# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

# Министерство образования и науки Самарской области ГБОУ СОШ с.Андросовка

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель МО	Заместитель директора по УВР	Директор школы
А.П.Почукаев	Л.Н.Неверова	М.Н.Никитина
Протокол №1 от «29» августа 2023 г.	от «29» августа 2023 г.	Приказ №59-од от «30» августа 2023 г.

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1279060)

# Курса внеурочной деятельности «Психологическое здоровье»

для обучающихся 1 – 4 классов

с. Андросовка 2023

#### ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников "Психологическое здоровье". Уроки психологии в начальной школе (1-4). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

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

Курс психологии «Психологическое здоровье» может преподаваться за счёт часов школьного компонента и составлять вариативную часть типового учебного плана средней общеобразовательной школы, лицея, гимназии.

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

Программа предназначена для обучающихся 1-4 классов.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

**Цель** курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

#### Задачи:

- 1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- 2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- 3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей установку преодоления.
- 4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
- 5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
- 6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
- 7 . Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
- 8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

# Описание места предмета в учебном плане

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

## Общая характеристика предмета:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

**Аксиологический** компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

**Инструментальный** компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

**Потребностно-мотивационный** компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

- 1.Введение в тему.
- 2. Развёртывание темы.
- 3.Индивидуализация темы.
- 4.Завершение темы

#### Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных

моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

## 1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

#### Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

## Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

#### 2 класс

#### Регулятивные УУД:

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

#### Познавательные УУД:

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

#### Коммуникативные УУД:

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

#### 3 - 4 класс

#### Регулятивные УУД:

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

#### Познавательные УУД:

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

#### КоммуникативныеУУД:

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

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

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

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

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

психологической реальности и действительности в целом.

#### Межпредметные связи:

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

Межпредметные связи могут выражаться:

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

#### Место предмета в базисном учебном плане

Учебное содержание программы «Психологическое здоровье» включает следующие курсы:

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

#### Формы контроля знаний

Так как психология входит в базисный учебный план школы, то предполагается особая оценочная система результатов деятельности. Оценка ставится по результатам контрольных, проверочных работ, специально разработанных по материалам изученных тем. Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания.

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

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

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. — 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо

владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

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

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

- 1. Личностно-ориентированные технологии.
- 2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
- 3. Диалогические технологии.
- 4. KCO
- 5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
- 6. Коммуникативно-информационные технологии.
- 7. Технология учебно-игровой деятельности.
- 8. Технология проектной деятельности.

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

## Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

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

## Работа со слабоуспевающими учениками

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

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

- Работа с учебной, дополнительной литературой.
- Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.
- Использование интерактивных занятий

# Содержание программы «Психологическое здоровье» Первый класс

Содержание программы «Психологическое здоровье .1 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

# Раздел 1.Я школьник (17 часов)

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

# Раздел 2. Мои чувства (17 часов)

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

#### Второй класс

Содержание программы «.Психологическое здоровье 2 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

## Раздел 1. Я – фантазёр (10 часов)

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она? Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

#### Раздел 2. Я и моя школа (9 часов)

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы — коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками?» Справиться с ними помогает формула: «Хочу — могу», «Не хочу — не могу».

## Раздел 3. Я и мои родители (6 часов)

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное — это научиться прощать друг друга.

# Раздел 4. Я и мои друзья (8 часов)

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

## Третий класс

Содержание программы «Психологическое здоровье. 3 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

#### Раздел 1.Умение владеть собой (8 часов)

Я – третьеклассник. Как я изменился за лето? Умение владеть собой. Что это значит? Уметь управлять своим поведением, следить за своей речью и поступками, внимательно слушать собеседника – это и есть умение владеть собой. Это умение очень важно для общения с другими людьми. Что значит быть хозяином своего «Я»? Какого человека называют ответственным. Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?

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

Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают? Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»? Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают? Конфликт. Как он возникает? Моё поведение в трудных ситуациях

## Раздел 3. Культура общения (7 часов)

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

## Раздел 4. Что такое сотрудничество? (10 часов)

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

## Четвёртый класс

## Содержание программы «.Психологическое здоровье 4 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

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

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленюшка...это все мои друзья. Но командую здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

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

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

# Раздел 3.Моё будущее (5 часов)

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

#### Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком и что для этого нужно? (3 часа)

Поведение человека зависит от его качеств. Кто такой интеллигентный человек, и какие качества должны у него присутствовать? Портрет интеллигентного человека. Хочу вырасти интеллигентным человеком. Кто может стать интеллигентным человеком? Каким должен быть ученик сейчас, чтобы из него получился интеллигентный человек в будущем? Что такое идеальное Я? У многих людей есть некий идеальный образ самого себя - то, каким бы ему хотелось стать.

# Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? (8 часов)

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое « право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? В реальности количество прав и обязанностей человека примерно одинаковое. Главные права и обязанности ученика. «Билль о правах ученика и учителя в школе». Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как можно разрешать конфликты мирным путём?

#### Методические пособия для учителя:

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

#### Список литературы

- 1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
- 2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
- 3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика Пресс, 1996.
- 4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
- 5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
- 6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
- 7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
- 8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
- 9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.

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

# Литература, необходимая для овладения курса. <u>Для ученика (обучающегося)</u>

#### Дополнительная

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

#### Интернет-ресурсы.

http://pedsovet.org/ - Всероссийский интернет-педсовет;

http://it-n.ru/ - сеть творческих учителей;

http://viki.rdf.ru/ - детские электронные презентации и клипы;

http://festival.1september.ru/ - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";

www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;

http://www.ug.ru - сайт «Учительской газеты»;

http://www.kinder.ru/default.htm - Интернет для детей;

http://www.km.ru - портал компании «Кирилл и Мефодий».

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

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

# Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
		I					
1	Тема «Знакомство. Введение в мир психологии»	1	Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, развитие уверенности в себе	Знакомство с предметом психология, с учителем и одноклассниками. Упражнения «Знакомство», «Имя оживает», «Ласковое имя», «Рисунок имени»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя К Слушают и понимают речь других ребят Л Формируют положительное отношение к школе	Рабочая тетрадь	
2	Тема «Как зовут ребят моего класса»	1	Групповая работа, индивидуальная работа, направленные на осознание позиции школьника	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Мое имя», «Имя начинается с буквы», «Имя соседа», «Я солнышко», «Нарисуем имя мамы»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	Рисунок на заданную тему	
3-4	Тема «Зачем мне нужно ходить в школу»	2	Групповая и индивидуальная работа Социальные пробы, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Какой урок важнее».	Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя К Слушают, понимают речь других людей Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих	Рабочая тетрадь, упражнения по инструкции, по образцу	
5	Тема «Я в школе»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Работа со сказкой», рисунок «Я в школе»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Слушают и понимают речь других К Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные	Метод самостоятельных наблюдений	

					моменты школьной действительности	
6-7	Тема «Мой класс»	2	Групповая и индивидуальная работа Практикум, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в нашем классе», «Какого цвета», «Буратино хочет в школу», «Буратино хочет к нам в гости», «Буратино проголодался». Работа со сказкой «Два города». Рисунок сказки	Р Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату П Пересказывают небольшие тексты К Строят простое речевое высказывание Л Формируют положительное отношение к школе	Диагностические процедуры
8-9	Тема «Какие ребята в моем классе»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Сколько в моем классе», «Закончи предложение», «Мы», «Вспомни хорошие поступки», «Мы любим». Работа со сказкой «Кто самый лучший»	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолевать П Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя К Имеют первоначальные навыки работы в группе Л Оценивают результаты своей деятельности	Понимание текста, ответы на вопросы
10-12	Тема «Мои друзья в классе»	3	Групповая и индивидуальная работа Практикум, обсуждение, ролевые игры	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Кто умеет хорошо», «Закончи предложение», «Тропинка к сердцу», «Портрет моего друга», «Изобрази предмет», «Буквы на спине», «Спасибо, что помог», «Ниточки тепла», «Как можно помириться», «Да», «У кого самое лучшее зрение». Работа со сказкой «Про белоцветик», «Фло», «Снежинка».	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе	Рисунок по сказке
13-14	Тема «Мои успехи в школе»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие упражнения, обсуждение	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Закончи предложение», «Буратино забыл слова», «Мне помогли», «Считалка». Работа со сказкой «Яшок и «звездная болезнь»	Р Осваивают правила планирования, контроля способа решения П Группируют предметы и их образы по заданным признакам К Строят понятные для партнера высказывания Л Соблюдают правила игры и дисциплины	Рисунок по сказке
15	Тема «Моя «учебная сила»»	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум.	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения «Я тоже», «Встаньте, у кого это есть», «Главная учебная	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под	Рисунок по сказке

