

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Троицкая средняя общеобразовательная школа»**

ОДОБРЕНА На заседании педагогического совета протокол № 1 «29» августа 2025г.	Введена в действие приказом по МБОУ «Троицкая СОШ» № 2 о/д у от 01. 09.2025г.
---	---

**Рабочая программа внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для обучающихся 1-4 класса**

Ольденбургер Любовь Сергеевна

с. Троицкое
2025

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О.В.Хухлаевой.

Рабочая программа - индивидуальный инструмент педагога, в котором он определяет наиболее оптимальные и эффективные для определенного класса содержание, формы, методы и приемы организации образовательного процесса с целью получения результата, соответствующего требованиям стандарта. Учитель может внести коррективы во все структурные элементы программы с учетом особенностей своего образовательного учреждения и особенностей обучающихся конкретного класса.

Программа предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Срок реализации: 2 года.

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, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, 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.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Тропинка к своему Я» изучается с 1 по 4 класс по 0,5ч в неделю (34ч. в 2 года). Общий объём учебного времени составляет 136 часов.

Общая характеристика предмета:

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

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные 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 продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

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.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

К **результатам обучения** относятся **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), **опыт творческой самодеятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.**

Межпредметные связи:

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Место предмета в базисном учебном плане

Учебное содержание программы «Тропинка к собственному Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4)» включает следующие курсы:

- Я – школьник. Мои чувства. 1 класс, 0,5ч в неделю, 34 ч. за 2 года
- Вспомним чувства. Чем люди отличаются друг от друга? Какой Я - Какой Ты? 2 класс, 0,5ч в неделю, 34 ч. за 2 года
- Я – фантазер. Я и моя школа. Я и мои родители. Я и мои друзья. Что такое сотрудничество? 3 класс., 0,5ч в неделю, 34 ч. за 2 года;
- Кто Я? Мои силы и возможности. Я расту, я изменяюсь. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? 4 класс, 0,5ч в неделю, 34 ч. за 2 года

Формы контроля знаний

Так как психология входит в базисный учебный план школы, то предполагается особая оценочная система результатов деятельности. Оценка ставится по результатам контрольных, проверочных работ, специально разработанных по материалам изученных тем.

Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания.

В силу специфики предмета полагается целесообразным применять **диагностические методики**. Все применяемые в курсе психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на три группы: диагностика внутри предмета (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности.

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных психодиагностических методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

При проведении уроков психологии в 1-4 классах необходимо использование следующих технологий:

- . Личностно-ориентированные технологии.
- . Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
- . Диалогические технологии.
- . КСО
- . Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
- . Коммуникативно-информационные технологии.
- . Технология учебно-игровой деятельности.
- . Технология проектной деятельности.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.

- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

Работа с одаренными детьми предусматривает внутреннюю дифференциацию, использование лично-ориентированных методов обучения, тренинги, исследовательские и творческие задания. Во внеурочной деятельности предполагается привлечение ребят к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Работа со слабоуспевающими учениками

При работе со слабоуспевающими учащимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:

- Выявление слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.
- Применение заданий различной степени трудности.
- Работа в парах переменного состава, работа в группах, взаимообучение.
- Использование экспресс-диагностик.
- Индивидуальные задания с применением карточек-инструкций.
- Карточки-задания на дом.
- Индивидуальные и групповые консультации.
- Использование межпредметных связей.
- Самостоятельная работа. Индивидуальная домашняя работа.
- Работа с учебной, дополнительной литературой.
- Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.
- Использование интерактивных занятий

Содержание программы «Тропинка к своему Я»

Первый – второй класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 1 класс» (34 ч., за 2 года 0,5 ч в неделю)

Раздел 1. Я школьник (17 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (17 часов)

Радость Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

Второй – третий класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 2 класс» (34 ч., за 2 года 0,5 ч в неделю)

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 со 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 – четвертый класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 3 класс» (34 ч., за 2 года 0,5 ч в неделю)

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 вырабатывались 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 – пятый класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 4 класс» (34 ч., за 2 года 0,5 ч в неделю)

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 (5 часов)

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 (5 часов)

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? (8 часов)

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?

Методические пособия для учителя:

- . Аудио-, видеозаписи.
- . Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
- . Набор открыток сюжетного содержания.
- . Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.
- . Набор тематических таблиц.
- . Набор фотографий видов природы, портретов людей.
- . Психологические тесты.
- . Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Список литературы

- . Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
- . Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
- . Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
- . Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
- . Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.

- . Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
- . Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
- . Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
- . Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
- . Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшекласников // Методические рекомендации по образовательной области "Технология". Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
- . Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
- . Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
- . Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
- . Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
- . Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
- . Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
- . Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
- . Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр "Эйдос", 1991.
- . Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
- . Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
- . Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
- . Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
- . Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
- . Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
- . Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

Литература, необходимая для овладения курса.

Для ученика (обучающегося)

Дополнительная

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004.

Интернет-ресурсы.

- <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
- <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
- <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
- www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;
- <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
- <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;

<http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».

<http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;

<http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ урока	Модули, темы урока	часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители
Я - школьник (17часов)						
1	Знакомство. Введение в психологию»		Упражнения на формирование отношений, развитие эмпатии в себе	Знакомство с предметом психология, с учителем и одноклассниками. Упражнения «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя К Слушают и понимают речь других ребят Л Формируют положительное отношение к школе	Рабочая тетрадь
2	Кто зовут ребят моего класса?»		Индивидуальная работа, групповые на осознание позиции каждого	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Мое имя», «Имя начинается с буквы», «Имя соседа», «Я - солнышко», «Нарисуем имя мамы»	Р Владевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	Рисунок на заданную тему
-4	Чем мне нужно ходить в школу?»		Индивидуальная и групповые пробы, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Какой урок важнее».	Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя К Слушают, понимают речь других людей Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих	Рабочая тетрадь, упражнения по инструкции, по образцу
5	Я в школе?»		Индивидуальная	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Работа со сказкой», рисунок «Я в школе»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Слушают и понимают речь других К Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	Метод самостоятельных наблюдений

-7	ой класс»	я и вальная м, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в нашем классе», «Какого цвета», «Буратино хочет в школу», «Буратино хочет к нам в гости», «Буратино проголодался». Работа со сказкой «Два города». Рисунок сказки	Р Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату П Пересказывают небольшие тексты К Строят простое речевое высказывание Л Формируют положительное отношение к школе	Диагностические процедуры
-9	кие ребята в моем	я и вальная щие игры, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в моем классе», «Закончи предложение», «Мы», «Вспомни хорошие поступки», «Мы любим». Работа со сказкой «Кто самый лучший»	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолеть П Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя К Имеют первоначальные навыки работы в группе Л Оценивают результаты своей деятельности	Понимание текста, ответы на вопросы
-12	ои друзья в классе»	я и вальная м, обсуждение, ролевые игры	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Кто умеет хорошо», «Закончи предложение», «Тропинка к сердцу», «Портрет моего друга», «Изобрази предмет», «Буквы на спине», «Спасибо, что помог», «Ниточки тепла», «Как можно помириться», «Да», «У кого самое лучшее зрение». Работа со сказкой «Про белочку», «Фло», «Снежинка».	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе	Рисунок по сказке
-14	ои успехи в школе»	я и вальная щие упражнения, ие	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Буратино забыл слова», «Мне помогли», «Считалка». Работа со сказкой «Яшук и «звездная болезнь»	Р Осваивают правила планирования, контроля способа решения П Группируют предметы и их образы по заданным признакам К Строят понятные для партнера высказывания Л Соблюдают правила игры и дисциплины	Рисунок по сказке
5	оя «учебная сила»»	я и вальная м. Психогимнастические, игры. онная игра	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Я тоже», «Встаньте, у кого это есть», «Главная учебная сила». Работа со сказкой «Козленок Хрупигав»	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под руководством учителя К Принимают чужую точку зрения Л Знают правила игрового	Рисунок по сказке

				общения		
Раздел 2. Мои чувства (17 часов)						
6	дость. Что такое		ная работа	Разминка «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался», «Раз, два, три, за мною повтори». Упражнения «Закончи предложение», «Зоопарк», «Рисунок радости».	<p>Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению</p> <p>П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя</p> <p>К Учатся работать в паре и группе</p> <p>Л Ориентируются на понимание чувств других людей</p>	Иллюстрация на тему «Радость».
7	дость. Как ее доставить человеку»		я и альная методы, сихической саморегуляции	Разминка «Угадай, где я иду», «Превратись в животное». Кричалка «Я очень хороший» Упражнения беседа «Как доставить радость другому человеку», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова».	<p>Р овладают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми</p> <p>П умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя</p> <p>К умеют договариваться</p> <p>Л формируют положительное отношение к школе</p>	Участие в упражнении «Скажи мишке добрые слова».
8	есты»		группах тму, обсуждение	Разминка «Угадай, где я иду». Упражнения «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение», «Объясни задание». Работа со сказкой «Когда молочные зубы сменились постоянными»	<p>Р строят речевое высказывание в устной форме</p> <p>П учатся исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>К умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации</p> <p>Л ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата</p>	Рисунок по сказке Составление схем
-21	дость можно передать вением. Радость можно взглядом»		е методы группах тму, обсуждение	Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», «мысленная картинка», «Врунишка». Кричалка «Ура успешной фотоохоте». Упражнения «Радость можно передать прикосновением», «Радость можно подарить взглядом», «Котенок». Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу», «Нужная вещь»	<p>Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста</p> <p>П учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>К Понимают смысл простого текста</p> <p>Л Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу</p>	Рисунок по сказке
22	усть»		уальная, я работа	Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и нет». Упражнения «Закончи предложение», «Грустные	<p>Р Переносят навыки построения внутреннего плана действия из игровой</p>	Рисунок по сказке

