

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Школа № 94 имени полного кавалера ордена Славы Щеканова Н.Ф.»  
городского округа Самара

РАССМОТРЕНО  
на методическом объединении  
учителей математики

Председатель ШМО

Протокол № 1

От «30» августа 2021 г.

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора по ВР

*Инькова Н.В.*

Инькова Н.В.

от «30» августа 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ школы № 94

*Ковалева Т.А.*

Ковалева Т.А.

«30» августа 2021г.

Приказ № 129 от 03.08.2021



**Программа**  
**внеурочной деятельности обучающихся**

**«Познай себя»**

Направление: социальное

Вид деятельности: кружок

Возрастной состав: 2-4 классы

Срок реализации: 3 года

Разработчик: Замулина Л.А.

Самара, 2021

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Познай себя» составлена в соответствии:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06 октября 2009 года);
- Программой «Познай себя», автор Кувшинова А.В., сайт: <https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/raznoe/2018/07/12/rabochaya-programma-vneurochnoy-deyatelnosti-tropinka-k-svoemu>
- ООП НОО МБОУ школы № 94 г.о. Самара.

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействие с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают. Отсюда неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках, самооценках, намерениях и т. д.

Курс «Познай себя» поможет ребенку осознать самого себя, свои интересы, способности, отношения, переживания, представления о своем дальнейшем жизненном пути. Приобщение к знаниям о человеке имеет особенно важное значение на начальных этапах школьного образования, когда основные свойства познавательной деятельности и качества личности находятся в периоде своего осмысленного становления.

Работа по программе проводится в рамках социального и духовно-нравственного развития и воспитания школьников, которая является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа для образования.

Программа курса представляет собой систему групповых занятий, которые включают элементы тренинга, социопсихологические игры, элементы психогимнастики, сказкотерапии, арттерапии, групповые дискуссии.

### **Актуальность программы**

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.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена 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 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. Формирование психологического здоровья.
3. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
4. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей -установку преодоления.
5. Развивать социальные и коммуникативные умения , необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
6. Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
7. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
8. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
9. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.
10. Формировать терпимость к мнению собеседника.

**Основные формы работы**

Занятия рассчитаны на коллективную, групповую и индивидуальную работу.

**Формы организации занятий:** *проект, занятие-диспут, интегрированное занятие, занятие-праздник, тесты, рисунок, урок-беседа, экскурсия, просмотр видеофильма, игра.*

Для внеурочной деятельности «Познай себя» в начальной школе отведено по 1 часу в неделю во 2, 3, 4 классах. Количество учебных недель 34. Всего 102 часа.

**Общая характеристика курса «Познай себя»**

В основе реализации программы лежит теоретическая модель 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

### Принципы реализации программы курса

1. Принцип индивидуализации предполагает учёт возраста, учёт типа детско-родительских отношений, уровня общего состояния ребёнка.
2. Принцип доступности от уровня психологических особенностей ребёнка.
3. Принцип наглядности - демонстрация упражнений, этюдов, моделирование ситуаций, игр подтверждает объяснение и помогает ребёнку их правильно выполнять.
4. Принцип систематичности и последовательности заключается в непрерывности, регулярности, планомерности процесса, в котором реализуются задачи коррекционно-развивающей работы.
5. Принцип научности лежит в основе всех технологий, способствующих коммуникативным способностям детей старшего дошкольного возраста.
6. Принцип оздоровительной направленности обеспечивает оптимизацию двигательной активности детей, укрепление психологического здоровья, совершенствование физиологических и психических функций организма.

### Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

#### *Личностные результаты*

<b>2 класс</b>	
<b>У ученика будут сформированы</b>	<b>Ученик получит возможность для формирования</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;</li> <li>• ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;</li> <li>• развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;</li> <li>• устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;</li> </ul>
<b>3 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;</li> <li>• учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;</li> <li>• 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;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;</li> <li>• компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;</li> <li>• 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;</li> </ul>
<b>4 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• эмпатия как понимание чувств других</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• установки на здоровый образ жизни и</li> </ul>

людей и сопереживание им; <ul style="list-style-type: none"> <li>• установка на здоровый образ жизни;</li> <li>• способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;</li> <li>• широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;</li> </ul>	реализации её в реальном поведении и поступках; <ul style="list-style-type: none"> <li>• эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.</li> <li>• адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности</li> </ul>
---	--

## Метапредметные результаты

### *Регулятивные универсальные учебные действия*

<b>2 класс</b>	
<b>Ученик научится</b>	<b>Ученик получит возможность научиться</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</li> <li>• извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста</li> <li>• определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению</li> <li>• строить речевое высказывание в устной форме</li> </ul>
<b>3 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться рефлексировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников</li> <li>• учиться прогнозировать последствия своих поступков</li> <li>• определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.</li> <li>• строить речевое высказывание в устной форме</li> </ul>
<b>4 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением</li> <li>• извлекать необходимую информацию из текста</li> <li>• определять и формулировать цель в совместной работе</li> <li>• учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях</li> <li>• осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми</li> <li>• планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого</li> <li>• соотносить результат с целью и оценивать его.</li> </ul>

### *Познавательные универсальные учебные действия*

<b>2 класс</b>	
<b>Ученик научится</b>	<b>Ученик получит возможность научиться</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя</li> <li>• учиться исследовать свои качества и свои особенности</li> <li>• учиться наблюдать</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</li> <li>• моделировать ситуацию с помощью учителя</li> </ul>
<b>3 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• находить ответы на вопросы в различных</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• моделировать различные ситуации</li> </ul>

источниках информации (текст, рисунок, фото) • делать выводы в результате совместной работы в группе • учиться графически оформлять изучаемый материал	усваивать разные способы запоминания информации
<b>4 класс</b>	
• 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 универсальные учебные действия*

<b>2 класс</b>	
<b>Ученик научится</b>	<b>Ученик получит возможность научиться</b>
• 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.
<b>3 класс</b>	
• 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
<b>4 класс</b>	
• ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии • учиться контролировать свою речь и поступки • учиться толерантному отношению к другому мнению • учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.	• учиться самостоятельно решать проблемы в общении • осознавать необходимость признания и уважения прав других людей • формулировать своё собственное мнение и позицию

### *Предметные результаты*

<b>2 класс</b>	
<b>Ученик научится</b>	<b>Ученик получит возможность научиться</b>
• 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;
<b>3 класс</b>	
• договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов; • строить понятные для партнёра	• учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной; • учитывать разные мнения и интересы и

<p>высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• задавать вопросы;</li> <li>• контролировать действия партнёра.</li> </ul>	<p>обосновывать собственную позицию;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;</li> <li>• аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;</li> <li>• продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;</li> </ul>
<b>4 класс</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;</li> <li>• 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;</li> <li>• учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;</li> <li>• формулировать собственное мнение и позицию;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет.</li> <li>• с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;</li> <li>• задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;</li> <li>• осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;</li> <li>• адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.</li> </ul>

#### **Воспитательные результаты:**

**На первом уровне (приобретение обучающимися первичных знаний) школьник должен уметь:**

- грамотно фиксировать свои индивидуальные затруднения в решении учебных задач и осознанно переходить к обдумыванию способа преодоления возникших затруднений;
- воспроизводить свои реальные учебные действия при решении учебных задач и определять причину затруднения.
- определять средства для открытия нового знания
- фиксировать результат открытия нового знания, составлять эталон.

**На втором уровне (формирование позитивного отношения к базовым ценностям общества) школьник должен уметь:**

- Уметь строить диалог со сверстниками
- Знать алгоритм сравнения объектов, приобрести опыт его применения.
- Знать алгоритм обобщения, приобрести опыт его применения.
- Знать, что такое модель, уметь использовать модели для фиксации нового знания.

**На третьем уровне (приобретение опыта самостоятельного общественного действия) школьник должен уметь:**

- Уметь делать осознанный выбор в учебной деятельности и приобрести положительный опыт личностного самоопределения.

