

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Школа «Липовая роща»

ПРИНЯТА  
на заседании Педагогического совета  
Протокол № 1 от 29.08.2024

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом директора МАОУ  
«Школа «Липовая роща»  
Ильсова Д.Р.  
Приказ № 147 от 29.08.2024

**Дополнительная общеразвивающая программа  
«Психологический час»**

**Возраст обучающихся – 1-4 классы**

**Срок освоения – 1 год**

Составитель:  
Никулина Татьяна Владимировна  
учитель начальных классов

Ижевск, 2024

## **1. Пояснительная записка**

Рабочая программа к курсу «Психологический час» составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ №373 от 06 октября 2009 года);
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.11.2010 №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 06 октября 2009г. № 373»;
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации № 2357 от 22.09.2011 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 N 373»;
- Приложения к письму Министерства образования Московской области от 27.07.2011 № 6975-06о/07 «Методические материалы по организации внеурочной деятельности в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы начального общего образования»;
- Постановления Главного Государственного Санитарного врача РФ «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» от 29.12.2010 № 189, (зарегистрировано в Минюсте Российской Федерации 03.03.2011 №19993);
- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.05.2011 №03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования»;

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

Курс «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 «Психологический час»

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 «Психологический час» в учебном плане**

В соответствии с учебным планом лица 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 34 недель во 2-4 классах по 1 часу в неделю).

### **4. Описание ценностных ориентиров содержания курса «Психологический час»**

Одним из результатов освоения курса «Психологический час» 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, целеустремленности, 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 «Психологический час»**

#### **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 «Психологический час»**

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 «Психологический час»**

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:**

Овладеть 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 (5 часов)**

**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 (10 часов)**

**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 (II)

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(II)

Соблюдать правила этикета(К)

- Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения? Правила общения, которые выработывались людьми в течение многих веков, необходимо соблюдать, чтобы не обидеть собеседника и самому не попасть в неловкую ситуацию. Всегда важно помнить, что есть граница между тем, что хочется, и тем, что можно.
- Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор.
- Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении.
- Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.
- Как правильно познакомиться?
- Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

### **Раздел 4. Что такое сотрудничество? (12 часов)**

**Форма работы:** рисунок, просмотр видеofilьма

**Характеристика видов деятельности:**

Определять и формулировать цель в совместной работе (Р)

Расширить своё представление о понятии «сотрудничество(II)

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, Ленишка...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)

**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 (5 часов)

**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? (11 часов)

**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?

**Тематическое планирование**

Календарно-тематический план  
Первый класс (33 часа)

	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Дата		Результаты		
			планируемая	фактическая	предметные	метапредметные	личностные
<b>Раздел 1. Я-школьник</b>		<b>12</b>					
1	Занятие №1. Знакомство с понятием «Кто такой школьник?»	1			Знакомство с понятием «Кто такой школьник?»	Развитие уверенности в себе	Содействие осознанию позиции школьника
2	Диагностика первичная	2			Оценка УДД Изучение адаптации по проективной методике «Школа зверей», «Лесенка»	Предупреждение и преодоление школьных факторов риска	Успешная адаптация обучающихся к обучению в школе.
3	Занятие №2. Как зовут ребят моего класса	1			Знакомство с понятием «Кто такой школьник?»	Формирование дружеских отношений	Содействие осознанию позиции школьника



4	Занятие №3. Зачем мне нужно ходить в школу	1			Осознание различий в позициях «дошкольник» и «школьник»	Развитие уверенности в своих учебных возможностях	Содействие осознанию позиции школьника
5	Занятие №4. Мой класс	1			Действие по правилу	Формирование дружеских отношений	Коммуникативные навыки
6	Занятие №5. Какие ребята в моем классе	1			Расширение знаний друг о друге. Развитие навыков общения.	Формирование дружеских отношений	Коммуникативные навыки
7	Занятие №6. Мои друзья в классе	1			Расширение знаний друг о друге. Развитие навыков общения.	Формирование дружеских отношений	Коммуникативные навыки
8	Занятие №7. Мои друзья	1			Расширение знаний друг о	Формирование	Коммуникативные