				ситуации», «Котенок грустит». Работа со сказкой «Сказка про котенка Ваську»	<p>деятельности в учебную</p> <p>П Учатся наблюдать</p> <p>К Договариваются и уважают разные мнения</p> <p>Л Формируют положительное отношение к школе</p>		
23	рах»		уальная, я работа	Разминка «Дотронься до...». Упражнения «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Девочка с мишкой», «Темноландия»	<p>Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя</p> <p>П Моделируют ситуации с помощью учителя</p> <p>К Учатся слушать и понимать речь других ребят</p> <p>Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия</p>	Рисунок по сказке	
24	рах. Его льность»		ьяная работа	Разминка «неопределенные фигуры». Упражнения «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Работа со сказкой «Мы просто очень боялись за вас»	<p>Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок</p> <p>П Моделируют ситуацию с помощью учителя</p> <p>К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах</p> <p>Л Умеют налаживать контакты с окружающими</p>	Понимание прочитанного	
25	к справиться со		ьяная работа	Разминка «Страшные персонажи телеэкрана», «Придумай веселый конец». Упражнения «Картинная галерея». Работа со сказкой «Маленькая луна»	<p>Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей</p> <p>П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя</p> <p>К Учатся работать в паре и группе</p> <p>Л Проявляют сопереживание к другим людям</p>	Понимание прочитанного	
26	рах и как его ть»		я и уальная парах, ная работа	Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем по-разному». Упражнения «Страшная маска». Работа со сказкой «Сказка звезд»	<p>Р Осваивает правила планирования, контроля способа действия</p> <p>П Учатся исследовать свои качества и свои особенности</p> <p>К Применяют первоначальные способы поиска информации</p> <p>Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>	Рисунок по сказке	

-28	ев. С какими чувствами т»		ьяная работа Собеседование, упражнения	Разминка «Художники», «Попугай», «Покажи дневник маме». Работа со сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался», «Как ромашки с васильками поссорились».	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя К Учитывают разные мнения Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки	Рисунок по сказке	
-30	ожет ли гнев принести		ьяная работа Собеседование, упражнения династика	Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились - одумались», «Поссорились - помирились». Упражнения «Закончи предложение». Работа со сказкой «О путнике и его беде»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Устанавливают последовательность событий в тексте К Формулируют собственное мнение Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	Рисунки и ответы на вопросы по содержанию сказки	
31	обида»		ья и альная ская работа	Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет», «Весеннее настроение». Упражнения «закончи предложение», «Какая у меня обида», «Напрасная обида». Работа со сказкой «Обида»	Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся работать по предложенному учителем плану К Строят понятные для партнера высказывания Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей	Обсуждение сказки, вопросы на понимание смысла сказки	
32-33	зные чувства»		ья и альная	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Волны». Упражнения «Закончи предложение», «Ожившее чувство», «Рисунок чувств».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолевать их П Высказывают свое мнение К Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Л Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	Задание творческого характера	
34	оговое занятие»		ьяная, групповая работа	Игра-конкурс Обобщение основных знаний и навыков	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми		

					П Строят логические умозаключения с помощью учителя К Выполняют различные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития		

