тема «Мое близкое будущее – 5 класс»		
33	8	Тема «Что нового ждет меня в пятом классе»		
34	9	Итоговое		