

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа № 490 с углублённым изучением иностранных  
языков Красногвардейского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
на Педагогическом совете  
школы  
Протокол № 1  
от 30.08 2017 г.



Рабочая программа внеурочной деятельности  
«Тропинка к своему Я».  
Возраст учащихся – 10-11 лет  
Срок реализации – 1 год

Разработчик рабочей программы:  
Радчук Татьяна Васильевна, педагог-психолог I категории  
Год разработки программы – 2017

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО учителей,  
ведущих внеурочную деятельность  
в начальных классах  
Председатель МО  
Логина Т.А. Логинова  
Протокол № 1  
от 23.08 2017 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР  
Маркова Т.Г. Маркова  
24.08 2017 г.

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Содержание курса внеурочной деятельности.....	5
3. Требования к уровню подготовки обучающихся .....	7
4. Способы оценки достижения планируемых результатов.....	9
5. Календарно-тематическое планирование программы.....	11
6. Ресурсное обеспечение программы.....	26

## 1. Пояснительная записка.

В современном образовании все более углубляется противоречие между знаниями растущего человека о закономерностях развития природы и общества и отсутствием систематических знаний о закономерностях психического и личностного развития самого человека, во взаимодействии с окружающим миром. Учащиеся разного возраста пытаются как-то разобраться в самих себе. Но их интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя, так как никакими сведениями о богатстве или бедности внутреннего мира, о психологических особенностях человека они не располагают.

Данная рабочая программа составлена для учащихся 4 класса педагогом-психологом I категории Радчук Т.В. на реализацию программы отводится 34 часа.

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

Нормативные документы, на основе которых разработана рабочая программа:

1. Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ
2. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки от 06.10.2009. №373
3. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ. Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПин 2.4.2.2821-10 и изменений №3 от 29.04.2015.
4. Устава ГБОУ средней школы №490 Красногвардейского района Санкт-Петербурга
5. Образовательной программы начального общего образования ГБОУ средней школы №490 Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2017-2018 учебный год
6. Положение об организации внеурочной деятельности ГБОУ средней школы №490 Красногвардейского района Санкт-Петербурга от 25.08.16 №344-О
7. Плана внеурочной деятельности ГБОУ средней школы №490 Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2017-2018 учебный год.
8. Годового календарного учебного графика ГБОУ средней школы №490 Красногвардейского района Санкт-Петербурга на 2017-2018 учебный год.
9. Инструктивно-методического письма КО СПб №03-20-2057/15-0-0 «Об организации внеурочной деятельности при реализации федеральных государственных образовательных стандартов начального общего и основного общего образования в образовательных организациях Санкт-Петербурга» от 21.05.15

**Актуальность.** В процессе обучения детей в начальной школе решаются важнейшие задачи образования: формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих возможность продолжения образования в основной школе, воспитание умения учиться – способности к самоорганизации с целью решения учебных задач; индивидуальный прогресс в основных сферах личностного развития – эмоциональной, познавательной, регулятивной. Программа «Тропинка к своему Я» имеет социально-психологическое направление и предназначена для детей в возрасте 10-11 лет. Курс рассчитан на 34 часа – 4а класс, 34 часа – 4б класс. Программа предусматривает оказание помощи в адаптации

к учебному процессу, преодолении страхов, агрессии, способствует личностному развитию обучающихся. Программа курса разработана на основе программы О.В.Хухлаевой «Тропинка к своему Я». (Уроки психологии в начальной школе, 4 класс, М: Генезис, 2012г.).

**Основная цель программы:** формирование позитивного отношения к себе и школе, профилактика школьной дезадаптации.

#### **Основные задачи:**

- Формирование психологического здоровья.
- Воспитание нравственных чувств и этического сознания.
- Формирование позитивного отношения к своему «Я».
- Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.
- Повышение уверенности в себе и развитие самостоятельности.
- Предупреждение и снижение тревожности и страхов детей.
- Развитие навыков социального поведения.
- Знакомство с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями

поведения.