			Психогимнастические,	сила». Работа со сказкой	руководством учителя	
			ролевые игры.	«Козленок Хрупигав»	К Принимают чужую точку зрения	
			Дискуссионная игра	Wrossienok ripyiini ab//	Л Знают правила игрового общения	
			дискуссионная игра	Раздел 2. Мои чувства (17 часо)		<u> </u>
16	Тема «Радость. Что	1	Фронтальная работа	Разминка «Зайчик	Р Учатся осознавать свои трудности	Иллюстрация на
	такое мимика»		Фронтальная расота	рассмеялся — зайчик испугался», «Раз, два, три, за мною повтори». Упражнения «Закончи предложение», «Зоопарк», «Рисунок радости».	и стремятся к их преодолению  П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя  К Учатся работать в паре и группе Л Ориентируются на понимание чувств других людей	тему «Радость».
17	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку»	1	Групповая и индивидуальная работа Игровые методы, методы психической саморегуляции	Разминка «Угадай, где я иду», «Превратись в животное». Кричалка «Я очень хороший» Упражнения беседа «Как доставить радость другому человеку», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя К Умеют договариваться Л Формируют положительное отношение к школе	Участие в упражнении «Скажи мишке добрые слова».
18	Тема «Жесты»	1	Работа в группах по алгоритму, обсуждение	Разминка «Угадай, где я иду». Упражнения «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение», «Объясни задание». Работа со сказкой «Когда молочные зубы сменились постоянными»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Рисунок по сказке Составление схем
19-21	Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»	3	Словесные методы Работа в группах по алгоритму, обсуждение	Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота», «мысленная картинка», «Врунишка». Кричалка «Ура успешной фотоохоте». Упражнения «Радость можно передать прикосновением», «Радость можно подарить взглядом», «Котенок». Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу», «Нужная вещь»	Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Понимают смысл простого текста Л Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу	Рисунок по сказке
22	Тема «Грусть»	1	Индивидуальная, групповая работа	Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и	Р Переносят навыки построения внутреннего плана действия из	Рисунок по сказке

23	Тема «Страх»	1	Индивидуальная, групповая работа	нет». Упражнения «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок загрустил». Работа со сказкой «Сказка про котенка Ваську»  Разминка «Дотронься до». Упражнения «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со	игровой деятельности в учебную П Учатся наблюдать К Договариваются и уважают разные мнения Л Формируют положительное отношение к школе Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Моделируют ситуации с помощью учителя	Рисунок по сказке
				сказкой «Девочка с мишкой», «Темноландия»	К Учиться слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия	
24	Тема «Страх. Его относительность»	1	Фронтальная работа	Разминка «неопределенные фигуры». Упражнения «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение». Работа со сказкой «Мы просто очень боялись за вас»	Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Понимание прочитанного
25	Тема «Как справиться со страхом»	1	Фронтальная работа	Разминка «Страшные персонажи телеэкрана», «Придумай веселый конец». Упражнения «Картинная галерея». Работа со сказкой «Маленькая луна»	Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Понимание прочитанного
26	Тема «Страх и как его преодолеть»	1	Групповая и индивидуальная работа Работа в парах, фронтальная работа	Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем поразному». Упражнения «Страшная маска». Работа со сказкой «Сказка звезд»	Р Осваивает правила планирования, контроля способа действия П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Применяют первоначальные способы поиска информации Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок по сказке
27-28	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»	2	Фронтальная работа Собеседование, игровые упражнения	Разминка «Художники», «Попугай», «Покажи дневник маме». Работа со	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия	Рисунок по сказке

				сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался», «Как ромашки с васильками поссорились».	П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя  К Учитывают разные мнения  Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки		
29-30	Тема «Может ли гнев принести пользу»	2	Фронтальная работа Собеседование, игровые упражнения Психогимнастика	Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились - одумались», «Поссорились - помирились». Упражнения «Закончи предложение». Работа со сказкой «О путнике и его беде»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Устанавливают последовательность событий в тексте К Формулируют собственное мнение Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	Рисунки и ответы на вопросы по содержанию сказки	
31	Тема «Обида»	1	Групповая и индивидуальная работа Практическая работа	Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет», «Весеннее настроение». Упражнения «закончи предложение», «Какая у меня обида», «Напрасная обида». Работа со сказкой «Обида»	Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся работать по предложенному учителем плану К Строят понятные для партнера высказывания Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей	Обсуждение сказки, вопросы на понимание смыла сказки	
32-33	Тема «Разные чувства»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум-бурум», «Море волнуется», «Волны». Упражнения «Закончи предложение», «Ожившее чувство», «Рисунок чувств».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолевать их П Высказывают свое мнение К Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Л Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	Задание творческого характера	
34	Тема «Итоговое занятие»	1 34 ч	Фронтальная, групповая работа	Игра-конкурс Обобщение основных знаний и навыков	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Строят логические умозаключения с помощью учителя К Выполняют различные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития		

# Календарно-тематическое планирование 2 класс

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
		ı	Разде	ел 1. Вспомним чувства (5	часов)		1
1	Тема «Мы рады встрече»	1	Фронтальная работа Беседа	Разминка «Мячик», Упражнения «Вспомни чувства», «Чувства- воспоминания», «Рисунок радости».	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения К Слушают и понимают речь других ребят Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Рисунок сценок из летней жизни	
2	Тема «Понимаем чувства другого»	1	Фронтальная, групповая работа	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Упражнения «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, различать эмоции К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Формируют положительное отношение к школе	Общий рисунок на заданную тему «Радость»	
3-5	Тема «Мы испытываем разные чувства»	3	Фронтальная, групповая работа Социальные пробы	Разминка «Мячик», «Лишнее слово», «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал». Упражнения «Сочини рассказ», «Режим дня», «Рисуем режим», «Пластилиновое чувство», «Палитра чувств». Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Моделируют различные ситуации К Учатся понимать эмоции и поступки других людей Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Упражнения по инструкции, по образцу Рисунок по сказке	
6.7	Т-> «П	1.2		люди отличаются друг от		) / ( ) / (	
6-7	Тема «Люди отличаются друг от друга своими	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Лишнее слово», «Кто сегодня молодец». Упражнения «Качества», «В	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы	Метод самостоятельных наблюдений Рисунок по сказке	

	качествами»			чем твоя сила», «Сердце класса», «Чьи качества». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце»	П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	
8-9	Тема «Хорошие качества людей»	2	Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Какие качества задуманы». Упражнения «Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Я не такой как все»	Р Оценивают степень достижения цели П Доказывают, делают выводы, определяют понятия К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия Л Оценивают результаты своей деятельности	Диагностические процедуры Рисунок по сказке
10-11	Тема «Самое важное хорошее качество»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Разминка «Найди лишнее слово», «Качества — шепотом». Упражнения «Сборы в дорогу», «Кто любит людей», «Поделимся любовью». Работа со сказкой «Хвостатик»	Р Учатся прогнозировать последствия своих поступков П Устанавливают причинноследственные связи К Учатся позитивно проявлять себя в общении Л Соблюдают правила игры и дисциплины	Слушание текста, ответы на вопросы Рисунок по сказке
12	Тема «Кто такой сердечный человек»	1	Фронтальная работа Практикум	Разминка «Найди лишнее слово», «Отгадай качество». Упражнения «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств», «Мягкое сердце»	Р Определяют и формулируют цель в совместной деятельности вместе с учителем  П Делают выводы в результате совместной работы в группе  К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия  Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Метод самостоятельных наблюдений
13	Тема «Кто такой	1	Групповая работа	Разминка «Найди лишнее	Р Учатся контролировать	Обсуждение, рисунок по

	доброжелательный человек»		Развивающие упражнения	слово», «Какое слово не подходит». Упражнения «Поделимся любовью», «Волшебные слова». Работа со сказкой «Маленький котенок»	свою речь и поступки  П Умеют сопоставлять полученную информацию с имеющимся жизненным опытом  К Формируют нравственные чувства и нравственное поведение Л Ориентируются на понимание чувств другого человека	сказке
14	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»	1	Групповая работа Развивающие упражнения	Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано». Упражнения «Я бы хотел стать более», «Золотой ключик». Работа со сказкой «Часы»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	Обсуждение, рисунок по сказке
15-16	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»	2	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Аналогии», «Шифровальщик». Упражнения «Как ведет себя человек», «Я желаю добра». Работа со сказкой «О подзорной трубе»	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя К Учатся работать в группе Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	Обсуждение, рисунок по сказке
17	Тема «Очищаем свое сердце»	1	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Аналогии», «Шифровальщики». Упражнения «Чистое сердце». Работа со сказкой «Сказка про гусеничку»	Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста П Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя К Понимают смысл простого текста	Обсуждение, рисунок по сказке

18-19	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»	2	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Разминка «Зеленый крокодил в синей шляпе», «Угадайка». Упражнения «Снежная королева». Работа со сказкой «Кузя»	Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия Р Осваивают правила планирования, контроля способа действия П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Учатся работать в паре и в группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Обсуждение, рисунок по сказке
20-21	Тема «Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»	2	Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка». Упражнения «Ладошка», «Мы похожи – мы отличаемся». Работа со сказкой «Туча»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Применяют первоначальные способы поиска информации Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Обсуждение, рисунок по сказке
22	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	1	Групповая работа Психогимнастические и ролевые игры.	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал». Упражнения «Звездочка». Работа со сказкой «Цветок по имени незабудка»	Р Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, одноклассников П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Договариваются и уважают разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Обсуждение, рисунок по сказке
23	Тема «В каждом человеке есть светлые и темные качества»	1	Групповая работа Развивающие упражнения	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чьи ладошки». Упражнения «Темные и светлые мешочки», «Светофорики». Работа со сказкой «Перчатки»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия	Обсуждение, рисунок по сказке

