

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент Смоленской области по образованию и науки

**Муниципальное образование "Вяземский район" Смоленской области
в лице Администрации образования "Вяземский район"
Смоленской области**

**МБОУ СШ № 4 имени Героя Советского Союза А.Б. Михайлова
г. Вязьмы Смоленской области**

РАССМОТРЕНО
Председатель
педагогического совета

СОГЛАСОВАНО
Председатель
методического совета

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Мимангалиева Г.И.
протокол №9
от «31» 08 2023 г.

Лазаренкова Т.В.
протокол №3
от «30» 08 2023 г.

Мимангалиева Г.И.
приказ №156/01-07
от «31» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»
для обучающихся 1 – 4 классов**

Вязьма 2023 г.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа к курсу «Тропинка к своему Я» составлена на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утверждённого приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 (в ред. Приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357, от 18.12.2012 № 1060, от 29.12.2014 № 1643);
- приказа Министерства образования и науки РФ от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- **письма Министерства образования и науки РФ от 19.04.2011 № 03 - 255 «О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;**
- **примерной основной образовательной программы начального общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15)**
- Устава школы.

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 взаимодействии 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 «Тропинка к своему Я» 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 разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я» и 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

2. Общая характеристика курса «Тропинка к своему Я»

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.

3. Описание места курса «Тропинка к своему Я» в учебном плане

В соответствии с учебным планом лицея предмет внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» изучается с 1 по 4 класс. Занятия проводятся со всем классом. Общий объем учебного времени составляет 138 часов (33 недели в 1 классе и 35 недель во 2-4 классах по 1 часу в неделю).

4. Описание ценностных ориентиров содержания курса «Тропинка к своему Я»

Одним из результатов освоения курса «Тропинка к своему Я» является осмысление и интериоризация (присвоение) учащимися системы ценностей.

- Ценность добра – осознание себя как части мира.
- Осознание постулатов нравственной жизни (будь милосерден, поступай так, как ты хотел бы, чтобы поступали с тобой).
- Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.
- Ценность истины – осознание ценности научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимания закономерностей, лежащих в основе социальных явлений; приоритетности знания, установления истины, самого познания как ценности.
- Ценность семьи. Понимание важности семьи в жизни человека; осознание своих корней; формирование эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, взаимной ответственности, уважение к старшим, их нравственным идеалам.
- Ценность труда и творчества – осознание роли труда в жизни человека, развитие организованности, целеустремлённости, ответственности, самостоятельности, ценностного отношения к труду.
- Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства.
- Ценность человечества – осознание себя не только гражданином России, но и частью мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество, толерантность, уважение к многообразию иных культур.

5. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я»

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

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

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

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости
- учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

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

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

Планируемые результаты освоения курса «Тропинка к своему Я»

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

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

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

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

Личностные универсальные учебные действия

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

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

Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

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

Выпускник получит возможность научиться:

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;

- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

6. Содержание, формы организации и виды деятельности курса «Тропинка к своему Я»

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы, формы проведения и виды деятельности учащихся.

Первый класс

Раздел 1. Мои чувства (14 часов)

Форма работы: урок-беседа, рисунок, занятие-диспут, игра, интегрированное занятие, просмотр видеофильма

Характеристика видов деятельности:

Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. **(Р)** Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева. **(П)** Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах **(К)**

- Что такое психология и зачем она нужна человеку? Психология изучает чувства и мысли людей, чтобы научиться понимать себя и окружающих, уметь жить дружно, помогать друг другу.
- Радость. Радость можно выразить мимикой. Мимика выражает наши мысли и чувства. Мимика помогает лучше понять собеседника.
- Жесты. Передать радость другому человеку можно с помощью жестов. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.
- Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?
- Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.
- Как справиться с гневом?
- Может ли гнев принести пользу?
- Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

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

Форма работы: тесты

Характеристика видов деятельности:

Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из текста сказки. **(Р)**

Учиться исследовать свои качества и свои особенности **(П)**

Учиться работать в парах **(К)**

- Что такое качества людей и какие они бывают? Какие качества окружающим нравятся, а какие – нет?
- Как мы видим друг друга?
- Способность поставить себя на место другого помогает лучше понять друг друга.
- В каждом человеке есть «тёмные» и «светлые» качества. Самое важное качество.
- Кто такой сердечный человек.
- Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком?