- Создание возможностей для самовыражения.
- Выработка у детей адекватного отношения к ошибкам и неудачам.
- Развитие способности ребенка к сопереживанию.
- Формирование позитивного отношения к сверстникам и коммуникативных

навыков.

• Развитие навыков саморегуляции, произвольности, внутреннего плана действий, уровня самоконтроля.

- Развитие познавательной мотивации.
- Раскрытие творческого потенциала.

#### **Формы занятий:**

- групповые занятия
- тренинговые упражнения
- ролевые и ситуационные игры
- занятия с использованием художественных средств выразительности
- дискуссии
- сказкотерапия

#### **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

**Режим занятий.** Программа реализуется в форме кружка, включена в план внеурочной деятельности. Занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 35 минут.

#### **Принципы реализации программы курса:**

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

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности 4 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)**

### **Тема 1. Кто я? Мои силы, мои возможности (12 часов)**

Мое лето. Кто я? Какой я – большой или маленький? Мои способности. Мой выбор, мой путь. Мой внутренний мир. Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. Кого я могу впустить в свой внутренний мир? Что значит верить?

### **Тема 2. Я расту, я изменяюсь (2 часа)**

Мое детство. Я изменяюсь.

### **Тема 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)**

Мое будущее. Хочу вырасти здоровым человеком.

### **Тема 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком, что для этого нужно? (3 часа)**

Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком.  
Что такое идеальное Я?

### **Тема 5. Хочу вырасти свободным человеком, что для этого нужно?(7часов)**

Кто такой свободный человек? Права и обязанности школьника. Что такое право на уважение? Права и обязанности. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. Как разрешить конфликты мирным путем

### **Тема 6. Я - будущий пятиклассник (6 часов)**

Я – будущий пятиклассник. Я умею преодолевать трудности. Я умею слушать других. Я умею учиться у ошибки. Я умею быть доброжелательным. Резервное занятие.

## **Результаты развития универсальных учебных действий в ходе освоения курса:**

### **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  
обогащать представление о собственных возможностях и способностях  
учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения  
оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости  
учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта  
находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию  
адекватно воспринимать оценку учителя

#### ***Коммуникативные УУД:***

ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии  
учиться контролировать свою речь и поступки  
учиться толерантному отношению к другому мнению  
учиться самостоятельно решать проблемы в общении  
осознавать необходимость признания и уважения прав других людей

формулировать своё собственное мнение и позицию

учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге

### **3. Требования к уровню подготовки учащихся в конце курса программы**

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

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

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

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

#### ***Личностные универсальные учебные действия***

У выпускника будут сформированы:

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно-познавательные и внешние мотивы;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха в учебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей и других людей;
- способность к самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение, дифференциация моральных и конвенциональных норм;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- установка на здоровый образ жизни;

*Выпускник получит возможность для формирования:*

- внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательному учреждению, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;

- адекватного понимания причин успешности/неуспешности учебной деятельности;
- положительной адекватной дифференцированной самооценки на основе критерия успешности реализации социальной роли «хорошего ученика»;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- морального сознания на конвенциональном уровне, способности к решению моральных дилемм на основе учёта позиций партнёров в общении, ориентации на их мотивы и чувства, устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

### ***Познавательные универсальные учебные действия***

Выпускник научится:

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

*Выпускник получит возможность научиться:*

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

### ***Коммуникативные универсальные учебные действия***

Выпускник научится:

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

*Выпускник получит возможность научиться:*

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
- аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;



- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач.