			Разлеп	3. Какой Я – Какой Ты? (1	Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития  1 часов)	
24-25	Тема «Какой Я?»	2	Фронтальная работа, индивидуальная работа	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Холодно-горячо». Упражнения «Цыганка». Работа со сказкой «Сказка про дружбу»	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения  П Усваивают разные способы запоминания информации  К Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей  Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Обсуждение, рисунок по сказке
26-27	Тема «Какой ТЫ?»	2	Фронтальная работа, индивидуальная работа	Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Найди игрушку», «Топните те, кто», «Какого цвета твои глаза». Упражнения «Цыганка», «Заяц-Хваста», «Я задумал мальчика», «Интервью», «Прослушивание интервью».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Оценивают правильность выполнения действий и корректируют при необходимости К Умеют соотносить позиции партнеров и собственную Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Обсуждение, рисунок
28-29	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	2	Работа в группах по алгоритму	Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто», «Крылатые качели». Упражнения «Копилка трудностей», «Театр». Рисунок «Трудные ситуации второклассника».	Р Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор П Усваивают разные способы запоминания информации К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей	Обсуждение, рисунок трудностей
30-31	Тема «Школьные трудности»	2	Работа в группах по алгоритму	Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два - четыре», «Взвигните	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения	Обсуждение, рисунок сказки

трудности»  алгоритму  предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка», «Изобрази ситуацию», «Если я отличник».  Работа со сказкой «О муравьишке», «Верить и стараться».		
	Обсуждение, рисунок сказки	
Тема «Итоговое занятие»   Тема «Итоговое занятие»   Фронтальная работа   Фестиваль игр   Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя   П Учатся работать по предложенному учителем плану   К Строят понятные для партнера высказывания   Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки   Мтого   34 ч		

# Календарно-тематическое планирование 3 класс

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

	сочинять»		индиридуалгиал	картинких "На ита почеж	постижения пепи	
	СОЧИНЯТЬ»		индивидуальная работа Практикум	картинки», «На что похож этот звук», «Ассоциации», «Свечка». Упражнения «Вредные советы», рисунок «Вредные советы»	достижения цели  П Доказывают, делают выводы, определяют понятия  К Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия  Л Проявляют сопереживание к другим людям	
7	Тема «Мои мечты»	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Разминка «Мысленные картинки», «Ассоциации», «Запахи». Упражнения «Неоконченное предложение». Работа со сказкой «Сказка о голубой мечте». Рисунок «Моя мечта»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы П Устанавливают причинноследственные связи К Учатся позитивно проявлять себя в общении Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Ответы на вопросы, рисунок «Моя мечта»
8-9	Тема «Фантазии и ложь»	2	Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Мысленные картинки», «Лишняя ассоциация», «Запахи», «Кто соврал». Упражнения «Правда и ложь». Работа со сказкой «Лживый мальчик»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему
			Pag	вдел <b>2. Я</b> и моя школа (6 ча		
10-11	Тема «Я и моя школа»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Родители, учителя, ученики», «Что делает ученик?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Неоконченное предложение», «Школа на планете «Наоборот»»	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения П Усваивают разные способы запоминания информации К Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему
12	Тема «Что такое лень?»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Родители, учителя, ученики», «Что делает учитель?», «Мешок хороших качеств». Упражнения «Существо по имени лень». Работа со сказкой «О ленивой	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Осознают ценность умения фантазировать К Умеют соотносить позиции	Рисунок на заданную тему

				звездочке»	партнеров и собственную	
					Л Умеют налаживать контакты с	
12.14	T. a. v	2			окружающими	7
13-14	Тема «Я и мой учитель»	2	Групповая и	Разминка «Родительское	Р Выбирают, как поступить, в	Рисунок на заданную
			индивидуальная	собрание», «Что я чувствую	т.ч. в неоднозначных ситуациях	тему
			работа	в школе», «Я - тетрадь»,	(моральные проблемы) и	
				«Передай чувство ногами».	отвечать за свой выбор	
				«Школьная фотография»,	П Усваивают разные способы	
				«фажин тикаф».	запоминания информации	
				Упражнения	К Учатся выполнять разные	
				«Неоконченные	роли	
				предложения».	Л Применяют умения в области	
				Работа со сказкой «О	самоанализа и саморазвития	
				девочке и строгой		
				учительнице», «О мальчике		
				Вале»		
15	Тема «Как справляться с	1	Групповая и	Разминка «В маске»,	Р Определяют и объясняют своё	Рисунок на заданную
	«Немогучками»»		индивидуальная	«Передай чувство ногами»,	отношение к правилам и нормам	тему
			работа	«Радиоинтервью».	человеческого общения	
				Упражнения «Кто такие	П Усваивают разные способы	
				Немогучки».	запоминания информации	
				Работа со сказкой «Малыш-	К Умеют полно и точно	
				облачко»	выражать свои мысли в	
					соответствии с задачами и	
					условиями коммуникации	
					Л Проявляют заботу о человеке	
					при групповом взаимодействии	
			Pa <sub>3</sub> ,	дел 3. Я и мои родители (4	часа)	
16	Тема «Я и мои	1	Групповая и	Разминка «В маске»,	Р Умеют оценивать свой	Рисунок на заданную
	родители»		индивидуальная	«Сонное дыхание»,	результат с помощью учителя	тему
			работа	«Сказочные герои».	П Осознают ценность умения	
				Упражнения	фантазировать	
				«Неоконченные	К Учатся договариваться и	
				предложения», рисунок	уважать разные мнения	
				«Семья».	Л Умеют налаживать контакты	
					с окружающими	
17	Тема «Я умею просить	1	Групповая и	Разминка «Изобрази	Р Определяют и формулируют	Рисунок на заданную
	прощение!		индивидуальная	предмет», «Чувства»,	цель деятельности с помощью	тему
			работа	«Маски».	учителя	
				Упражнения	П Учатся наблюдать, находить	
				«Неоконченные	положительные качества у себя	
				предложения», «Не буду	и у других людей	
				просить прощения».	К Учатся выполнять разные	
				Работа со сказкой «Принц	роли	
				просить прощения».	К Учатся выполнять разные	

18-19	Тема «Почему родители наказывают своих детей?»	2	Групповая и индивидуальная работа	Эдгар»  Разминка «Изобрази предмет», «Занятия мамы», «Я сделал дело хорошо». Упражнения «Неоконченные	Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Моделируют ситуацию с помощью учителя	Рисунок на заданную тему
				предложения». Работа со сказкой «Простить маму»	К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими	
		l	Pas	здел 4. Я и мои друзья (7 ча	асов)	I
20-21	Тема «Настоящий друг»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Кто сказал спасибо», «Я сделал дело хорошо», «Кто есть кто», «надежный лифт». Упражнения «Неоконченные предложения», «Качества настоящего друга». Работа со сказкой «Неожиданная встреча»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему
22-23	Тема «Умею ли я дружить?»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «прости»?», «Одинаковые скульптуры», «Санитары». Упражнения «Нужно ли уметь дружить». Работа со сказкой «Про маленькую Бабу Ягу»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему
24	Тема «Трудности в отношениях с друзьями»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Чувства и ассоциации», «Кто сказал «мяу»?», «Одинаковые скульптуры». Упражнения «Об Алеше». Работа со сказкой «О Спиногрызкине»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему
25-26	Тема «Ссора и драка»	2	Групповая и индивидуальная	Разминка «Чувства- ассоциации», «Изобрази	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя	Задания на определение чувств, наблюдения

			работа	ситуацию», «Какие чувства возникают во время ссоры или драки». Упражнения «Неоконченные предложения», «Я знаю	П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся работать в паре договариваться и уважать разные мнения Л Применяют умения в области	
			<b>В</b> орион 4	одного мальчика <b>И</b> то токоо сотруживаеть	самоанализа и саморазвития	
27-28	Тема «Что такое	2	Групповая и	. Что такое сотрудничество Разминка «Я сегодня	Р Умеют понимать и	Обсуждение сказки,
	сотрудничество»		индивидуальная работа	обрадовался встрече с», «Спасибо тебе за», «Кто лишний». Упражнения «Что такое сотрудничество?» Работа со сказкой «Добрая память»	контролировать свое эмоциональное состояние П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	вопросы на понимание смыла сказки
29-30	Тема «Я умею понимать другого»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Передай чувство», «Извини меня», «Кто лишний». Упражнения «Что значит понимать другого», «Конструктор». Работа со сказкой «Путевые заметки Оле-Лукойе»	Р Умеют вести себя в разных ситуациях П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунки и ответы на вопросы по содержанию сказки по алгоритму
31	Тема «Я умею договариваться с другими»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Передай чувство», «Собери картинку», «Кто сказал «мяу»». Упражнения «Я умею договариваться с другими». Работа со сказкой «Чтобы тебя любили»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунки и ответы на вопросы по содержанию сказки по алгоритму
32	Тема «Мы умеем действовать сообща»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Передай чувство», «Что лишнее?». Упражнения «Собери картинку», «Найди себе пару», «Мы вместе», рисунок «Мой класс».	Р Умеют вести себя в разных ситуациях П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению	Рисунок на заданную тему

Итого		34 ч			уважать разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	
					положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Умеют договариваться и	
34	Тема «Итоговое занятие»	1	Групповая и индивидуальная работа	Игра-конкурс	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить	
33	Тема «Что такое коллективная работа»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Найди себе пару», «Вальс дружбы», «Кто это». Упражнения «Что мы хотим пожелать друг другу», «Коллективный плакат»	Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся выполнять разные роли Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему