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

Форма работы: урок-беседа, проект

Характеристика видов деятельности:

Уметь оценивать свой результат с помощью учителя(Р)Учиться находить положительные качества у себя и у других людей(П)Учиться договариваться и уважать разные мнения (К)

- Люди отличаются друг от друга своими качествами. У каждого человека есть много разных положительных качеств.
- Как научиться находить положительные качества у себя?
- Как правильно оценить себя?
- Как распознать положительные качества у других людей?
- Когда стараешься лучше понять другого человека, возникает чувство симпатии, сопереживания. А это важно при общении с окружающими.
- Какие качества нужны для дружбы?

Раздел 4. Трудности первоклассника (5часов)

Форма работы: экскурсия, рисунок, занятие-диспут

Характеристика видов деятельности:

Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их (Р)

Учиться рассуждать,строить логические умозаключения(П)

Уметь договариваться и приходить к общему решению(К)

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

Второй класс.

Раздел 1. Я – фантазёр (10часов)

Форма работы: рисунок, урок-беседа

Характеристика видов деятельности: Строить речевое высказывание в устной форме(Р)

Осознавать ценность умения фантазировать(П)

Учиться выполнять разные роли(К)

- 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)

Форма работы: занятие-диспут, просмотр видеофильма

Характеристика видов деятельности:

Учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников(Р)

Осознавать ценность умения фантазировать(П)

Осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией(К)

- 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)

Форма работы: интегрированное занятие

Характеристика видов деятельности: Извлекать необходимую информацию из различных источников(текст, фото, рисунок) (Р)

Учиться графически оформлять изучаемый материал(П)

Овладевать способами разрешения конфликтов с родителями (К)

- 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 (10 часов)

Форма работы: игра, занятие-диспут

Характеристика видов деятельности:

Учиться прогнозировать последствия своих поступков(Р)

Осознавать качества настоящего друга(П)

Учиться понимать эмоции и поступки других людей(К)

- Каким должен быть настоящий друг.
- Умею ли я дружить и можно ли этому научиться?
- Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся?
- Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере?
- Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры?
- Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

Третий класс

Раздел 1. Умение владеть собой (8 часов)

Форма работы: урок-беседа, тест

Характеристика видов деятельности:

Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением(Р)

Планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей(П)

Контролировать свою речь и поступки(К)

- 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)

Форма работы: интегрированное занятие

Характеристика видов деятельности:

Извлекать необходимую информацию из текста(Р)

Учиться наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять (П)

Учиться толерантному отношению к другому мнению (К)

- 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)

Форма работы: игра, занятие-диспут

Характеристика видов деятельности:

Правильно строить речевое высказывание в устной форме(Р)

Обогатить своё представление о культуре общения людей(П)

Соблюдать правила этикета(К)

- Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые выработались 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? (12 часов)

Форма работы: рисунок, просмотр видеofilmа

Характеристика видов деятельности:

Определять и формулировать цель в совместной работе (Р)

Расширить своё представление о понятии «сотрудничество»(П)

Уметь работать в группе, договариваться и приходить к общему решению (К)

- Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих умений:
 - из умения понять другого;
 - из умения договориться;
 - из умения уступить, если это нужно для дела;
 - из умения правильно распределить роли в ходе работы.
- Что значит понимать другого и как можно этому научиться?
- Как научиться договариваться с людьми?
- Что такое коллективная работа?