	в классе				друге. Развитие навыков общения.	дружеских отношений	навыки
9	Занятие №8. Мои успехи в школе	1			Расширение знаний друг о друге. Развитие навыков общения. Сплочение коллектива.	Формирование дружеских отношений	Коммуникативные навыки
10	Занятие №9. Мои успехи в школе	1			Адекватная самооценка, формирование учебной мотивации	Развитие уверенности в себе и в своих учебных возможностях	Повышение самооценки, ситуация успеха
11	Занятие №10. Моя «учебная сила»	1			Формирование учебной мотивации	Развитие уверенности в себе и в своих учебных возможностях	Повышение самооценки, ситуация успеха
<b>Раздел 2. Мои чувства.</b>		<b>14</b>					
12	Занятие №11. Радость. Что такое мимика?	1			Знакомство с понятием «чувство», «мимика».	Навыки самоконтроля в общении	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
13	Занятие 12. Радость. Как её доставить другому человеку?	1			Знакомство с понятием «радость», добрыми словами.	Умение доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах.	Умение распознавать свои чувства и чувства других людей.
14	Занятие №13. Жесты	1			Знакомство с понятием «жесты»	Развитие сплоченности, навыков общения, групповой доброжелательности.	Умение распознавать свои чувства и чувства других людей.
15	Занятие 14. Радость можно передать прикосновением	1			Понятие «Радость»	Развитие сплоченности, навыков общения,	Снижение уровня тревожности

						групповой доброжелательности.	
16	Занятие 15. Радость можно подарить взглядом	1			Понятие «Радость»	Развитие сплоченности, навыков общения, групповой доброжелательности.	Снижение уровня тревожности
17	Занятие №16. Грусть.	1			Знакомство с понятием «грусть», обсуждение грустных ситуаций.	Умение доверительно и открыто говорить о себе и своих чувствах, эмпатия по отношению к другим людям.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
18	Занятие №17. Страх.	1			Знакомство с понятием «страх»	Умение различать эмоции радости, страха и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
19	Занятие №18. Страх, его относительность.	1			Способы преодоления страха.	Умение различать эмоции радости, страха и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
20	Занятие №19. Как справиться со страхом	1			Способы преодоления страха.	Умение различать эмоции радости, страха и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
21	Занятие №20. Страх и	1			Способы преодоления	Умение различать	Умение описывать

	как его преодолеть				страха.	эмоции радости, страха и т.п., рефлексия собственных чувств.	свои чувства и чувства других людей.
22	Занятие №21. Гнев. С какими чувствами он дружит?	1			Знакомство с понятием «гнев», способы преодоления гнева.	Умение различать эмоции радости, гнева и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
23	Занятие №22. Может ли гнев принести пользу?	1			Польза и вред гнева	Умение различать эмоции радости, гнева и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
24	Занятие №23. Обида	1			Знакомство с понятием «обида», способы преодоления гнева	Умение различать эмоции грусти, обиды и т.п., рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
25	Занятие №24. Разные чувства?	1			Разновидности чувств	Умение различать эмоции, рефлексия собственных чувств.	Умение описывать свои чувства и чувства других людей.
<b>Раздел 3. Какой Я - какой Ты</b>		<b>2</b>					
26	Занятие №25. Какой Я?	1			Положительные качества	Повышение самооценки, уверенности в себе	Осознание наличия разнообразных положительных качеств
27	Занятие №26. Какой Ты?	1			Положительные качества в других людях	Коммуникативные навыки	Умение находить разнообразные

							положительные качества в других людях
<b>Раздел 4. Трудности первоклассника</b>		<b>5</b>					
28	Занятие №27. Трудности первоклассника в школе, дома, на улице	1			Трудности первоклассника	Умение преодолевать трудности, решать конфликты, договариваться	Определение трудностей
29	Занятие №28. Школьные трудности	1			Трудности первоклассника в школе	Умение преодолевать трудности, решать конфликты, договариваться	Определение школьных трудностей
30	Занятие №29. Домашние трудности	1			Трудности первоклассника в дома	Умение преодолевать трудности, договариваться, контролировать себя	Определение домашних трудностей
31	Итоговое занятие.	1			Викторина.	Навыки самоконтроля в общении со сверстниками.	Навыки общения, умение осмысливать свое поведение и поведение других, самоконтроль.
32	Итоговая диагностика	1			Оценка УДД «Что мне нравится в школе»	Предупреждение и преодоление школьных факторов риска	Успешная адаптация обучающихся к обучению в школе
<b>Всего:</b>		<b>33</b>					

Календарно-тематический план  
Второй класс (34 часа)