# Календарно-тематическое планирование 4 класс

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
			Раздел 1. Кто	я? Мои силы, мои возможн	ости (12 часов)		•
1	Тема «Мое лето»	1	Групповая и индивидуальная работа Беседа	Разминка «Радостное лето», «Гав-гав, хрю-хрю», «Рассказы о лете». Упражнения «Я - четвероклассник», рисунок «Лето»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения К Слушают и понимают речь других ребят Л Проявляют сопереживание к другим людям	Коллективный рисунок	
2-3	Тема «Кто Я?»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Как я провел лето», «Летом я научился». Упражнения «Роли». Работа со сказкой «Федунчик», «Сказка о Маше и ее человечках»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему	
4	Тема «Какой Я – большой или маленький?»	1	Групповая и индивидуальная работа Социальные пробы	Разминка «Я горжусь», «Роли», «Я умею». Упражнения «Большие и маленькие, «Я сам», «Любимая игра»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Моделируют различные ситуации К Учатся понимать эмоции и поступки других людей Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Обсуждение	
5	Тема «Мои способности»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Ты похож на», «Конкурс портретов». Упражнения «Что такое способности», «Способности моих родителей». Работа со сказкой «Сказка о скрипке»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

6	Тема «Мой выбор,	1	Групповая и	Разминка «Способности	понимание чувств других людей Р Оценивают степень	Рисунок на заданную
	мой путь»		индивидуальная работа Практикум	моих родителей», «Кого загадал ведущий», «Отгадай, кто я?». Упражнения «Мой выбор», рисунок «На перекрестке дорог».	достижения цели  П Доказывают, делают выводы, определяют понятия  К Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия  Л Умеют налаживать контакты с окружающими	тему, обсуждение
7-8	Тема «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?»	2	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Разминка «Подушечный бой», «Не выходя из комнаты», «Радиопередача». Упражнения «Чужие рассказы», «Маленький принц».	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы П Устанавливают причинноследственные связи К Учатся позитивно проявлять себя в общении Л Ориентируются на понимание чувств других людей	Рисунок на заданную тему «Моя планета», обсуждение
9	Тема «Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира»	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Подушечный бой», «Рассмотри и подумай», «Не выходя из комнаты». Упражнения «Маленькая страна»	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение
10	Тема «Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Бой полотенцами», «Рассмотри и подумай». Упражнения «Кому я могу рассказать о себе все», «Мой самый интересный сон»	Р Умеют вести себя в разных ситуациях П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему, обсуждение

11-12	Тема «Что значит верить?»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Бой петушков», «Рассмотри и придумай». Упражнения «Взгляд», «Чудо». Работа со сказкой «Тайна другого берега»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Осознают ценность умения фантазировать К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение
			Разде	л 2. Я расту, я изменяюсь (4		
13-14	Тема «Мое детство»	2	Групповая и индивидуальная работа Фронтальная работа	Разминка «Маленькое имя», «Любимый сказочный герой», «Неопределенные картинки», «Мне опять пять лет», «Если бы у меня был ребенок», «Если ребенок плачет». Упражнения «Кто в какую игрушку превратился», «Любимая фотография», «Случай из детства». Работа со сказкой «Сундук, который помог царю»	Р Определять и объяснять своё отношение к правилам и нормам человеческого общения П Усваивать разные способы запоминания информации К Осознавать необходимость признания и уважения особенностей других людей Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение
15-16	Тема «Я изменяюсь»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Имя - цветок», «Неопределенные картинки». Упражнения «Раньше и сейчас», «Каким я буду, когда вырасту».	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Оценивают правильность выполнения действий и корректировать при необходимости К Умеют соотносить позиции партнеров и собственную Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Задание по инструкции
		ı	Раздел 3. Мое будун	цее. Каким бы я хотел стать		
17-18	Тема «Мое будущее»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Взрослое имя», «Я в будущем», «Неопределенные картинки», «Антонимы». Рисунок «Я в настоящем, я в будущем». Упражнения «Хочу в будущем, работаю сейчас», «Если бы я был волшебником», «Мой будущий дом».	Р Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор П Усваивают разные способы запоминания информации К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Умеют налаживать контакты	Рисунок «Мой дом»

					с окружающими	
19-20	Тема «Хочу вырасти здоровым человеком»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Я психологом родился», «Скажи так, чтоб тебе поверили». Упражнения «Об эмоциональной грамотности», «Мусорное ведро»	Р Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения П Усваивают разные способы запоминания информации К Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации Л Ориентируются на понимание чувств других людей	Сочинение, записки
		Разд	цел 4. Хочу вырасти инт		то для этого нужно? (3 часа)	·
21	Тема «Кто такой интеллигентный человек»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Антонимы», «Улыбнись, как…», «В ресторане». Упражнения «Кто такой интеллигентный человек». Работа со сказкой «Я иду к своей звезде»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение
22	Тема «Хочу вырасти интеллигентным человеком»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Антонимы», «Поприветствуй меня, как», «Если ты корабль». Упражнения «Кто может стать интеллигентным человеком»». Работа со сказкой «Жилабыла одна девочка»	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение
23	Тема «Что такое идеальное Я»	1	Групповая и индивидуальная работа Фронтальная работа	Разминка «Антонимы», «Произнести фразу», «Поприветствуй меня, как», «Если ты водоем». Упражнения «Идеальное Я». Работа со сказкой «Я умею жалеть»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение

24	Тема «Кто такой свободный человек?»	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие упражнения	Разминка «Скажи так, чтоб тебе поверили», «Взгляд», «Я психологом родился». Работа со сказкой «О свободном человеке Иване Гаврикове и несвободной мухе»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя К Учатся работать в паре и группе Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему, обсуждение
25-26	Тема «Права и обязанности школьника»	2	Групповая и индивидуальная работа Работа в парах, фронтальная работа	Разминка «Синонимы», «Произнеси фразу поразному», «Поприветствуй меня. как», «Если вы источник света». Упражнения «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею»	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся договариваться и уважать разные мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение
27	Тема «Что такое «право на уважение»?»	1	Групповая и индивидуальная работа Собеседование, игровые упражнения	Разминка «Толковый словарь», «Поприветствуй меня, как». Упражнения «Закончи рассказы», «Любимая игра»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией Л Проявляют сопереживание к другим людям	Обсуждение
28	Тема «Права и обязанности»	1	Групповая и индивидуальная работа Психогимнастика	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Я - учитель». Упражнения «Пять главных прав», «Билль о правах».	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Учатся работать в паре договариваться и уважать разные мнения Л Ориентируются на понимание чувств других людей	Обсуждение, составление билля о правах
29-30-	Тема «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Толковый словарь», «Придумай реплику», «Прищепка». Упражнения «Нарушение прав». Работа со сказкой «Друг Великана»	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Моделируют ситуации с помощью учителя	Рисунок на заданную тему, обсуждение

31-32	Тема «Как разрешать конфликты мирным путем?»	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Передай чувство спиной». Упражнения «Разыграй конфликт». Работа со сказкой «Лети вверх, Соня»	К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии Р Осваивают правила планирования, контроля способа действия П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Учатся работать в паре и в группе Л Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение
				Раздел 6. Заключение (2 час		
33-34	Тема «Итоговое занятие»	2	Групповая работа	Игра «Ключи от форта Байярд»	Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся решать учебнопознавательные проблемы К Учатся выступать с устным сообщением Л Умеют налаживать контакты с окружающими	Обсуждение сказки, вопросы на понимание смыла сказки
Итого		34 ч				

# Картотека методик 1 класс

## Упражнение «Знакомство»

Ведущий и учащиеся садятся на стулья, которые стоят в форме круга по числу учащихся группы. Ребята, давайте с вами познакомимся. Работать будем по часовой стрелке. Каждый из вас получая мяч должен будет называть свое имя и передавать мяч соседу слева и так по кругу. Я начинаю с себя, меня зовут..., (передаем мячик). Дети передают друг другу мячик, называя свое имя, игра заканчивается, когда мяч возвратится к ведущему.

# Упражнение «Рисунок имени»

Ребята, скажите мне пожалуйста, что человек получает при рождении и это остается с ним до конца жизни? (Имя). Правильно, Имя. У каждого из нас оно свое, есть имена, которые растут вместе с нами, а есть и те, которые остаются без изменений. Вот например: имя Наташа — Наталья, Саша-Александр, Женя — Евгений и т.д. А некоторые имена не изменяются, такие как Жанна-Жанна, Кирилл-Кирилл и т.д. У каждого человека имя уникально, так как не бывает одинаковых людей. Давайте с вами попробуем нарисовать свое имя красиво, отразив в нем свою уникальность и особенность. Подумайте как это можно сделать.

# Упражнение «Имя оживает»

А теперь, давайте себе представим, страну Имен, в которой все имена превратились в животных (растения). Вам нужно придумать, в какое животное (растение) могло бы превратиться ваше собственное имя и назвать.

# Игровое упражнение "Вспомни чувства"

Каждый ребенок получает картинку с изображением того или иного чувства. Затем они без слов, используя только мимику, по очереди демонстрируют «свое чувство» группе. Остальным ребятам необходимо догадаться, какое чувство изобразил ребенок.