Календарно-тематическое планирование 2 класс

урока	Модули, темы урока	часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	а
Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов)							
1	Тема «Мы рады встрече»		Индивидуальная работа	Разминка «Мячик», Упражнения «Вспомни чувства», «Чувства-воспоминания», «Рисунок радости».	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения К Слушают и понимают речь других ребят Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Рисунок сценок из летней жизни	
2	Тема «Понимаем чувства другого»		Фронтальная, групповая работа	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Упражнения «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, различать эмоции К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Формируют положительное отношение к школе	Общий рисунок на заданную тему «Радость»	
3-5	Тема «Мы испытываем разные чувства»		Фронтальная, групповая работа Социальные пробы	Разминка «Мячик», «Лишнее слово», «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал». Упражнения «Сочини рассказ», «Режим дня», «Рисуем режим», «Пластилиновое чувство», «Палитра чувств». Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Моделируют различные ситуации К Учатся понимать эмоции и поступки других людей Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Упражнения по инструкции, по образцу Рисунок по сказке	
Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (18часов)							
6-7	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец». Упражнения «Качества», «В чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	Метод самостоятельных наблюдений Рисунок по сказке	
8-9	Тема «Хорошие		Групповая и индивидуальная	Разминка «Какие качества	Р Оценивают степень достижения	Диагностические процедуры	

	качества людей»		работа Практикум	задуманы». Упражнения «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Я не такой как все»	цели П Доказывают, делают выводы, определяют понятия К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия Л Оценивают результаты своей деятельности	Рисунок по сказке	
10-11	Тема «Самое важное хорошее качество»		Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	«Найди лишнее слово», а – шепотом». Упражнения «Вдоль дороги», «Кто любит людей», «Моя любовь». Работа со сказкой «Маленький»	прогнозировать последствия своих в вливают причинно-следственные связи позитивно проявлять себя в общении дают правила игры и дисциплины	е текста, ответы на вопросы по сказке	
12	Тема «Кто такой сердечный человек»		Фронтальная работа Практикум	«Найди лишнее слово», качество». Упражнения «Угадай, что задумано», «Пять моих качеств», «Мягкое сердце»	ляют и формулируют цель в ой деятельности вместе с учителем т выводы в результате совместной группе от способами управления поведением : контролируют, корректируют, от его действия няют умения в области самоанализа и ития	мостоятельных наблюдений	
13	Тема «Кто такой доброжелательный человек»		Групповая работа Развивающие упражнения	«Найди лишнее слово», «Какое подходит». Упражнения «Моя любовь», «Волшебные работа со сказкой «Маленький	контролировать свою речь и поступки составлять полученную цию с имеющимся жизненным опытом руют нравственные чувства и нное поведение гируются на понимание чувств другого	ние, рисунок по сказке	
14	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»		Групповая работа Развивающие упражнения	«Какое слово не подходит», качество зашифровано». Упражнения «Я бы хотел стать более», ключик». Работа со сказкой	руют деятельность в учебной и ой ситуации т выводы в результате совместной группе от способами управления поведением : контролируют, корректируют, от его действия няют умения в области самоанализа и ития	ние, рисунок по сказке	
15-16	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»		Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	«Аналогии», «Шифровальщики». Упражнения «Как ведет себя человек», «О доброте». Работа со сказкой «О подозрительной трубе»	осознавать свои трудности и стремятся долению аются в творческую деятельность под ством учителя работать в группе гируются на самоанализ и самоконтроль та	ние, рисунок по сказке	
17	Тема «Очищаем свое		Групповая работа	«Аналогии»,	ают с помощью учителя необходимую	ние, рисунок по сказке	

	сердце»		Развивающие упражнения Практикум	альщики». Упражнения «Чистое о сказкой «Сказка про у»	цию из литературного текста распознавать и описывать свои чувства водством учителя ают смысл простого текста ают сдержанность, терпеливость, ть в процессе взаимодействия		
18-19	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»		Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	«Зеленый крокодил в синей «Угадайка». Упражнения я королева». о сказкой «Кузя»	ают правила планирования, контроля действия г выводы в результате совместной группе работать в паре и в группе ают соперничество к другим людям	ние, рисунок по сказке	
20-21	Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»		Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	«Неоконченные предложения», огическая загадка». Упражнения а», «Мы похожи – мы ся». о сказкой «Туча»	уют деятельность в учебной и ой ситуации ируют ситуацию с помощью учителя няют первоначальные способы поиска ции ают заботу о человеке при групповом йствии	ние, рисунок по сказке	
22	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»		Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	«Неоконченные предложения», огическая загадка», «Джунгли», я позвал». Упражнения ка». Работа со сказкой «Цветок незабудка»	тно воспринимают предложения и нителя, одноклассников рассуждать, строить логические рчения с помощью учителя риваются и уважают разные мнения налаживать контакты с окружающими	ние, рисунок по сказке	
23	Тема «В каждом человеке есть светлые и темные качества»		Групповая работа Развивающие упражнения	«Неоконченные предложения», огическая загадка», «Птичий бы ладошки». Упражнения и светлые мешочки», оррики». Работа со сказкой и»	уют деятельность в учебной и ой ситуации г выводы в результате совместной группе от способами управления поведением : контролируют, корректируют, от его действия няют умения в области самоанализа и ития	ние, рисунок по сказке	
Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)							
24-25	Тема «Какой Я?»		Фронтальная работа, индивидуальная работа	«Неоконченные предложения», огическая загадка», «Холодно- Упражнения «Цыганка». Работа й «Сказка про дружбу»	ляют и объясняют своё отношение к и нормам человеческого общения ают разные способы запоминания ции ют необходимость признания и особенностей других людей ают заботу о человеке при групповом йствии	ние, рисунок по сказке	
26-27	Тема «Какой Ты?»		Фронтальная работа, индивидуальная работа	«Неоконченные предложения», огическая загадка», «Найди », «Топните те, кто», «Какого и глаза». Упражнения	вают навыками самоконтроля в со сверстниками и взрослыми вают правильность выполнения и корректируют при необходимости	ние, рисунок	