	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Дата		Результаты		
			планируемая	фактическая	предметные	метапредметные	личностные
<b>Раздел 1. Вспомним чувства</b>		<b>5</b>					
1	Мы рады встрече	1			Знания об эмоциональной сфере человека	Умение строить речевое высказывание в устной форме.	Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека
2	Понимаем чувства другого	2			Внутренний мир другого человека, его чувства.	Эмпатия, толерантность	Способность к сочувствию, сопереживанию
3	Мы испытываем разные чувства	2			Чувства людей	Эмпатия, толерантность	Способность к сочувствию, сопереживанию
<b>Раздел 2. Качества людей</b>		<b>16</b>					
4	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2			Знакомство с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей.
5	Хорошие качества людей	2			Продолжение знакомства с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей.
6	Самое важное хорошее качество	1			Продолжение знакомства с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей, осознание детьми наличия у других людей разнообразных

							положительных качеств.
7	Кто такой сердечный человек?	1			Качества «сердечного человека»	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Осознание детьми наличия у других людей разнообразных положительных качеств.
8	Кого называют «доброжелательным человеком»?	1			Качества доброжелательного человека, зачем нужны качества, правила хорошего поведения.	Развитие и формирование конструктивных способов общения.	Осознание своих положительных качеств, коммуникативные навыки.
9	Трудно ли быть доброжелательным человеком?	1			Качества доброжелательного человека, зачем нужны качества, правила хорошего поведения.	Развитие и формирование конструктивных способов общения.	Осознание своих положительных качеств, коммуникативные навыки.
10	Я желаю добра ребятам в классе	1			Понятие «добро», способы проявления доброты.	Развитие чувства эмпатии	Сопереживание к другим людям.
11	Очищаем свое сердце	2			Сопереживание (эмпатия), толерантность к другим людям.	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
12	Какие качества нам нравятся друг в друге	2			Сопереживание (эмпатия), толерантность к другим людям.	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
13	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	1			Понятие «индивидуальность», различия людей	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
14	Каждый человек уникален	1			Уникальность каждого человека, толерантность.	Эмпатия к окружающим, толерантное	Понимание собственного внутреннего мира и

						поведение.	мира другого.
15	В каждом человеке есть темные и светлые качества	1			Положительные и отрицательные качества человека	Толерантность в отношениях с окружающими.	Оптимизация самооценки обучающихся, понимание собственного внутреннего мира.
<b>Раздел 3. Какой Я – какой Ты</b>		<b>10</b>					
16	Какой Я?	1			Умение определять собственные положительные качества	Эмпатия, толерантность.	Осознание наличия разнообразных положительных качеств
17	Какой ты?	1			Положительные качества в других людях	Позитивное отношение к окружающим	Осознание наличия разнообразных положительных качеств в других людях
18	Какой ты? Учимся договариваться.	2			Дружба, бесконфликтное поведение	Коммуникативные навыки	Умение определять качества настоящего друга,
19	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	2			Проблемы, возникающие в учебе, во внешкольной деятельности обучающихся	Рефлексия собственного поведения	Умение прогнозировать последствия своих поступков
20	Школьные трудности	2			Проблемы, возникающие в учебе, в школе	Ответственность. Рефлексия собственного поведения	Умение прогнозировать последствия своих поступков
21	Домашние трудности	2			Проблемы, возникающие дома, вне учебы	Ответственность. Рефлексия собственного поведения	Умение прогнозировать последствия своих поступков
22	Что нового ты узнал о себе? Итоговая диагностика	2			Рефлексия собственных качеств и чувств	Рефлексия собственного поведения	Анализ собственных переживаний, внутреннего мира



23	Итоговое занятие	1			Оценка УДД	Оценка УДД	Оценка УДД
<b>Всего:</b>		<b>34</b>					

Календарно-тематический план  
Третий класс (34 часа)

	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Дата		Результаты		
			планируемая	фактическая	предметные	метапредметные	личностные
<b>Раздел 1. Я-фантазер</b>		<b>12</b>					
2	Я-третьеклассник	1			Речевое развитие в устной форме	Умение строить речевое высказывание в устной форме.	Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека
3	Кого можно назвать фантазером?	1			Понятие «фантазия», «воображение»	Развитие креативных способностей у детей	Осознание ценности учения фантазировать
	Я умею фантазировать	1			Понятие «фантазия», «воображение»	Развитие креативных способностей у детей	Осознание ценности учения фантазировать
4	Я умею фантазировать (продолжение)	1			Понятие «фантазия», «воображение»	Развитие креативных способностей у детей	Осознание ценности умения фантазировать
	Я умею сочинять!	1			Понятие «фантазия», «воображение»	Развитие креативных способностей у детей	Осознание ценности умения фантазировать
5	Мои мечты	1			Понятие «сон», «сновидение»	Развитие креативных способностей у детей	Осознание ценности умения фантазировать
6	Мои мечты	1			Успешность деятельности	Умение добиваться положительного результата в деятельности	Уверенность в собственных силах, мотивация на достижение успеха
7	Мои сны	1			Речевое развитие в устной форме	Умение строить речевое высказывание в устной форме.	Умение проводить ассоциации