Четвёртый класс

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

Форма работы: урок-беседа, рисунок, тест

Характеристика видов деятельности:

Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях(Р)

Обогатить представления о собственных возможностях и способностях(П)

Учиться самостоятельно решать проблемы общения(К)

- 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, Лениюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля!
- Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь?
- Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие».
- Мой выбор, мой путь.
- Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни.

- Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь.
- Мой внутренний мир.
- Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.
- Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно.
- Что значит верить?
- Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

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

Форма работы: занятие-диспут

Характеристика видов деятельности:

Осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит(Р)

Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения(П)

Формулировать своё собственное мнение и позицию (К)

- Моё детство.
- Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю?
- Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть.
- Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас.
- Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Раздел 3. Моё будущее (5часов)

Форма работы: рисунок, интегрированное занятие

Характеристика видов деятельности:

Планировать цели и пути самоизменения (Р)

Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости(П)

При работе в группе учитывать мнение товарищей(К)

- 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)

Форма работы: урок-беседа, проект

Характеристика видов деятельности:

Соотносить результат с целью и оценивать его(Р)

Учиться моделировать новый образ на основе личного опыта(П)

Учиться формулировать собственное понимание смысла текста сказки(К)

- 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? (11часов)

Форма работы: урок-беседа, проект, интегрированное занятие

Характеристика видов деятельности:

Осознавать, что свобода не может быть безграничной(Р)

Учиться находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию(П)

Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей(К)

- 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?

7. Тематическое планирование «Тропинка к своему Я»

1 класс

Раздел 1. Мои чувства (14 ч)

№ п/п	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся	Примечания	Универсальные учебные действия (УУД)
1.	Знакомство. Введение в мир психологии <i>урок-беседа</i>	Познакомиться с новым предметом, учителем и одноклассниками.	Беседа «Введение в мир психологии» Упр. «Знакомство», «Имя оживает», «Рисунок имени», «Зоопарк», «Зайчик испугался- зайчик рассмеялся», «Собираем добрые слова», «Передай сообщение», «Пойми меня», «Страшное и смешное», «Придумай весёлый конец». Работа со сказкой.	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками .(Р) Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева.(П) Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах (К)
2.	Радость. Что такое мимика <i>рисунок</i>	Познакомиться с понятиями «мимика», «жесты», «эмоции», «чувства».		
3.	Радость. Как её доставить другому человеку.	Описывать свои чувства и состояние и сравнивать их с чувствами партнёров по общению.		
4.	Жесты.			
5.	Радость можно передать прикосновением <i>занятие-диспут</i>			
6.	Радость можно подарить взглядом <i>игра</i>	Осваивать правила общения со сверстниками .		
7.	Страх.			
8.	Страх. Его относительность			
9.	Как справиться со страхом.			
10.	Гнев. С какими чувствами он дружит? <i>интегрированное занятие</i>			
11.	Как справиться с гневом?			
12.	Может ли гнев принести пользу?			
13-14.	Разные чувства. <i>просмотр видеofilьма</i>			

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (6 ч)

15	Качества людей	Познакомиться с	Упр. «Отношения», «Придумай	Извлекать с с помощью
----	----------------	-----------------	-----------------------------	-----------------------

16	Люди отличаются друг от друга своими качествами <i>тесты</i>	понятием «качества людей» Анализировать свои поступки и поступки других людей и учиться объяснять их с помощью учителя.	и отгадай», «Снежная королева», «Ладощка», «Мы похожи -мы отличаемся». Работа со сказкой.	учителя необходимую информацию из текста сказки.(P) Учиться исследовать свои качества и свои особенности(П) Учиться работать в парах (К)
17	В каждом человеке есть «светлые» и «тёмные» качества	Работать с пословицами о лучших человеческих качествах.		
18-20	Как мы видим друг друга			

Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (8 ч)