№ урока	Модули, темы урока	1 час	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	а
Раздел 1. Я - фантазер (9 часов)							
1	Тема «Я - третьеклассник»		Фронтальная работа Беседа	Разминка «Я соскучился по...», «Летние сценки», «Закончи предложение», «Я - третьеклассник». Упражнения «Что интересно третьекласснику», «Если бы не было на свете школ...», «Рисунок идеальной школы»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения К Слушают и понимают речь других ребят Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Рисунок «Школа моей мечты»	
2	Тема «Кого можно назвать фантазером?»		Фронтальная работа Беседа	Разминка «Ведущий тоже соскучился», «Кто как отдыхает», «Кто это». Упражнения «Небылицы». Работа со сказкой «Цветик-семицветик»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся выполнять разные роли Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему	
3-4	Тема «Я умею фантазировать!»		Фронтальная работа Беседа Социальные пробы	Разминка «Мысленные картинки», «Домашние занятия», «Какое чувство ты испытываешь», «Небылицы». Упражнения «Волшебный компот», «Царевна Несмеяна».	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Моделируют различные ситуации К Учатся понимать эмоции и поступки других людей Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Упражнения по инструкции, по образцу	
5	Тема «Мои сны»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Мысленные картинки», «Небылицы», «На что похож этот звук», «Песочные картинки». Упражнения «Самый интересный сон», «Рисунок сна».	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Делать выводы в результате совместной работы в группе К Учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок сна	

6	Тема «Я умею сочинять»		Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Мысленные картинки», «На что похож этот звук», «Ассоциации», «Свечка». Упражнения «Вредные советы», рисунок «Вредные советы»	Р Оценивают степень достижения цели П Доказывают, делают выводы, определяют понятия К Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия Л Проявляют сопереживание к другим людям	Иллюстрация к книжке	
7	Тема «Мои мечты»		Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Разминка «Мысленные картинки», «Ассоциации», «Запахи». Упражнения «Неоконченное предложение». Работа со сказкой «Сказка о голубой мечте». Рисунок «Моя мечта»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы П Устанавливают причинно-следственные связи К Учатся позитивно проявлять себя в общении Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Ответы на вопросы, рисунок «Моя мечта»	
8-9	Тема «Фантазии и ложь»		Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Мысленные картинки», «Лишняя ассоциация», «Запахи», «Кто соврал». Упражнения «Правда и ложь». Работа со сказкой «Лживый мальчик»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему	
2. Я и моя школа (6 часов)							
10-11	Тема «Я и моя школа»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Родители, учителя, ученики», «Что делает ученик?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Неоконченное предложение», «Школа на планете «Наоборот»»	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения П Усваивают разные способы запоминания информации К Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему	
12	Тема «Что такое лень?»		Групповая и	Разминка «Родители,	Р Овладевают навыками	Рисунок на заданную	