- Знать правила систематизации и включения нового знания в систему знаний.
- Знать алгоритм рефлексии и самооценки учебной деятельности, уметь соотносить результат учебной деятельности с целью, отвечать на вопрос «Удалось ли достичь поставленной цели?»
- Знать признаки отличия спора и дискуссии, приобрести опыт ведения дискуссии.

### Форма диагностики и подведение итогов

Для диагностики результативности образовательного процесса используются различные виды контроля:

- текущий (на каждом занятии);
- промежуточный (в конце темы);
- итоговый контроль (в конце года).

Используются следующие виды контроля: выполнение игровых занятий, собеседование, создание и защита проекта, выставка творческих работ.

### Тематическое планирование программы

2 класс

№	Название раздела	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных занятий (не менее 50%)	Общее количество часов
1	Мои чувства	2	4	6
2	Чем люди отличаются друг от друга	1	4	5
3	Какой Я – какой Ты	2	3	5
4	Я – фантазёр	2	2	4
5	Я и мои родители	2	5	7
6	Я и мои друзья	2	5	7
	Итого	11 (33%)	23 (67%)	34

3 класс

№	Название раздела	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных занятий (не менее 50%)	Общее количество часов
1	Умение владеть собой	2	6	8
2	Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений	3	5	8
3	Культура общения	2	5	7
4	Что такое сотрудничество?	2	9	11
	Итого	9 (26 %)	25(74 %)	34

4 класс

№	Название раздела	Часы аудиторных занятий	Часы внеаудиторных занятий (не менее 50%)	Общее количество часов
1	Мои силы, мои возможности	2	9	11
2	Я расту, я изменяюсь	1	4	5
3	Моё будущее	1	4	5
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно?	2	1	3
5	Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно?	3	7	10



	Итого	9 (26%)	25 (74%)	34
--	-------	---------	----------	----

## Содержание курса

2 класс

Название раздела	Краткое содержание раздела	Тема занятия	Форма организации занятия
Мои чувства	Что такое психология и зачем она нужна человеку? Радость. Радость можно выразить мимикой. Жесты. Мимика и жесты –наши первые помощники в общении. Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом? Гнев. Как справиться с гневом? Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?	Знакомство. Введение в мир психологии	урок-беседа
		Радость. Что такое мимика	рисунок
		Радость. Как её доставить другому человеку. Радость можно передать прикосновением.	занятие-диспут
		Жесты. Страх. Как справиться со страхом.	урок-диспут
		Гнев. С какими чувствами он дружит? Может ли гнев принести пользу?	интегрированное занятие
		Разные чувства.	просмотр видеофильма
		Чем люди отличаются друг от друга	Что такое качества людей и какие они бывают? Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.
Люди отличаются друг от друга своими качествами	тесты		
В каждом человеке есть «светлые» и «тёмные» качества	игра		
Как мы видим друг друга	беседа		
Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?	работа со сказкой		
Какой Я – какой Ты	У каждого человека есть много разных положительных качеств. Как научиться находить положительные качества у себя? Как правильно оценить себя? Какие качества нужны для дружбы?	Какой Я?	беседа
		Мой автопортрет	проект
		Моё настроение	игра
		Какой ты?	Работа со сказкой.
		Я и другие	урок-беседа
Я – фантазёр	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.	Кого можно назвать фантазёром?	урок-беседа
		Я умею фантазировать. Мои сны	рисунок
		Я умею сочинять. Мои мечты	игра
		Фантазии и ложь	Работа со сказкой.