21	Какой Я?	Описывать своё настроение. Учиться правильно выражать свои чувства в общении с другими людьми.	Разминка «Противоположные чувства» Упр. «Психологическая разгадка», «Цыганка», «Заяц-Хваста». Работа со сказкой.	Уметь оценивать свой результат с помощью учителя(P) Учиться находить положительные качества у себя и у других людей(П) Учиться договариваться и уважать разные мнения (К)
22	Мой автопортрет <i>проект</i>			
23	Моё настроение			
24	Какой ты?			
25—28	Я и другие — <i>урок-беседа</i>			

Раздел 4. Трудности первоклассника (5 ч)

29	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице. <i>экскурсия</i>	Осваивать правила поведения в разных ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах. Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию. Моделировать ситуацию.	Разминка «Разнообразие характеров». Упр. «Копилка трудностей», «Театр». Рисование «Трудные ситуации первоклассника». Работа со сказкой. Конкурс достижений.	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их (P) Учиться рассуждать, строить логические умозаключения(П) Уметь договариваться и приходить к общему решению(К)
30	Школьные трудности <i>рисунок</i>			
31	Домашние трудности			
32	На улице(поведение и общении)			
33	Итоговое занятие <i>занятие-диспут</i>			

Второй класс

Раздел 1. Я – фантазёр (10 ч)

1.	Я - второклассник	Угадывать партнёра по описанию его качеств. Угадывать и описывать ситуацию по её пластическому представлению. Придумывать невероятные истории по заданию учителя и обсуждать их в группе.	Разминка «Мы снова вместе». Упр. « Небылицы», «Кто это?». Рисование «Мой сон». Работа со сказкой.	Строить речевое высказывание в устной форме(P) Осознавать ценность умения фантазировать(П) Учиться выполнять разные роли(К)
2	Кого можно назвать фантазёром? <i>урок-беседа</i>			
3	Я умею фантазировать			
4	Мои сны <i>рисунок</i>			
5	Я умею сочинять			
6	Мои мечты			
7-10	Фантазии и ложь			

Раздел 2. Я и моя школа (9 ч)

11	Я и моя школа	Участвовать в учебной игре о правилах поведения в школе. Моделировать ситуацию по заданию учителя и обсуждать её.	Разминка «слова и действия». Упр. «Мешок хороших качеств», «Школьные ситуации». Работа со сказкой «О ленивой звёздочке»	Учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников(P) Осознавать ценность умения фантазировать(П) Осознавать особенности
12	Я и мой учитель			
13	Я и мои одноклассники			
14-16	Что такое лень? <i>просмотр видеofilьма</i>			

17-19	Как справиться с «Немогучками»? <i>занятие-диспут</i>			позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией(К)
-------	--	--	--	--

Раздел 3. Я и мои родители (6 ч).

20	Я и мои родители	Познакомиться с историей своей семьи. Участвовать в групповой работе по составлению родословной. Обсуждать и анализировать полученный результат. Участвовать в беседе «Почему родители наказывают детей?»	Конкурс рисунков «Моя семья», «История моей семьи». Составление родословной Этюд «Дружная семья» Подвижные игры: «Бабушка Маланья», «Ловишки»	Извлекать необходимую информацию из различных источников(текст, фото, рисунок) (Р) Учиться графически оформлять изучаемый материал(П) Овладевать способами разрешения конфликтов с родителями (К)
21	«Урок мудрости» (уважение к старшим)			
22-23	Я умею просить прощения <i>интегрированное занятие</i>			
24-25	Почему родители наказывают детей?			

Раздел 4. Я и мои друзья (10).