# Игровое упражнение "Подари подарок другу"

Дети бросают друг другу мячик и называют подарки, которые они подарили бы, если были бы волшебниками, например: "Я дарю тебе всегда голубое небо".

# Игровое упражнение "Какие чувства мешают дружить?"

Ведущий говорит детям, что у каждого человека есть свое любимое чувство. Кто - то чаще радуется, кто - то обижается, кто - то завидует, кто - то всегда боится, а кто - то всех любит. Ведущий предлагает детям подумать, какие чувства могут помогать дружить, а какие - мешать.

# Игровое упражнение "Сердитый мальчик - веселая девочка"

Ведущий на ушко дает детям задание изобразить сердитого мальчика, веселую девочку, обиженного мальчика, пугливую девочку и т. д. Остальные дети рассуждают, хотели бы они дружить с такими детьми?

# Игровое упражнение "Грустная Маша"

Ведущий говорит детям, что у всех бывает и хорошее настроение и грустное. Предлагает поговорить о грустных ситуациях и вспомнить некоторые из них. Затем ведущий выбирает ребенка, который придумал самые яркие ситуации, на роль «грустной Маши». «Грустная Маша» садится на стульчик перед группой, принимает грустную позу, делает грустное выражение лица. Дети по очереди подходят к ней и пытаются помочь ей избавиться от грусти. Ведущий помогает детям, предлагает различные способы воздействия: сказать добрые слова, погладить, позвать поиграть, рассмешить. Когда Маша улыбнется, она садится в круг, а рассмешивший занимает ее место.

## 4 класс

## Занятие І. Мое лето

#### Разминка

«Радостное лето». Ведущий предлагает детям вспЪмнить о летних каникулах и выбрать любое летнее впечатление: звук, запах, зрительный образ, связанные с ситуацией, подходящей к слову «радость», и рассказать об этой ситуации группе.

«Гав-гав, хрю-хрю». Из числа детей выбирается водящий, которому ведущий задает 6—8 вопросов о том, как он провел лето. Вопросы должны быть построены так, чтобы ответы были односложными — «да» или «нет». Вместо «да» водящий должен говорить: «хрю — мяу», вместо «нет»: «гав-гав — хрю». После окончания расспросов группа рассказывает, чем же в действительности занимался летом водящий. Удалось ли слушателям и самому водящему не запутаться?

«Рассказы о лете». Ведущий предлагает ребятам составить устную книгу смешных рассказов о лете. Для этого выбирается «писатель», он рассказывает какой-либо за-

бавный эпизод. «Художники» (два-три человека) по ходу рассказа рисуют на доске иллюстрации к нему.

# Основное содержание занятия

«Я — четвероклассник». Ведущий напоминает детям, что после лета их называют по-новому— четвероклассниками, а затем предлагает подумать, чем четвероклассники отличаются от первоклассников. А от второклассников? От третьеклассников? Рисунок «Лето». К доске прикрепляется лист ватмана, и Дети выполняют коллективный рисунок на тему «Лето». Хорошо, если в результате получится не монтаж из отдельных рисунков, а целостная композиция, в которую каждый органично внесет свой элемент.

## Занятие 2. Кто я?

#### Разминка«Рассказы о лете»

«Как я провел лето». Выбирается водящий. Ему задают три вопроса о том, как он провел лето. Он должен два раза сказать правду, а один раз соврать. Группа определяет, какие ответы правдивы, а какие придуманы.

«Летом я научился...» Ведущий спрашивает детей, научились ли они за это лето чему-либо новому. Дети вспоминают одно из своих новых умений и без слов изображают его, а группа отгадывает, что это за умение.

# Основное содержание занятия

«Роли». Ведущий раздает детям карточки с написанными на них социальными и профессиональными ролями: «ученик», «учитель», «строитель», «продавец», «шофер» и т.п. Ребята изображают их без слов. «Жюри» определяет наиболее удачных актеров.

Работа со сказкой. Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

# Федунчик

Жил на белом свете Федунчик. Все у него было хорошо, вот только с недавних пор ему не давал покоя вопрос: «Кто я такой?»

Пошел Федунчик гулять по всему белому свету, чтобы поискать ответ на этот вопрос. Шел он, шел и увидел незнакомого мужчину.

Не знаете ли вы, кто я? — спросил у него Федунчик.

Кто ты, я не знаю, ты сам должен это знать, — ответилтот. — Я-то про себя знаю. Я — мужчина, отец, тракторист, а сейчас вот огород копаю, значит, еще и огородник.

Пошел Федунчик дальше, прошел еще кусочек белого света. Видит — идет девочка. Не знаешь ли ты, кто я? — спросил Федунчик.

Нет, не знаю. Я про себя знаю. Я — девочка, школьница, отличница, мамы с папой дочка, своего брата сестра и собач-кина хозяйка. Видишь, собачку несу к доктору. Вот кто я. Араз ты не знаешь, кто ты такой, иди себе дальше.

Погрустнел Федунчик и никуда дальше не пошел, лег на землю и глаза закрыл. Вдруг кто-то его за плечо тронул.

Эй, ты кто? — спросил чей-то голос. Федунчик открылглаза, видит: солнышко его лучиком щекочет.

В том-то и дело, что я не знаю, кто я, — ответил Федунчик.

Ну, это очень просто, — ответило солнышко. — Для тогочтобы ответить на вопрос «Кто я такой?», нужно знать...

А что именно нужно знать, ведущий просит придумать детей.

## Сказка о Маше и ее человечках

Как-то раз проснулась Маша ночью оттого, что щекотало в горле. Открыла она рот, а оттуда начали выпрыгивать маленькие человечки. Прыг-прыг и прямо к Маше на живот

А ну, кыш с моего живота! — закричала Маша. — Мойживот! Не позволю его топтать!

А мы тоже твои! — запищали человечки.

Как это мои? — возмутилась Маша. — Я вас не знаю.

А ну-ка посмотри на меня внимательно, — сказал одинчеловечек. — Я — твоя Злючка. Когда ты злишься на маму,я управляю твоими мыслями, дергаю тебя за язычок, говорюобидные слова...

А я — твоя Боялка. Когда ты не хочешь засыпать одна, залезаешь к маме в кровать, — это я тобой командую.

А мы сестрички-близнецы, мы друг без друга никуда, —каким-то противным голоском пропели два человечка с хмурыми мордашками.

Что-то вы мне не очень нравитесь, — прошептала Маша.

- —Неправда, неправда! Напротив, ты нас очень любишь и часто зовешь нас на помощь. Нас зовут Капризулька и Хотелка.Вспомни, какты любишь покапризничать и заставляешь мамуделать то, что ты хочешь. У тебя даже лицо такое же, как у нас, бывает, когда надо в школу собираться, спать укладываться...
- —Надоели вы мне все! завизжала Маша. Я никогдане злюсь, не боюсь, не капризничаю, мамой не командую! Явсе наоборот делаю!
- —Хоть тут честно призналась, вздохнул человечек, похожий на ежика. Я Наоборотка! Мы с тобой всегда вместе.

Ничего не смогла ответить Маша и громко заплакала:

— Никто меня не любит, не жалеет!

И вдруг услышала еще один ехидно-ласковый голос:

— Только я тебя жалею, бедная девочка! Не надо ничего делать! Постель не застилай. Задачи не решай. Упражнения непиши. Ленись чаще. Здоровее будешь. Я, Лешошка, всегдатак делаю.

Открыла Маша рот от удивления, а из него еще какие-то человечки посыпались. Веселые человечки. Пляшут. Поют. Радуются.

— Мы — частички Маши! Хозяюшки нашей! Я — Добруш-ка-Хохотушка! Я — Старалка-Помогалка! Я — Люблюшка-Ласкушка!

Тут Маша улыбнулась и сказала:

— Да, я вижу, все вы — мои человечки. Но с кем-то я чаще,а с кем-то реже встречаюсь. Поэтому давайте я вас расставлюпо местам: кого-то ближе ко мне, кого-то — подальше. Ты,Боялка, стань к стеночке. Я ведь не всегда боюсь, а только повечерам. А ты, Лешошка, стань рядышком: ленюсь я довольно часто. И ты, Люблюшка-Ласкушка, рядом стой. Я многихлюблю — маму, учительницу, свой класс. А ты... Ребята, расставьте тоже своих человечков по местам: кого-то поближе к себе, кого-то — подальше, а кого-то — совсем далеко. А может быть, ваших человечков зовут по-другому? Придумайте им имена. Покажите, какие у них лица. Какие слова они обычно говорят? Нарисуйте их!

А Маша своих человечков расставила и задумалась:

— Да, все вы мои человечки, это верно. Боялка — моя и Наоборотка — моя. Капризулька — моя и Добрушка — моя.

HO:

Я не есть моя Боялка — я не всегда боюсь!

Я не есть моя Ленюшка — я не всегда ленюсь!

Я не есть и Хохотушка — не всегда смеюсь! И не Злючка никакая — не всегда я злюсь! Кто же Я? Я есть Я.

А Боялка и Добрушка, Капризулька и Люблюшка ^ это все мои друзья. Но командую здесь Я. Я — Маша. Я — человек. Я — житель планеты Земля.

Комментарии для Ведущего

В последнем задании мы предлагаем одну из возможных коррекционных технологий — работу с субличностями, основанную на теоретических положениях психосинтеза Р. Ассад-жиоли.