Я и мои родители	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 со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? 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.	Я и мои родители	Конкурс рисунков «Моя семья»
		Моя родословная	составление род. древа
		«Урок мудрости» (уважение к старшим)	беседа
		Я умею просить прощения (2 урока)	<i>интегрированное занятие</i>
		Почему родители наказывают детей? (2 урока)	беседа, игра
Я и мои друзья	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?	Настоящий друг	диспут
		Умею ли я дружить?	игра
		Трудности в отношениях с друзьями	игра
		Я и мои «колючки»	беседа
		Ссора и драка	беседа
		Что такое одиночество?	занятие-диспут
		Итоговое занятие	

### 3 класс

Название раздела	Краткое содержание раздела	Тема занятия	Форма организации занятия
Умение владеть собой	Я – третьеклассник. Как я изменился за лето? Умение владеть собой. Что это значит? Что значит быть хозяином своего «Я»? Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?	Я – третьеклассник	игра
		Я – это мои цели.	беседа
		Хозяин своего Я	урок-беседа
		Не хочу быть плохим (2 урока)	игра
		Какого человека называют ответственным.	тест
		Умей расслабиться (2 урока)	игры на расслабление
Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений	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	Мой любимый герой (примеры для подражания)	Работа с текстами литературных произведений.
		Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло?	беседа
		Что такое хорошо и что такое плохо (хорошие и дурные привычки) (3 урока)	беседа, игра

	назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают? Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях	Конфликт. Моё поведение в трудных ситуациях (2 урока)	интегрированное занятие
Культура общения	Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? 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?	Волшебные слова	игра
		Учимся вежливо говорить	игра
		Я вам пишу	урок сочинение
		Мой день рождения	занятие-праздник
		Мы смеёмся	занятие-диспут
		Мальчик и девочка (2 урока)	беседа, игра
Что такое сотрудничество?	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?	Что такое сотрудничество?	дискуссия
		Я умею понимать другого	игра
		Я умею договариваться с людьми (2 урока)	рисунок
		Мы умеем действовать сообща (2 урока)	игра
		Что такое коллективная работа? (3 урока)	Работа со сказкой «Чтобы тебя любили».
		Итоговое занятие (2 урока)	просмотр видеофильма

#### 4 класс

Название раздела	Краткое содержание раздела	Тема занятия	Форма организации занятия
Кто я? Мои силы, мои возможности	Моё лето. Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленишка... это все мои друзья. Но команду здесь Я. Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?	Моё лето. Как я провел лето.	рисунок
		Кто я?	дискуссия
		Какой я? Большой или маленький?	дискуссия
		Мои способности	тест
		Мой выбор, мой путь	беседа
		Мой внутренний мир	Рисование «Мой

	<p>Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле?</p> <p>Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.</p> <p>Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Мой внутренний мир.</p> <p>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. Что значит верить?</p>		автопортрет».
		Кто в ответе за мой внутренний мир?	урок-беседа
		Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	диспут
		Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	рисунок
		Что значит верить?	дискуссия
Я расту, я изменяюсь	<p>Моё детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?</p> <p>Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту?</p>	Моё детство	диспут
		Нужно ли человеку изменяться?	занятие-диспут
		Я расту, я изменяюсь	конкурс фотографий
		Моё детство (2 урока)	Работа со сказкой
Моё будущее	<p>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?</p>	Моё будущее	Рисунок
		Кем бы я хотел стать? (2 урока)	беседа Рисование: «Я в настоящем и в будущем».
		Хочу вырасти здоровым человеком. (2 урока)	интегрированное занятие
Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно?	<p>Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я?</p>	Кто такой интеллигентный человек?	урок-беседа
		Хочу вырасти интеллигентным человеком.	Диспут
		Что такое идеальное «Я»?	проект
Хочу вырасти свободным человеком. Что для	<p>Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе,</p>	Кто такой свободный человек?	диспут
		Права и обязанности школьника	урок-беседа
		Что такое «право на	Этюд «Ссора друзей».

этого нужно?	дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? 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?	уважение)?	
		Права и обязанности (2 урока)	урок-диспут
		Нарушение прав других людей может привести к конфликтам (2 урока)	Игра-драматизация «Я так хочу».
		Как разрешить конфликты мирным путём? (2 урока)	диспут
		Итоговое занятие (2 урока)	<i>просмотр видеофильма</i>

### Учебно-методическое и информационное обеспечение курса

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.
1. Н.Ю. Куражева, И.А. Козлова «Приключения будущих первоклассников», Спб, «Речь», 2007 г.
2. В.В. Цвынтарный «Играем пальчиками и развиваем речь» Спб, «Лань», 2001 г.
3. CD , проигрыватель