26	Настоящий друг	Выполнять различные роли в играх. Передавать черты характера через выразительные движения и позы. Участвовать в беседе о дружбе. Анализировать полученный результат.	Разминка «Добрые дела и отношения». Беседа» Нужно ли уметь дружить?». Работа со сказкой.	Учиться прогнозировать последствия своих поступков(Р) Осознавать качества настоящего друга(П) Учиться понимать эмоции и поступки других людей(К)
27	Умею ли я дружить?			
28	Трудности в отношениях с друзьями <i>игра</i>			
29	Я и мои «колючки»			
30	Ссора и драка			
31-32	Что такое одиночество? <i>занятие-диспут</i>			
33-35	Итоговое занятие			

Третий класс

Раздел 1. Умение владеть собой (8 ч)

1	Я – третьеклассник	Передавать внутренние черты характера через выразительные движения, позы. Моделировать положительные черты характера.	Разминка «Запретный номер». Этюды «Эгоист», «Злюка». Игры на расслабление «Кулачки», «Штанга», «Пружинки».	Осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением(Р) Планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей(П) Контролировать свою речь и поступки(К)
2	Я – это мои цели.			
3	Хозяин своего Я <i>урок-беседа</i>			
4-5	Не хочу быть плохим			
6-8	Умей расслабиться <i>тесты</i>			

Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (8 ч)

9	Мой любимый герой (примеры для подражания)	Работать с литературными текстами. Объяснять и обосновывать сделанный выбор. Моделировать и оценивать своё поведение в различных ситуациях	Разминка « Чувства и ассоциации». Упр. « Агрессивные чувства», «Изобрази ситуацию». Работа с текстами литературных произведений.	Извлекать необходимую информацию из текста(Р) Учиться наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять (П) Учиться толерантному отношению к другому мнению (К)
10-11	Добро и зло (совесть)			
12-14	Что такое хорошо и что такое плохо(хорошие и дурные привычки)			
15-16	Конфликт. Моё поведение в трудных			

	ситуациях <i>интегрированное занятие</i>			
--	---	--	--	--

Раздел 3. Культура общения (7 ч)

17	Волшебные слова	Познакомиться с понятием «этикет» Познакомиться с правилами поведения в обществе. Участвовать в игре-драматизации. Обсуждать особенности поведения в различных ситуациях.	Игра-драматизация «Кот, петух и лиса», «Теремок». Беседы «Ваши добрые поступки», «Мнения». Упр. на развитие речи и доброго отношения друг к другу: «День рождения», «Уроки сказки».	Правильно строить речевое высказывание в устной форме(Р) Обогатить своё представление о культуре общения людей(П) Соблюдать правила этикета(К)
18	Учимся вежливо говорить <i>игра</i>			
19	Я вам пишу			
20	Мой день рождения			
21	Мы смеёмся <i>занятие-диспут</i>			
22-	Мальчик и девочка			
23				

Раздел 4. Что такое сотрудничество (12 ч)

24	Что такое сотрудничество?	Участвовать в групповой работе. Обсуждать полученный результат. Сравнить полученный результат с предполагаемым, делать выводы. Передавать разные чувства с помощью мимики.	Разминка «Умей сказать приятные слова». Упр. «Передай чувство», «Извини меня». Этюды: «Кто лишний?», «Что значит понимать другого?», «Я умею договариваться». Работа со сказкой «Чтобы тебя любили».	Определять и формулировать цель в совместной работе (Р) Расширить своё представление о понятии «сотрудничество» (П) Уметь работать в группе, договариваться и приходить к общему решению (К)
25	Я умею понимать другого			
26	Я умею договариваться с людьми <i>рисунок</i>			
27-	Мы умеем действовать сообща			
28				
29-	Что такое коллективная работа?			
32-	Итоговое занятие <i>просмотр видеofilmа</i>			
35				

Четвёртый класс

Раздел 1. Кто я? Мои силы, мои возможности (11 ч)