#### 4. Способы оценки результативности программы

**Формы контроля:** входная, итоговая диагностика.

№ п/п	Методика исследования	Цель	Содержание
1	Исследование самооценки у школьников по методике «Лестница» (модификация Луговой В.Ф.- Методика Т.В. Дембо использована модификации С.Я Рубинштейн)	Изучение адекватности самооценки детей старшего дошкольного и школьного возраста	Оцениваемые УУД : Самооценка (действие смыслообразования) - представление себя в роли ученика; - осознание своих возможностей в учении на основе сравнения "Я" и "хороший ученик" Возраст: школьники 1 - 4 кл.
2	Методика «Кто Я?» (модификация методики М. Куна)	Выявление сформированности Я-концепции ребенка	Оцениваемые УУД: -действия, направленные на определение своей позиции в отношении социальной роли ученика и школьной действительности; действия, устанавливающие смысл учения. Метод оценивания: фронтальный письменный опрос.
3	Анкета для оценки уровня школьной мотивации (1-4 кл.) методика Н. Г. Лускановой,	Определение уровня учебной мотивации	Оцениваемые УУД: -внутренняя позиция школьника Возраст: школьники 1-4 кл.

			Форма оценивания: индивидуальная или групповая диагностика.
4	Проективная методика «Что мне нравится в школе?»	Выявление мотивационной готовности к обучению, отношение к школе.	Анализ детских рисунков

**5. Календарно-тематическое планирование с определением основных видов деятельности 4 класс**

№ урока	Модули, темы урока	Кол часов	Формы организации учебной деятельности	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерители	Дата
<b>Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)</b>							
1	Тема «Мое лето»	1	Групповая и индивидуальная работа Беседа	Разминка «Радостное лето», «Рассказы о лете». Упражнения «Я - четвероклассник», рисунок «Лето»	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия <b>П</b> Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения <b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят <b>Л</b> 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	<b>Р</b> Владевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками <b>П</b> Умеют распознавать и	Рисунок на заданную тему	

				человечках»	описывать свои чувства и чувства других людей. <b>К</b> Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими		
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»	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют различные ситуации <b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей <b>Л</b> 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».	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Делают выводы в	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

				Работа со сказкой «Сказка о скрипке»	результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей		
6	Тема «Мой выбор, мой путь»	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум	Разминка «Способности моих родителей», «Кого загадал ведущий», «Отгадай, кто я?». Упражнения «Мой выбор», рисунок «На перекрестке дорог».	<b>Р</b> Оценивают степень достижения цели <b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение	
7-8	Тема «Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой	2	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Подушечный бой», «Не выходя из	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность	Рисунок на заданную тему «Моя	

	внутренний мир?»		Развивающие игры	комнаты», «Радиопередача». Упражнения «Чужие рассказы», «Маленький принц».	выполнения действия и вносить коррективы <b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи <b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей	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»	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия <b>Л</b> Проявляют	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

					сопереживание к другим людям		
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»	<b>Р</b> Умеют вести себя в разных ситуациях <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Учатся осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению <b>Л</b> 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»	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Осознают ценность умения фантазировать <b>К</b> Учатся договариваться и уважать разные мнения <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

**Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (2 часа)**

13	Тема «Мое детство»	1	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»	<b>Р</b> Определять и объяснять своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Усваивать разные способы запоминания информации <b>К</b> Осознавать необходимость признания и уважения особенностей других людей <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	Рисунок на заданную тему, обсуждение	
14	Тема «Я изменяюсь»	1	Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Имя - цветок», «Неопределенные картинки». Упражнения «Раньше и сейчас», «Каким я буду, когда вырасту».	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Оценивают правильность выполнения действий и	Задание по инструкции	



					<p>корректировать при необходимости</p> <p><b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную</p> <p><b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>		
<b>Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)</b>							
15-16	Тема «Мое будущее»	2	Групповая и индивидуальная работа	<p>Разминка «Взрослое имя», «Я в будущем», «Неопределенные картинки», «Антонимы».</p> <p>Рисунок «Я в настоящем, я в будущем».</p> <p>Упражнения «Хочу в будущем, работаю сейчас», «Если бы я был волшебником», «Мой будущий дом».</p>	<p><b>Р</b> Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор</p> <p><b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации</p> <p><b>К</b> Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации</p> <p><b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими</p>	Рисунок «Мой дом»	

17-18	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»	<b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации <b>К</b> Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей	Сочинение, записки	
<b>Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)</b>							
19	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»	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Учатся договариваться и	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