Согласно представлениям психосинтеза, содержанием первых этапов личностного роста человека должно быть глубокое исследование элементов своей личности — субличностей, а затем, на основе их осознания, — управление ими. Однако управлять можно только тем, с чем мы себя не отождествляем. В противном случае на-

ши слабости или достоинства, чувства или влечения существенно ограничивают нас, сами владеют нами. Дети часто не могут управлять своими чувствами, желаниями. Работая с младшими школьниками, мы нередко испытывали потребность в обсуждении с детьми различных составляющих их Я, но не сразу нашли доступные средства, с помощью которых можно было бы ввести идеи психосинтеза. Мы предлагаем использовать язык сказки. Он понятен детям, а задание обратиться к исследованию составляющих своей личности вызывает большой интерес у четвероклассников. Некоторые пытаются самостоятельно дать ответ на вопрос «Кто Я?», кто-то придумывает своих человечков: Болталку, Вооб-Ражалку и т.п.

Форма сказки открывает дорогу к доверительному разговору с ребенком на его языке, может стать началом интересной работы по исследованию субличностей, их осознанию, принятию и последующей интеграции.

## Занятие 5 «Что такое способности?»

«Что такое способности?» Ведущий беседует с детьми о том, какие способности нужны для успеха в том или ином деле. У певцов и музыкантов должны быть музыкальные способности, у художников — способности к рисованию, у математиков — математические способности. А какие способности должны быть у хорошего врача, у директора фирмы? Далее делается вывод, что у каждого человека есть какие-то способности. Но некоторые люди либо ничего не знают о них, либо знают, но не используют их. Ведущий предлагает детям обсудить, всегда ли способный ученик является хорошим учеником. В результате обсуждения на доске появляется запись: «Успех = способности + трудолюбие».

Работа со сказкой. Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

# Сказка о Скрипке (Н. Мишин)

В одном городе был небольшой музыкальный магазин. В нем продавались разные музыкальные инструменты: кларнеты, трубы, гитары, барабаны и многие другие. Однажды из мастерской привезли много новых скрипок. Среди них была и та Скрипочка, о которой пойдет рассказ.

Шло время, скрипки привыкали к жизни в магазине. Когда приходил какой-нибудь музыкант, желающий сделать покупку, они начинали тихонько звенеть и расхваливать свои достоинства. Однажды, когда пришел очередной покупатель, альт закричал: «Посмотрите, какой я большой. Возьмите, возьмите меня!»

Одна из скрипок заговорила: «Посмотрите, какой у меня гриф! Он отделан красным деревом». Другая заскрипела: «Это все не важно! Вот у меня — колки из слоновой кости!» Третья стала напевать: «А у меня порожки позолоченные!»

И только маленькая Скрипочка тихо сказала: «А у меня хороший звук...» — покраснела и отвернулась. Когда музыкант ушел, все инструменты на нее накинулись: «Кому нужно, чтобы ты хорошо играла, если в тебе ничего красивого нет? Колки, струны, лады — все самое обычное, ничего примечательного».

Так проходили месяцы, и никто не обращал внимания на Скрипочку. Ей было обидно, и во время дождя по ее струнам текли маленькие серебряные слезы. А когда было солнце, солнечные зайчики обходили ее стороной, потому что Скрипочка грустила. У Скрипочки был один друг — Мышонок, который иногда прятался в ней от большого рыжего Кота с зелеными глазами.

В один теплый вечер в магазин пришел известный музыкант. У него случилось несчастье — украли скрипку, а через два часа ему нужно было играть на большом концерте. Это был такой известный музыкант, что даже Мышонок выглянул на него посмотреть. Все скрипки начали себя расхваливать.

Одна закричала: «Посмотрите, какой у меня гриф — он красного дерева!» «Красного дерева? — переспросил музыкант. — Эго хорошо, но нужно посмотреть, как ты играешь». Взял музыкант в руки эту скрипку, провел смычком, а звука нет. Стал музыкант пробовать другие скрипки. Та, которая была с хорошими колками, фальшиво играла, скрипка с серебряными струнами плохо настраивалась.

В это самое время к Мышонку подбирался рыжий Кот. Мышонок смотрел на музыканта и не замечал Кота, а Скрипочка сразу его заметила. Коту оставалось совсем немного — прыгнуть и схватить Мышонка. Скрипочка забеспокоилась: как предупредить друга? Застонала одной струной, но Мышонок не услышал. А Кот все ближе подкрадывается. Чуть громче застонала Скрипочка. Кот разбежался, прыгнул и... И тут Скрипочка набралась смелости и звонко запела всеми своими струнами. Мышонок юркнул в щель, а Кот шлепнулся на пол, проехался по полу и врезался в ноги музыканту. Но музыкант даже не почувствовал этого: он видел одну только Скрипочку, слышал только ее чудесный звук. «Вот это да! — сказал он, отшвырнув кота ногой. — Тебя-то, Скрипочка, я и не заметил, даже собрался уходить. Такого чистого звука я давно не слышал. Кто же тебя сделал?..»

Музыкант купил Скрипочку и пошел с ней на концерт. Чудесный звук разносился над залом, проникая в сердца слушателей, вселяя в них надежды, принося радость. Вот в чем было главное достоинство Скрипочки!

Вопросы для обсуждения

Чем отличалась маленькая Скрипочка от других инструментов?

Как вы думаете, что чувствовала Скрипочка, когда солировала на концерте?

Бывали ли у вас ситуации, когда вас не замечали, какэту Скрипочку? Или когда вы сами кого-то не замечали?

В чем, по вашему мнению, смысл этой сказки?

«Способности моих родителей». Ведущий дает задание детям расспросить дома родителей о способностях, которыми те обладают, и о том, как эти способности помогали им в жизни.

# Занятие 9. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира

#### Разминка

«**Подушечный бой».** Повторите игру с диванными подушками {см. занятие 6), выбирая тех детей, кому еще не приходилось вступать в подушечный бой. Все остальные играют роль болельщиков.

«Рассмотри и придумай». Предъявите ребятам картинку с неопределенным изображением (например, репродукцию абстрактной живописи). Нужно придумать по ней рассказ.

«**Не выходя из комнаты».** Еще раз постарайтесь обратить пристальное внимание на привычную окружающую обстановку, находя в ней такие детали, которым можно обрадоваться. А на что можно рассердиться?

### Основное содержание занятия

«**Маленькая страна».** Это упражнение придумано ученицей третьего класса УВК № 1187 Ирой Харьковой.

Детям предлагается нарисовать страну, в которой можно жить счастливо, в которой есть все, что нужно конкретному ребенку. Дети закрывают глаза, ведущий дает условный сигнал — например, звонит в колокольчик, символизируя переход в сказочную страну. Открыв глаза, дети начинают рисовать. По окончании работы ведущий обращает общее внимание на несхожесть рисунков, на их содержание, в котором отразился внутренний мир авторов. Делаются выводы об уникальности внутреннего мира каждого и о необходимости бережного к нему отношения.

Важно, чтобы и каждый из детей сумел рассказать о своей маленькой стране одноклассникам, постарался вызвать у окружающих интерес к своему рисунку. Хорошо, если дети зададут друг другу как можно больше вопросов по рисункам.

# Занятие 10. Кого я могу впустить в свой внутренний мир?

#### Разминка

«Бой полотенцами». Для выполнения упражнения необходимы два небольших махровых полотенца. Каждое скручивается в трубку Двое участников становятся на одну ногу в середине расстеленного на полу газетного листа и стараются скрученными полотенцами либо столкнуть друг друга с газетного листа, либо заставить коснуться пола второй ногой.

«Рассмотри и придумай». Повторите упражнение (см. занятие 7), приготовив для него картинки с неопределенными изображениями. Пусть каждый ребенок домыслит картину и придумает по ней рассказ.

«Взгляд». Ведущий говорит с детьми о том, какое значение может иметь взгляд. Бывает, что взгляд человека может сказать больше слов, а иногда даже человек, который ничего для тебя не сделал, одним взглядом может поддержать тебя или, наоборот, расстроить. Взглядом можно приласкать человека или сделать больно.

Затем дети получают листы бумаги со знаками «плюс» или «минус». Те, кто получил «плюс», изображают ласковый, добрый взгляд (все лицо, кроме глаз, закрывается бумагой), а те, кто «минус», — злой, недоброжелательный взгляд. Остальные отгадывают, какой знак изображен на листочке.

Работа со сказкой. Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

# Тайна другого берега (А. Саликова)

В одной стране люди жили на берегу широкой реки. Тебе приходилось бывать на берегу большой реки? Ты помнишь, как журчат бегущие воды? Помнишь, как свежий ветер с реки касается твоего лица и развевает волосы? И так хочется потрогать рукой волны, ощутить прохладу воды!

Люди, живущие на берегу реки, были разными: веселыми и скучающими, трудолюбивыми и не очень. Но все были похожи в одном: они любили смотрев па движение

реки, вглядываться в ее воды. Иногда в ясные дни они смутно различали другой берег, а в хмурые дни он казался лишь туманом над водой. И каждому казалось, что на другом берегу кто-то ждет именно его. Но эти люди не умели плавать и не имели лодок.

По вечерам, когда солнце исчезало за синими горами, а на небе появлялись крупные звезды, к реке приходила девушка. В это время все звуки стихали, а река словно бы замедляла свое движение. В такие минуты особенно хорошо мечтать. И девушка мечтала. Мечтала о том, что когда-нибудь окажется на далеком берегу и увидит того, кто так же сидит у воды, мечтает о встрече и ждет.