8	Фантазии и ложь	2			Понятие «мечта»	Умение двигаться к намеченной цели, доводить начатое до конца	Развитие целеустремленности
9	Я и моя школа	2			Различие понятий	Умение определять у	Анализ хороших и

					«фантазия» и «ложь»	человека положительные и отрицательные качества	плохих качеств
<b>Раздел 2. Я и моя школа</b>		<b>7</b>					
13	Что такое лень?	2			Школьная жизнь ученика 3-го класса	Осознание особенности позиции ученика. Правила поведения школьника.	Формирование позиции школьника.
14	Я и мой учитель	2			Понятие «лень»	Осознание особенности позиции ученика.	Исследование своих личностных особенностей поведения.
15	Как справляться с немогучками?	2			Чувства по отношению к учителю	Осознание особенности позиции ученика. Правила поведения школьника.	Формирование позиции школьника.
16	Мой верный попутчик – стремление все делать на отлично	1			Понятие «Уверенности в себе»	Осознание своей успешности	Уверенность в собственных силах, мотивация на достижение успеха. Адекватная самооценка.
<b>Раздел 3. Я и мои родители</b>		<b>4</b>					
16	Я и мои родители	1			Роль родителей в жизни ребенка	Уважительное отношение к родителям	Осознание роли и значимости родителя в жизни каждого человека
17	Я умею просить прощения	1			Способы понимания и прощения	Умение понимать ошибки и прощать	Анализ последствий поступков других людей (рефлексия)
18	Почему родители наказывают детей?	1			Причины наказаний детей родителями	Умение прогнозировать последствия плохих поступков	Анализ последствий поступков других людей (рефлексия)
19	Я взрослею	1			Возрастные	Умение	Исследование

					особенности 3-классников		возрастных особенностей
<b>Раздел 4. Я и мои друзья</b>		<b>4</b>					
20	Настоящий друг	1			Понятие «друзья», «настоящий друг»	Коммуникативные навыки	Умение определять и осознавать качества настоящего друга,
21	Умею ли я дружить?	1			Дружба	Умение дружить, общаться, налаживать контакты	Осознание собственного умения дружить
22	Трудности в отношениях с друзьями	1			Причины трудностей в отношениях с друзьями	Умение понимать эмоции и поступки другого	Учиться понимать эмоции и поступки других людей
23	Ссора и драка	1			Ссора, драка. Причины.	Навыки толерантного поведения.	Учиться понимать эмоции и поступки других людей
<b>Раздел 5. Что такое сотрудничество?</b>		<b>5</b>					
24	Что такое сотрудничество?	1			Понятие «сотрудничество».	Навыки коммуникативного общения	Определение и формулирование цели в совместной работе
25	Я умею понимать другого	1			Расширение представления о понятии «сотрудничество»	Умение договариваться и приходить к общему решению	Анализ поступков действий других людей
26	Я умею договариваться с людьми	1			Расширение представления о понятии «сотрудничество»	Навыки коммуникативного общения	Правила общения
27	Мы умеем действовать сообща	1			Расширение представления о понятии «сотрудничество»	Умение договариваться и приходить к общему решению	Определение и формулирование цели в совместной работе
28	Что такое коллективная работа	1			Расширение представления о понятии	Навыки коммуникативного взаимодействия	Определение и формулирование цели в совместной работе

					«сотрудничество»		
31	Итоговая диагностика	1			Оценка УДД	Оценка УДД	Оценка УДД
32	Итоговое занятие	1			Подведение итогов. Рефлексия		
	<b>Всего</b>	<b>34</b>					

Календарно-тематический план  
Четвертый класс (34 часа)

	Наименование разделов, блоков, тем	Всего часов	Дата		Результаты		
			планируемая	фактическая	предметные	метапредметные	личностные
	Раздел 1. Кто я? Мои силы, мои возможности.	12					
2	Мое лето.	1			Знания об эмоциональной сфере человека	Умение строить речевое высказывание в устной форме.	Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека
3	Кто я?	1			Внутренний мир другого человека, его чувства.	Эмпатия, толерантность	Способность к сочувствию, сопереживанию
4	Какой я – большой или маленький?	1			Чувства людей	Эмпатия, толерантность	Способность к сочувствию, сопереживанию
6	Мои способности	2			Знакомство с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей.
7	Мой выбор, мой путь.	1			Продолжение знакомства с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей.