					уважать разные мнения <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям		
20	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 «Жила-была одна девочка»	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя <b>П</b> Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Учатся слушать и понимать речь других ребят <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	Рисунок на заданную тему, обсуждение	
21	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»	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Моделируют ситуацию с помощью учителя <b>К</b> Учатся	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

					доверительно и открыто говорить о своих чувствах <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям		
<b>Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (7 часов)</b>							
22	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»	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя <b>К</b> Учатся работать в паре и группе <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему, обсуждение	
23	Тема «Права и обязанности школьника»	1	Групповая и индивидуальная работа Работа в парах, фронтальная работа	Разминка «Синонимы», «Произнеси фразу по-разному», «Поприветствуй меня. как...», «Если вы источник света...». Упражнения «Должен и имею право: в школе, дома, на улице».	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся исследовать свои качества и свои особенности <b>К</b> Учатся договариваться и уважать разные	Рисунок на заданную тему, обсуждение	

				Работа со сказкой «Про великана Гришку и недобрую фею»	мнения Л Умеют налаживать контакты с окружающими		
24	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»	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	Обсуждение	
25	Тема «Права и обязанности человека»	1	Групповая и индивидуальная работа Психогимнастика	Разминка «Толковый словарь», «Точка, точка, запятая», «Я - учитель». Упражнения «Пять главных прав», «Билль о правах».	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся исследовать свои качества и свои особенности <b>К</b> Учатся работать в паре договариваться и уважать разные мнения	Обсуждение, составление билля о правах	

					Л Ориентируются на понимание чувств других людей		
26	Тема «Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»	1	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 К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок на заданную тему, обсуждение	
27-28	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»	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. Я – будущий пятиклассник (6 часов)							
29	Тема «Я – будущий пятиклассник»	1	Обсуждение. Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Ассоциации», «Антонимы», обсуждение «Что такое 5 класс», Упражнение «Начальная школа, спасибо за...», сравнительные рисунки «Я в начальной школе, и Я в средней школе»	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя <b>П</b> Моделируют ситуации с помощью учителя <b>К</b> Учатся слушать и понимать речь других ребят <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими взаимодействии	Тестирование. Обсуждение рисунков.	
30	Тема «Я умею преодолевать трудности»	1	Обсуждение. Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Я сегодня...» Упражнение «Как я преодолею трудности», «Я умею выполнять требования взрослых», «Выслушай вопрос и ответ»  Работа со сказкой	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя <b>К</b> Учатся работать в паре и группе <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Обсуждение сказки	

31	Тема «Я умею слушать других»	1	Обсуждение. Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Кто сегодня молодец», «Лишнее слово» Упражнение «Выслушай внимательно»  Работа со сказкой «Гришка-муравьишка»	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя <b>К</b> Учатся работать в паре и группе <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	Рисунок в паре
32	Тема «Я умею учиться у ошибки»	1	Обсуждение. Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Ассоциации» Упражнение «Противоположности», «Чему может научить ошибка?»  Работа со сказкой	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	Обсуждение.



33	Тема «Я умею быть доброжелательным»	1	Обсуждение. Групповая и индивидуальная работа	Разминка «Синонимы» Работа со сказкой. Упражнения «4 испытания», «Желаем добра»	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Осознают особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	Обсуждение. Рисунок на заданную тему	
34	Резерв.	1	Групповая работа	Фестиваль игр	<b>Р</b> Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние <b>П</b> Учатся решать учебно-познавательные проблемы <b>К</b> Учатся выступать с устным сообщением  <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	Подведение итогов	
<b>Итого</b>		<b>34 ч</b>					

## 1. Ресурсное обеспечение программы

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
4. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
5. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
6. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
7. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
8. Лебедеенко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности, М. : Книголюб, 2007
9. Николаева Е.И. Я в мире других. СПб Специальная литература , 2003
10. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
11. Познавательные процессы и способности в обучении //под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
12. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
14. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
15. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
16. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
17. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
18. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я». (Уроки психологии в начальной школе, М: Генезис, 2012г.).
19. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
20. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.