Одним ясным утром все живущие на берегу, словно по волшебству, проснулись с одним и тем же желанием. Люди решили построить мост. Из-за синих гор самые сильные и отважные мужчины принесли огромное дерево. Люди хотели перекинуть его на другой берег, но дерево упало в воду, и его унесло.

Вызвался помочь мастер-каменщик. Долгие дни трудился он, укладывая камни. Девушка помогала ему и так старалась, стесывая камни, что стерла пальцы до крови. Другие люди тоже помогали мастеру, но не все. Может быть, поэтому попытка не удалась. Вода оказалась сильнее человеческих усилий и на этот раз. Течение сносило камни в основании моста, и он разрушался. Люди начинали снова, но мост так и не удалось построить даже до середины реки. Многие разуверились тогда в своих надеждах. Но не все.

Решил помочь людям волшебник-стеклодув. Люди не слишком верили в его чудеса, но настал день, когда люди увидели мост, причудливо сплетенный из стекла и хрусталя. Он был прекрасен, но не очень прочен. Волшебник видел, что люди не верят в его успех, и решил не возвращаться на этот берег.

Только он сам рискнул перейти на тот берег по своему хрупкому мосту. Больше никто не решился проверить на прочность чужое волшебство. Девушка просила стеклодува не лишать их надежды, он же в ответ только подмигнул ей со словами: «Увидимся на том берегу».

Сначала она только плакала, а потом стала просить реку, небо и звезды помочь ей сотворить чудо. Все дни и ночи проводила она на берегу. Близкие люди пытались отвлечь ее от безутешных мыслей, уговаривали заняться чем-нибудь другим. Но однажды они пришли на берег, а девушки там не оказалось. Люди удивились, разожгли костры и стали ждать, ждать...

А случилось вот что. Девушка так долго плакала, рассказывала реке свои мечты и печали, что в конце концов уснула на берегу у самой воды. Река, видевшая на своем пути многое, подарила девушке странный сон. Сон был об одном предмете, с помощью которого можно переправиться через реку.

Проснувшись до восхода солнца, девушка принялась мастерить этот предмет, увиденный во сне. Все, что осталось на берегу после попыток построить мост, ветки и сучья от дерева, прочная высокая трава, росшая у реки, — все шло в дело. На работу ушел весь следующий день, и к вечеру был готов плот, который не тонул в воде. Но

как сделать, чтобы плот вынесло к другому берегу, чтобы его не унесло сильным течением?

Девушка поблагодарила реку и снова стала просить о помощи. Она говорила о другом береге, о своей мечте, о том, как интересно видеть сны... Река заслушалась ее, замедляя движение. Многие века она, журча и перекатываясь на прибрежных камнях, рассказывала людям о своих тайнах. Но никто еще так не говорил с ней. Случилось так, что девушка заговорила воду и усыпила реку.

Начиналась ночь. Темно-синее небо было ясным, ветер стих, и вода ровной зеркальной гладью лежала у ног. Девушка оттолкнулась от берега, забралась на свой плот и поплыла. Она оглянулась и увидела, как на том берегу, который она покинула, зажглись костры. Люди ждали ее возвращения. Но самое интересное было впереди. С каждым мгновением противоположная сторона реки приближалась, контуры предметов становились все отчетливее. Наконец девушка смогла разглядеть человека, который двигался ей навстречу.

Руки его были теплее полуденного солнца и нежнее утренней воды.

Кого она встретила?..

А кого хотела бы встретить ты?

К утру река проснулась, и два берега оказались соединенными между собой прочными, крепкими канатами, свитыми из нитей ожидания встречи, нитей стремления людей друг к другу, нитей веры в чудо и нитей желания сотворить это чудо. С того самого времени люди, живущие на разных берегах, с помощью этого парома могут бывать друг у друга. Еще они научились и плавать, и строить лодки, познакомились с жителями другого берега, которые тоже долгие годы стремились к ним. Они также строили мост за мостом, которые разрушались один за другим. Теперь жители двух берегов могли дружить и ходить в гости друг к другу. Они поняли, что построить надежный мост можно, только когда оба берега хотят этого, когда и на том, и на другом берегу есть люди, которые верят в свою мечту и потому способны на чудо.

Что отличало девушку от остальных людей?

Как ей удалось усыпить воду?

Бывали у вас ситуации, когда вы сильно к чему-то стремились, верили в успех и у вас все получилось?

«Чудо». Ребята представляют себя волшебниками и придумывают, какое «чудо» могли бы они совершить для себя, для одноклассников, для мамы, для учительницы. При обсуждении обратите внимание на то, для кого ребятам было легче придумывать «чудо» и почему.

# Занятие 13. Мое детство

#### Разминка

«Маленькое имя». Дайте детям следующую инструкцию: «Представьте себе, что вы опять стали маленькими. Как называли вас в детстве? Давайте бросать друг другу мяч, называя детское имя того, кому бросаем. Тот, кто получит мяч, принимает позу маленького ребенка какого угодно возраста. Все остальные копируют его позу и хором повторяют его имя».

Когда все дети примут позы малышей, можно провести обсуждение того, что чувствуют дети в этой роли, почему каждый выбрал тот или иной возраст.

«Любимый сказочный герой». Ведущий предлагает детям вспомнить, какая сказка им больше всего нравилась в детстве, а затем изобразить ее главного героя. Остальные отгадывают, какой герой изображен и что это за сказка.

«**Неопределенные картинки**». Ведущий прикрепляет к доске картинку неопределенного содержания с двумя фигурками детей — мальчика и девочки. Дети должны придумать, кто это, чему они радуются, на кого обижаются, о чем мечтают и т.п.

# Основное содержание занятия

«Кто в какую игрушку превратился?» Детям дается инструкция: «Попробуйте представить себе, что вас заколдовал волшебник и превратил каждого в какую-нибудь игрушку. Закройте глаза и постарайтесь увидеть, в какую игрушку вы превратились: в куклу, слона, машину, мячик или во что-нибудь другое? Может быть, вам удастся почувствовать, как ваш хозяин играет с вами, как он берет вас в руки, любуется вами. Постарайтесь запомнить это ощущение. А теперь откройте глаза. Давайте попробуем догадаться, кто в какую игрушку только что превращался».

В центре внимания поочередно оказывается каждый ребенок. Ведущий при этом помогает детям понять, как через отгадывание игрушки, которую каждый загадал, другие дети передают свое видение различных сторон его Я.

«Любимая фотография». Детям предлагается представить себя фотографами и нарисовать свою детскую фотографию — одну из реально существующих либо вымышленную. Затем устраивается выставка этих фотографий.

# Комментарии для Ведущего

Интересно обсудить с детьми перед началом занятия, зачем нужно говорить о своем детстве, вспоминать его. Можно задать этот вопрос уже на предыдущем занятии в качестве домашнего задания, предложить обсудить его с родителями. Часто родители затрудняются дать ответ на этот вопрос. С детьми же эти обсуждения проходят довольно живо, в обобщении беседы все приходят к выводу, что наше детство делает нас такими, какие мы есть. Детство — наше неотъемлемое достояние, воспоминания о нем приносят хорошее настроение и положительную энергию.

## Занятие 14. Мое детство

(продолжение)

#### Разминка

«Мне опять лет пять». Предложите детям представить, что волшебник заколдовал их, превратив в пяти шестилетних детей, и закончить от их лица предложения: «Я люблю...», «Я умею...» и т.п.

«Если бы у меня был ребенок...» Участники получают карточки с указанием различных действий, которые взрослые производят с маленькими детьми (кормят, одевают, качают, ведут гулять, умывают и т.п.). Указанные действия каждый без слов изображает классу, остальные отгадывают, что это за действие.

«Если ребенок плачет...» Ведущий говорит с участниками занятия о том, что нередко, встретив на улице плачущего малыша, взрослые не умеют его утешить. На роль обиженного малыша выбирается один из участников. Остальные по очереди пытаются его утешить. Водящий сам определяет, у кого и почему это лучше получилось.

«Случай из детства». Предложите детям вспомнить и рассказать какой-нибудь интересный случай из их детства. Ведущий также может стать рассказчиком, но только после того, как выскажется большинство детей.

Для того чтобы настроить группу на рассказы, можно прочесть один-два чужих «случая из детства», например, этот:

- Мама, я не пойду! Мамочка, ну возьми меня к себе!Hy, ма-ам...
- Лена, я повторять не собираюсь: сегодня ты будешьспать у себя в комнате.

Все, ушла. Ну как они не понимают, что мне страшно, что я боюсь? И так целый день — сижу дома, болею, все одна да одна. Да еще мама не хочет меня слушать. Она говорит, что я трусишка и фантазерка. А я ничего не придумываюг ко мне вправду ночью приходит крыса. Я проснулась однажды, вокруг темно, а она, такая огромная и страшная, сидела на моем одеяле. И вот я опять одна. Ладно, пока мамы нет, посмотрю-ка, что за книжки у нее на полочке стоят. Вот одна какая красивая, с радугой... И как же взрослые разбираются в этих закорючках? Ну-ка, попробую нарисовать такие же. А что, очень похоже. Ну, вот я и умею писать. Сейчас я напишу «мама»... А теперь — «Леночка». Что там хлопает? Ага, мама вернулась. Сейчас я ей покажу, какую сказку я ей написала...