8	Мой внутренний мир	2			Продолжение знакомства с понятием «Качества людей» Расширение знаний друг о друге.	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Исследование своих качеств, изучение своих особенностей, осознание детьми наличия у других людей разнообразных
---	--------------------	---	--	--	---	---	--

							положительных качеств.
9	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	2			Качества «сердечного человека»	Умение находить положительные качества во всех людях, толерантное отношение к другим.	Осознание детьми наличия у других людей разнообразных положительных качеств.
10	Кого я могу впустить в свой внутренний мир.	1			Качества доброжелательного человека, зачем нужны качества, правила хорошего поведения.	Развитие и формирование конструктивных способов общения.	Осознание своих положительных качеств, коммуникативные навыки.
11	Что значит верить?	1			Качества доброжелательного человека, зачем нужны качества, правила хорошего поведения.	Развитие и формирование конструктивных способов общения.	Осознание своих положительных качеств, коммуникативные навыки.
<b>Раздел 2. Я расту, я изменяюсь</b>		<b>3</b>					
12	Мое детство.	1			Понятие «добро», способы проявления доброты.	Развитие чувства эмпатии	Сопереживание к другим людям.
13	Я изменяюсь.	2			Сопереживание (эмпатия), толерантность к другим людям.	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
<b>Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?</b>		<b>3</b>					
14	Моё будущее	2			Сопереживание (эмпатия), толерантность к другим людям.	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
15	Хочу вырасти здоровым человеком!	1			Понятие «индивидуальность», различия людей	Эмпатия к окружающим.	Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.

Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?		<b>4</b>					
16	Кто такой интеллигентный человек?	1			Уникальность каждого человека, толерантность.	Эмпатия окружающим, толерантное поведение.	к Понимание собственного внутреннего мира и мира другого.
17	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	1			Положительные и отрицательные качества человека	Толерантность в отношениях с окружающими.	в Оптимизация самооценки обучающихся, понимание собственного внутреннего мира.
18	Что такое идеальное Я?	2					
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?		<b>11</b>					
19	Кто такой свободный человек?	2			Положительные качества в других людях	Позитивное отношение к окружающим	к Осознание наличия разнообразных положительных качеств в других людях
20	Права и обязанности школьника.	2			Дружба, бесконфликтное поведение	Коммуникативные навыки	Умение определять качества настоящего друга,
21	Что такое «право на уважение»	2			Проблемы, возникающие в учебе, во внешкольной деятельности обучающихся	Рефлексия собственного поведения	Умение прогнозировать последствия своих поступков
22	Права и обязанности	2			Проблемы, возникающие в учебе, в школе	Ответственность. Рефлексия собственного поведения	Умение прогнозировать последствия своих поступков
23	Нарушение прав других	2			Проблемы, возникающие	Ответственность.	Умение



	людей может привести к конфликтам				дома, вне учебы	Рефлексия собственного поведения	прогнозировать последствия своих поступков
24	Как разрешать конфликты мирным путем	1			Рефлексия собственных качеств и чувств	Рефлексия собственного поведения	Анализ собственных переживаний, внутреннего мира
25	Итоговое занятие	1					
<b>Всего:</b>		<b>34</b>					

Мониторинг в рамках данной программы предполагает изучение:

- коммуникативной сферы у младших школьников (социометрическая методика Морено);
- познавательной активности, мотивации младших школьников (анкета Лускановой);
- уверенность в собственных силах, самооценка (методика «Лесенка»);
- уровня агрессивности, тревожности (тест на изучение тревожности Тэмпл – Дорки, проективная методика «Кактус»);
- оценка эмоционального состояния учеников в начале и конце занятия: выбрать цветную карточку (свое настроение).

Сравнение результатов этого задания, полученных в начале и конце занятия, изменения цветовой гаммы на протяжении некоторого времени позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого ученика.

Данная программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, так как 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 создает 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. Считаю необходимым продолжение занятий по данной программе в соответствии с возрастом в среднем звене.