1	Моё лето	Познакомиться с понятием «способности». Исследовать свои способности и возможности в различных видах деятельности. Участвовать в составлении и обсуждении устных рассказов о лете и конкурсе рисунков с последующим обсуждением. Исполнять различные роли. Моделировать и анализировать ситуации.	Разминка «Летние впечатления». Упр. «Я-четвероклассник», «Роли», «Конкурс портретов». Беседа «Что такое способности». Этюды «Отгадай, кто я?», «Отражение в озере». Рисование «Мой автопортрет». Работа со сказкой.	Учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях(Р) Обогатить представления о собственных возможностях и способностях(П) Учиться самостоятельно решать проблемы общения(К)
2	Кто я?			
3	Какой я? Большой или маленький?			
4	Мои способности <i>тесты</i>			
5	Мой выбор, мой путь			
6	Мой внутренний мир			
7	Кто в ответе за мой внутренний мир? <i>урок-беседа</i>			
8	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.			
9	Кого я могу впустить в свой внутренний мир? <i>рисунок</i>			
10-	Что значит верить?			
11				

Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (5)

12	Моё детство	Выполнять различные	Разминка «Вспомним детство».	Осознавать свою долю
----	-------------	---------------------	------------------------------	----------------------

13-14	Нужно ли человеку изменяться? <i>занятие-диспут</i>	роли. Отгадывать по заданию учителя главного героя сказок по описанию.	Упр. «Маленькое имя», «Любимый сказочный герой», «Неопределённые картинки»	ответственности за всё, что с ним происходит(Р) Учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения(П) Формулировать своё собственное мнение и позицию (К)
15-16	Я расту, я изменяюсь	Участвовать в беседе. Моделировать различные жизненные ситуации.	Рисование «Любимая фотография» Беседа «Раньше и сейчас». Работа со сказкой	

Раздел 3. Моё будущее (5 ч)

17	Моё будущее <i>Рисунок</i>	Познакомиться с понятием «жизненный выбор». Обсуждать возможные варианты будущего. Обсуждать правила ЗОЖ. Раскрывать потенциально опасные ситуации для жизни и здоровья	Разминка «Заглянуть во взрослый мир». Упр. «Я в будущем», «Хочу в будущем – делаю сейчас». Рисование: «Я в настоящем и в будущем». Беседа о взаимосвязи физического и психологического здоровья	Планировать цели и пути самоизменения (Р) Оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости(П) При работе в группе учитывать мнение товарищей(К)
18-19	Кем бы я хотел стать?			
20-21	Хочу вырасти здоровым человеком. <i>интегрированное занятие</i>			

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно? (3 ч)

22	Кто такой интеллигентный человек? <i>урок-беседа</i>	Познакомиться с понятиями «интеллигентный человек», «идеал» Участвовать в беседе. Моделировать ситуации, где необходимы согласие, взаимопомощь, личная ответственность.	Разминка «Качества человека и поведение» Упр.»Улыбнись как...», «Антонимы». Этюд «В ресторане». Беседа «Кто может стать интеллигентным человеком?». Работа со сказкой	Соотносить результат с целью и оценивать его(Р) Учиться моделировать новый образ на основе личного опыта(П) Учиться формулировать собственное понимание смысла текста сказки(К)
23	Хочу вырасти интеллигентным человеком.			
24	Что такое идеальное «Я»? <i>проект</i>			

Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно? (11 ч)

25	Кто такой свободный человек?	Произносить заданную фразу с разными интонациями Составлять устные сочинения на заданную тему. Участвовать в беседе о правах и обязанностях человека. Обсуждать описанные в тексте ситуации и строить предположения о том, как могут поступать герои.	Разминка «Наладить контакт». Упр. «Должен и имею право», «Синонимы». Беседа «Кто такой свободный человек». «Пять главных прав» Этюд «Ссора друзей». Работа со сказкой. Игра-драматизация «Я так хочу».	Осознавать, что свобода не может быть безграничной(Р) Учиться находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию(П) Осознавать необходимость признания и уважения прав других людей(К)
26	Права и обязанности школьника <i>урок-беседа</i>			
27	Что такое «право на уважение»?			
28	Права и обязанности <i>интегрированное занятие</i>			
29-30	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам			
31-32	Как разрешить конфликты мирным путём?			
33-35	Итоговое занятие <i>просмотр видеofilmа</i>			

8. Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

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

Календарно-тематическое планирование курса «Тропинка к своему Я»

1 класс

Раздел 1. Мои чувства (14 ч)

№ п/п	Тема занятия	Характеристика деятельности учащихся	Примечания	Универсальные учебные действия (УУД)	Дата	Корректировка
1.	Знакомство. Введение в мир психологии <i>урок-беседа</i>	Познакомиться с новым предметом, учителем и одноклассниками.	Беседа «Введение в мир психологии» Упр. «Знакомство», «Имя оживает», «Рисунок имени», «Зоопарк», «Зайчик испугался-зайчик рассмеялся», «Собираем добрые слова», «Передай сообщение», «Пойми меня», «Страшное и смешное», «Придумай весёлый конец». Работа со сказкой.	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. (Р) Уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Различать эмоции радости, страха, гнева. (П) Доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах (К)		
2.	Радость. Что такое мимика <i>рисунок</i>	Познакомиться с понятиями				
3.	Радость. Как её доставить другому человеку.	«мимика», «жесты», «эмоции», «чувства». Описывать свои чувства и состояние				
4.	Жесты.	и сравнивать их с чувствами партнёров по общению.				
5.	Радость можно передать прикосновением <i>занятие-диспут</i>	Осваивать правила общения со сверстниками.				
6.	Радость можно подарить взглядом <i>игра</i>					
7.	Страх.					
8.	Страх. Его относительность					
9.	Как справиться со страхом.					
10.	Гнев. С какими чувствами он дружит? <i>интегрированное занятие</i>					
11.	Как справиться с гневом?					
12.	Может ли гнев принести пользу?					
13-14.	Разные чувства. <i>просмотр видеофильма</i>					

Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (6 ч)

15	Качества людей	Познакомиться с понятием «качества людей»	Упр. «Отношения», «Придумай и отгадай», «Снежная королева», «Ладошка», «Мы похожи -мы отличаемся». Работа со	Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из текста сказки. (Р) Учиться исследовать		
16	Люди отличаются друг от друга своими качествами <i>тесты</i>	Анализировать свои поступки и поступки других людей и				

17	В каждом человеке есть «светлые» и «тёмные» качества	учиться объяснять их с помощью учителя. Работать с пословицами о лучших человеческих качествах.	сказкой.	свои качества и свои особенности(П)		
18-20	Как мы видим друг друга			Учиться работать в парах (К)		

Раздел 3. Какой Я – какой Ты? (8 ч)

21	Какой Я?	Описывать своё настроение. Учиться правильно выражать свои чувства в общении с другими людьми.	Разминка «Противоположные чувства» Упр. «Психологическая разгадка», «Цыганка», «Заяц-Хваста». Работа со сказкой.	Уметь оценивать свой результат с помощью учителя(Р) Учиться находить положительные качества у себя и у других людей(П) Учиться договариваться и уважать разные мнения (К)		
22	Мой автопортрет <i>проект</i>					
23	Моё настроение					
24	Какой ты?					
25—28	Я и другие <i>урок-беседа</i>					

Раздел 4. Трудности первоклассника (5 ч)

29	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице. <i>экскурсия</i>	Осваивать правила поведения в разных ситуациях: в школе, дома, на улице, в общественных местах. Работать с иллюстрациями. Находить необходимую информацию. Моделировать ситуацию.	Разминка «Разнообразие характеров». Упр. «Копилка трудностей», «Театр». Рисование «Трудные ситуации первоклассника». Работа со сказкой. Конкурс достижений.	Учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их (Р) Учиться рассуждать, строить логические умозаключения(П) Уметь договариваться и приходить к общему решению(К)		
30	Школьные трудности <i>рисунки</i>					
31	Домашние трудности					
32	На улице (поведение и общение)					
33	Итоговое занятие <i>занятие-диспут</i>					