			индивидуальная работа	учителя, ученики», «Что делает учитель?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Существо по имени лень». Работа со сказкой «О ленивой звездочке»	самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Осознают ценность умения фантазировать К Умеют соотносить позиции партнеров и собственную Л Умеют налаживать контакты с окружающими	тему	
13-14	Тема «Я и мой учитель»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Я - тетрадь», «Передай чувство ногами». «Школьная фотография», «Я – книжный шкаф». Упражнения «Неоконченные предложения». Работа со сказкой «О девочке и строгой учительнице», «О мальчике Вале»	Р Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор П Усваивают разные способы запоминания информации К Учатся выполнять разные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Рисунок на заданную тему	
15	Тема «Как справиться с «Немогучками»»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «В маске», «Передай чувство ногами», «Радиоинтервью». Упражнения «Кто такие Немогучки». Работа со сказкой «Малыш-облачко»	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения П Усваивают разные способы запоминания информации К Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему	
Я и мои родители (4 часа)							
16	Тема «Я и мои родители»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «В маске», «Сонное дыхание», «Сказочные герои». Упражнения «Неоконченные предложения», рисунок «Семья».	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему	
17	Тема «Я умею просить прощение!»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Изобрази предмет», «Чувства», «Маски». Упражнения	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у	Рисунок на заданную тему	

				«Неоконченные предложения», «Не буду просить прощения». Работа со сказкой «Принц Эдгар»	других людей К Учатся выполнять разные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития		
18-19	Тема «Почему родители наказывают своих детей?»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Изобрази предмет», «Занятия мамы», «Я сделал дело хорошо». Упражнения «Неоконченные предложения». Работа со сказкой «Простить маму»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему	
Раздел 4. Я и мои друзья (7 часов)							
20-21	Тема «Настоящий друг»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Кто сказал спасибо», «Я сделал дело хорошо», «Кто есть кто», «надежный лифт». Упражнения «Неоконченные предложения», «Качества настоящего друга». Работа со сказкой «Неожиданная встреча»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему	
22-23	Тема «Умею ли я дружить?»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «прости»?», «Одинаковые скульптуры», «Санитары». Упражнения «Нужно ли уметь дружить». Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	на заданную тему	
24	Тема «Трудности в отношениях с друзьями»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «мяу»?», «Одинаковые скульптуры». Упражнения «Об Алеше». Работа со сказкой «О Спиногрызкине»	речевое высказывание в устной форме находить положительные качества у других людей ют особенности позиции ученика и ести себя в соответствии с этой налаживать контакты с окружающими	на заданную тему	
25-26	Тема «Ссора и драка»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Чувства-ассоциации», «Изобрази ситуацию», «Какие чувства возникают во время ссоры или драки». Упражнения «Неоконченные	оценивать свой результат с помощью исследовать свои качества и свои сти работать в паре договариваться ь разные мнения няют умения в области самоанализа и	на определение чувств, ния	

				предложения», «Я знаю одного мальчика	ития		
Раздел 4. Что такое сотрудничество (8 часов)							
27-28	Тема «Что такое сотрудничество»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Я сегодня обрадовался встрече с...», «Спасибо тебе за...», «Кто лишний». Упражнения «Что такое сотрудничество?» Работа со сказкой «Добрая память»	понимать и контролировать свое эмоциональное состояние оценить ценность умения фантазировать выполнять разные роли заботиться о человеке при групповой деятельности	рассказывать о любимых сказках, вопросы на понимание смысла сказки	
29-30	Тема «Я умею понимать другого»		Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Передай чувство», «Извини меня...», «Кто лишний». Упражнения «Что значит понимать другого», «Конструктор». Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе»	вести себя в разных ситуациях находить положительные качества у других людей осознавать свои эмоции и стремиться к их преодолению заботиться о человеке при групповой деятельности	давать ответы на вопросы по содержанию сказки по алгоритму	
31	Тема «Я умею договариваться с другими»		Групповая и индивидуальная работа	«Передай чувство», «Собери картинку», «Кто сказал «мяу»». Упражнения «Я умею договариваться с...», «Чтобы тебя любили»	оценивать свой результат с помощью критериев оценить ценность умения фантазировать осознавать свои эмоции и стремиться к их преодолению налаживать контакты с окружающими	давать ответы на вопросы по содержанию сказки по алгоритму	
32	Тема «Мы умеем действовать сообща»		Групповая и индивидуальная работа	«Передай чувство», «Что значит понимать другого», «Собери картинку», «Найди себя», «Мы вместе», рисунок «Мой друг»	вести себя в разных ситуациях находить положительные качества у других людей осознавать свои эмоции и стремиться к их преодолению заботиться о человеке при групповой деятельности	рассказывать о заданную тему	
33	Тема «Что такое коллективная работа»		Групповая и индивидуальная работа	«Найди себе пару», «Вальс», «Кто это». Упражнения «Что мы хотим пожелать друг другу», «Коллективный плакат»	оценивать свой результат с помощью критериев находить положительные качества у других людей выполнять разные роли заботиться о человеке при групповой деятельности	рассказывать о заданную тему	
34	Тема «Итоговое занятие»		Групповая и индивидуальная работа	курс	оценивать свой результат с помощью критериев находить положительные качества у других людей договариваться и уважать разные мнения налаживать контакты с окружающими		

Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ урока	ли, темы урока	асов	Формы низации учебной деятельности	Элементы содержания	версальные учебные действия (УУД)	Измерители	а
л 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)							
1	Мое лето»		вая и индивидуальная	ка «Радостное лето», «Гав-гав, хрю- Рассказы о лете». ления «Я - четвероклассник», рисунок	нтируются на образец и о выполнения действия ся наблюдать и осознавать одящие в самом себе ния ают и понимают речь ребят влияют сопереживание к людям	тивный рисунок	
2-3	«Кто Я?»		вая и индивидуальная	ка «Как я провел лето», «Летом я ся». ления «Роли». Работа со сказкой чик», «Сказка о Маше и ее ках»	девают навыками нтроля в общении со иками от распознавать и ать свои чувства и чувства людей. рительно и открыто о себе и своих чувствах от налаживать контакты с ющими	к на заданную	
4	«Какой Я – большой енький?»		вая и индивидуальная ьные пробы	ка «Я горжусь», «Роли», «Я умею...». ления «Большие и маленькие, «Я сам», мая игра»	ируют деятельность в й и жизненной ситуации елируют различные ии ся понимать эмоции и ки других людей влияют заботу о человеке шповом взаимодействии	ление	

5	«Мои способности»		«Своя и индивидуальная»	«Ты похож на...», «Конкурс юных талантов». Упражнения «Что такое способности», «Способности моих родителей». Упражнение со сказкой «Сказка о скрипке»	«Серьезно оценивают степень выполнения задания и вносят коррективы. Делают выводы в результате совместной работы в группе. Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге. Ориентируются на понимание других людей»	«Классификация»	«Классификация»
6	«Мой выбор, мой путь»		«Своя и индивидуальная»	«Способности моих родителей», «Угадай ведущий», «Отгадай, кто я?». Упражнения «Мой выбор», рисунок «На перекрестке дорог».	«Оценивают степень достижения цели. Делают выводы, анализируют понятия. Предлагают способы управления поведением партнера: предупреждать, корректировать, направлять его действия. Учатся налаживать контакты с другими людьми»	«Классификация»	«Классификация»
7-8	«Мой внутренний мир»		«Своя и индивидуальная»	«Подушечный бой», «Не выходя из комнаты», «Радиопередача». Упражнения «Сказки», «Маленький принц».	«Серьезно оценивают степень выполнения задания и вносят коррективы. Устанавливают причинно-следственные связи. Учатся позитивно проявлять себя в общении. Ориентируются на понимание других людей»	«Классификация»	«Классификация»
9	«Уникальность внутреннего мира»		«Своя и индивидуальная»	«Подушечный бой», «Рассмотри и опиши», «Не выходя из комнаты». Упражнения «Маленькая страна»	«Оценивают деятельность в конкретной и жизненной ситуации. Делают выводы в результате совместной работы в группе. Предлагают способы управления поведением партнера: предупреждать, корректировать, направлять его действия. Учатся сопереживать к другим людям»	«Классификация»	«Классификация»
10	«Кого я могу назвать другом?»		«Своя и индивидуальная»	«Бой полотенцами», «Рассмотри и опиши»	«Учат вести себя в разных ситуациях»	«Классификация»	«Классификация»

	ть в свой иний мир?»			й». нения «Кому я могу рассказать о себе Мой самый интересный сон»	иях ся находить тельные качества у себя и х людей ся осознавать свои сти и стремиться к их лению влиают заботу о человеке шповом взаимодействии	бсуждение	
11-12	«Что значит верить?»		вая и индивидуальная	ка «Бой петушков», «Рассмотри и ай». Упражнения «Взгляд», «Чудо». со сказкой «Тайна другого берега»	от оценивать свой ат с помощью учителя нают ценность умения ировать ся договариваться ать разные мнения от налаживать контакты с ющими	к на заданную бсуждение	
ел 2. Я расту, я няюсь (4 часа)							
13-14	«Мое детство»		вая и индивидуальная льная работа	ка «Маленькое имя», «Любимый ый герой», «Неопределенные си», «Мне опять пять лет», «Если бы у мл ребенок...», «Если ребенок ...». нения «Кто в какую игрушку гился», «Любимая фотография», й из детства». со сказкой «Сундук, который помог	делять и объяснять своё ние к правилам и нормам еского общения ивать разные способы нания информации навать необходимость ния и уважения ностей других людей влиают сопереживание к людям	к на заданную бсуждение	
15-16	«Я изменяюсь»		вая и индивидуальная	ка «Имя - цветок», «Неопределенные си». нения «Раньше и сейчас», «Каким я огда вырасту».	девают навыками нтроля в общении со иками и взрослыми ивают правильность ения действий и лизовать при димости от соотносить позиции ров и собственную	е по инструкции	