...Как обидно, просто взяла бы и кинула что-нибудь куда-нибудь. Мама ничего не поняла из моей сказки, да еще и обозвалась: каракули, говорит. И отправила спать. Я-то лягу. Но спать не буду. И свет включу, дотянусь как-нибудь. Только попозже, когда они заснут. И потом все равно перетащу подушку, одеяло и лягу на крес-

ло в большой комнате. Пусть родителям будет стыдно, что их дочь замерзшая, одинокая, беззащитная... А может, совсем уйти из дома? Уйду, уйду, и пусть побегают, поищут меня, вот тогда, наверное, не станут оставлять меня одну. Но что-то не хочется уже вылезать: тепло так... И страшно, и тепло. Ладно, закутаюсь с головой в одеяло, может, крыса меня не заметит. Да я и сама ее не увижу, глаза-то одеялом закрыты.

Ладно, мамочка и папочка, завтра я сама перетащу свою раскладушку к вам в спальню. И еще нужно не забыть спросить у мамы: она меня еще любит?

Работа со сказкой. Дети слушают, рисуют и обсуждают сказку.

Сундук, который помог царю (О. Волокитина) Это было давным-давно. В одном государстве жил царь. У него был огромный замок, где кроме него жила его семья и прислуга. В этом замке было множество залов, комнат, длинных коридоров, лестниц, колонн, и легко было заблудиться. Была там одна комната, куда никому не разрешалось входить, кроме самого царя. Никто не знал, что в ней хранится и что царь делает в этой комнате.

А там хранились сундуки с сокровищами, их было пять: в одном было золото, в другом — серебро, в третьем — драгоценные камни, в четвертом - волшебные вещи (сапоги-скороходы, скатерть-самобранка и другие), а в пятом сундуке... Даже сам царь не знал, что там лежит, потому что он не мог его открыть.

Каждый раз, когда царь приходил в эту комнату, он открывал сундуки и начинал перебирать свои сокровища, любоваться ими. Царь был жадным, он пи на что не тратил свое золото. Каждый раз, когда царь доходил до последнего, пятого сундука, он останавливался перед ним, представляя, что может там находиться, пытался открыть его, но сундук не поддавался. Тогда царя брала злость, он начинал кричать, топать ногами, в ярости пинать сундук. Но все зря. Сундук, казалось, становился от этого еще крепче.

Однажды, когда на дворе была хорошая погода, солнце заглянуло в окна замка. Один луч проник в комнату, где стояли сундуки с сокровищами. Он начал медленно передвигаться по комнате, заглядывая в каждый сундук. Лучик был очарован красотой и роскошью драгоценностей, которые он увидел. И вот он дошел до пятого сундука. Интересно, что там лежит?

Лучик был добрым, ласковым и очень любознательным, он любил раскрывать секреты и узнавать неизвестное. Он быстро забыл о золоте и драгоценностях — все его внимание было приковано теперь к загадочному последнему сундуку. Лучик заметил и его отличие от других сундуков — он был стареньким и невзрачным.

Лучик начал ласкать этот сундук своим теплом и светом. Он говорил: «Милый сундучок, меня зовут Лучик, и мне так хочется узнать, что у тебя внутри. Пожалуйста, откройся, покажи, что ты прячешь». Сундучок давно не слышал таких добрых слов. Он не смог отказать Лучику и открылся, скрипя своей старой крышкой.

Лучик заглянул в сундук: сверху был толстый слой пыли. Он смахнул ее своими теплыми ручками... и перед ним оказались старинные мягкие игрушки. Лучик обрадовался и начал играть с ними. Да и старый сундучок развеселился и довольно поскрипывал.

Вдруг дверь отворилась, и в комнату вошел царь полюбоваться своими сокровищами. Когда он увидел последний сундук открытым, он ринулся к нему. Его глаза жадно заблестели: он надеялся увидеть в этом сундуке золото и алмазы. И вдруг лицо его изменилось, глаза наполнились слезами. Он бережно доставал из сундука одну за другой свои старые игрушки, игрушки своего детства. Царь улыбался сквозь слезы, его глаза становились добрыми и чистыми, как у ребенка.

Да, это были те самые игрушки, с которыми царь играл в детстве. Тогда он понял, что этот сундук — самое дорогое, что у него есть, а детство — главная драгоценность его жизни. Царь сказал: «Милый, старый сундук, почему же ты не открывался раньше? Если бы я знал, что здесь лежит! Я бы давно понял, что деньги, золото делают меня злым и жадным. Ты вернул мне детство, и я опять стал таким, каким был тогда».

В тот же день царь раздал вес свои богатства бедным и оставил в комнате только один сундук с игрушками. С тех пор в эту комнату разрешалось входить любому. Особенно любили здесь бывать внуки царя, которым нравились старинные игрушки.

Иногда к сундучку в гости заглядывал Лучик, они стали друзьями. Сундучок был счастлив, потому что знал, что приносит всем хорошее настроение.

Как Лучику удалось открыть сундук?

Что надеялся увидеть в сундуке царь?

Почему старые игрушки оказались дороже драгоценностей?

Почему воспоминания детства избавили царя от жадности?

А как поживают ваши старые игрушки?

#### Занятие 15-16. Я изменяюсь

#### Разминка

«Имя — цветок». Дайте детям следующую инструкцию: «Закройте глаза и представьте себе летний день в саду или на лесной поляне. Светит солнышко, поют птицы, жужжат насекомые. Веет легкий ветерок, он несет ароматы цветов. Какие цветы вас окружают? Попробуйте найти среди них цветок, который вы могли бы назвать своим именем. Как он выглядит? Возьмите его в руки, рассмотрите, вдох-

ните его запах... Постарайтесь запомнить свои ощущения. Теперь можно сделать глубокий вдох и открыть глаза».

После выполнения этого упражнения предложите детям рассказать друг другу о цветах, которые носят их имена, поделиться своими чувствами.

«**Неопределенные картинки**». Предложите детям новую картинку с изображением мальчика и девочки в неопределенной ситуации. Пусть они выскажут свои версии о том, что эго за ситуация, в каких отношениях находятся герои, что можно сказать об их характерах.

## Основное содержание занятия

«Раньше и сейчас». Раздайте детям таблички, которые они заполняют сами, а потом на доске рисуется общая табличка — «Мы».

# РАНЬШЕ СЕЙЧАС

Не умел.. Умею...

Не любил... Люблю...

Не хотел... Хочу...

Не знал... Знаю...

В ходе заполнения индивидуальных и общей таблиц обсудите с детьми сущность происходящих с возрастом изменений: человек меняется постоянно, но кто-то — в худшую сторону, а кто то становится лучше, умнее, сильнее Поэтому важно решить для себя, каким ты хочешь стать Важно знать, что именно хочешь изменить в себе

«Каким я буду, когда вырасту?» Дайте детям следующую инструкцию «Закройте глаза Постарайтесь увидеть себя взрослым Рассмотрите, как вы одеты, что вы делаете, какие люди окружают вас Предположим, что эти люди к вам хорошо относятся. Почему? Может быть, вы отзывчивы, искренни, честны"? За какие ваши качества вас можно будет уважать, ценить в будущем? Откройте глаза и расскажите друг другу, какими вы станете, когда вырастете, какие ваши качества будут нравиться окружающим»

Каждый из детей по очереди рассказывает о себе «взрослом», остальные стараются добавлять привлекательные качества, которыми, по их мнению, будет обладать рассказчик в будущем. При выполнении последнего задания не забывайте напоминать детям, что речь идет о том, КАКИМИ они станут, а не КЕМ они станут.

# Занятие 17-18. Мое будущее

#### Разминка

«Взрослое имя». Дайте детям следующую инструкцию: «Закройте глаза. Попробуйте увидеть себя взрослым. Как вы будете себя вести? Как сидеть? Как ходить? Во что будете одеты? Сядьте сейчас так, будто вы уже стали взрослыми. Как вы будете разговаривать? Как к вам будут обращаться другие люди? Наверное, по имени и отчеству? Теперь откройте глаза, и давайте поиграем. Я буду вас называть по имени и отчеству. Тот, кого я назову, должен встать со своего места и походить по комнате, как ходят взрослые. Затем каждому из детей нужно подать руку и представиться, например: "Я — Мария Николаевна", "Я — Игорь Викторович".

Когда все дети побывают в роли взрослых, предложите им поделиться своими впечатлениями. Понравилось ли им быть взрослыми и почему? Кому из детей лучше всего удалось справиться с ролью взрослого?

**«Я в будущем».** Один из участников (опять в роли взрослого) выходит к доске, а ведущий, обращаясь к нему по имени и отчеству, берет у него интервью: кем он работает, чем занимается на работе, как ему удалось добиться такой интересной работы, как он научился этой профессии и т.п.

«**Неопределенные картинки**». Подберите картинку с изображением нескольких взрослых людей. Пусть дети выскажут свои предположения о том, что это за люди, какие отношения их связывают, какие у них характеры, чем они увлекаются, что делают в свободное время и т.д.

**Рисунок «Я в настоящем, я в будущем».** Каждый участник получает лист бумаги, разделенный надвое. Детям нужно изобразить себя в настоящем и будущем.