					влияют заботу о человеке в процессе взаимодействия		
3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)							
17-18	Мое будущее»		личная и индивидуальная	картинки «Взрослое имя», «Я в будущем», сделанные картинки», «Антонимы». Упражнения «Я в настоящем, я в будущем». Упражнения «Хочу в будущем, работаю в будущем», «Если бы я был волшебником», «Мой идеальный дом».	рассказывают, как поступить, в т.ч. в различных ситуациях (в различных ситуациях и отвечать на вопросы выбор описывают разные способы получения информации и отдают вопросы для размышления в поиске и сборе информации и налаживать контакты с другими людьми	картинка «Мой дом»	
19-20	Хочу вырасти интеллектуальным человеком»		личная и индивидуальная	картинки «Я психологом родился», «Скажи ребенку тебе поверили». Упражнения «Об общественной грамотности», «Мусорное	рассказывают и объясняют своё отношение к правилам и нормам общественного общения описывают разные способы получения информации и отдают вопросы для размышления в соответствии с правилами и условиями общественной коммуникации и ориентируются на понимание других людей	картинка, записки	
Урок 4. Хочу вырасти интеллектуальным человеком: что для нужно? (3 часа)							
21	Что такой интеллектуальный человек»		личная и индивидуальная	картинки «Антонимы», «Улыбнись, как...», «Смелый и трусливый». Упражнения «Кто такой интеллектуальный человек». Упражнения со сказкой «Я иду к своей звезде»	Учат оценивать свой уровень с помощью инструментов Учатся находить ключевые качества у себя и у других людей	картинка на заданную тему, обсуждение	

			в парах, фронтальная	ы источник света...». Упражнения н и имею право: в школе, дома, на Работа со сказкой «Про великана и недобрую фею»	ся исследовать свои а и свои особенности ся договариваться ать разные мнения от налаживать контакты с ющими		
27	«Что такое «право на ие»?»		вая и индивидуальная дование, игровые ения	ка «Толковый словарь», ветствуй меня, как...». нения «Закончи рассказы», «Любимая	т речевое высказывание в форме ся находить тельные качества у себя и х людей нают особенности позиции а и учиться вести себя в ствии с этой позицией влияют сопереживание к людям	ение	
28	Права и юсти»		вая и индивидуальная гимнастика	ка «Толковый словарь», «Точка, точка, », «Я - учитель». Упражнения «Пять к прав», «Билль о правах».	т оценивать свой ат с помощью учителя ся исследовать свои а и свои особенности ся работать в паре иваться и уважать разные нтируются на понимание других людей	ение, составление правах	
29-30-	Нарушение прав людей может ти к конфликтам»		вая и индивидуальная	ка «Толковый словарь», «Придумай у», «Прищепка». Упражнения ление прав». Работа со сказкой «Друг на»	деляют и формулируют ятельности с помощью елируют ситуации с ю учителя ся слушать и понимать угих ребят влияют заботу о человеке шповом взаимодействии	к на заданную бсуждение	
31-32	Как разрешать кты мирным »		вая и индивидуальная	ка «Толковый словарь», «Точка, точка, », «Передай чувство спиной». нения «Разыграй конфликт». Работа со «Лети вверх, Соня»	ивают правила ования, контроля способа ия ют выводы в результате ной работы в группе	к на заданную бсуждение	

					ся работать в паре и в влияют соперничество к людям		
п 6. Заключение (2 час)							
33-34	Итоговое занятие»	вая работа	Случи от форта Байярд»	от понимать и пировать свое нальное состояние ся решать учебно- тельные проблемы ся выступать с устным нием от налаживать контакты с ющими	ение сказки, ы на понимание сказки		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340152

Владелец Спивак Александр Николаевич

Действителен с 21.11.2025 по 21.11.2026