

**Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования  
«Центр внешкольной работы»  
Бузулукского района  
Оренбургской области**

«Рассмотрено»  
на заседании методического совета  
МБУ ДО «Центр внешкольной работы»  
Бузулукского района  
« 15 » \_\_\_\_\_ 2020 г.

«Утверждаю»  
Директор МБУ ДО  
«Центр внешкольной работы»  
Е.Н. Филатова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2020 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
«Я познаю себя»**

Возраст обучающихся: 7–10 лет  
срок реализации программы: 4 года (второй год обучения)

Составитель:  
Мирзаева Амина Камоловна,  
педагог дополнительного образования,

с. Троицкое  
2020

## **психологии «Я познаю себя» для младших школьников**

### **Пояснительная записка**

Особенность психологии ребенка младшего школьного возраста заключается в том, что он еще мало осознает свои переживания и далеко не всегда способен понять причины, их вызывающие. На трудности в школе ребенок чаще всего отвечает эмоциональными реакциями – гневом, страхом, обидой, отказом посещать занятия. Многие дети в это время нуждаются в поддержке и помощи взрослых. Поэтому важно, чтобы родители и учителя вместе с психологом вникали в проблемы ребенка.

Гуманизация школьного образования предполагает в первую очередь обращенность к личности ребенка, ее всестороннее развитие, создание благоприятных условий для раскрытия способностей обучающихся.

В связи с этим комплексная психолого-педагогическая задача школьного обучения состоит в том, чтобы не только обеспечить усвоение совокупности конкретных знаний по школьным дисциплинам, но и сформировать у учащихся представления об обобщенных приемах и способах выполнения различных умственных действий, что, в свою очередь, обеспечит лучшее усвоение конкретного предметно-учебного содержания. Это и есть, с одной стороны, механизм умственного развития, а с другой стороны - это путь формирования психологической основы обучения, обладающей внутренним потенциалом развития, который позволит в будущем осуществляться не только саморазвитию и саморегуляции личности, но и эффективному самостоятельному приобретению знаний.

Рабочая программа «Я познаю себя» разработана на основе следующих **нормативных документов:**

1. Федеральный закон №273 от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации».
2. Концепция развития дополнительного образования детей.
3. Межведомственная программа развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года.
4. Профессиональный стандарт специалиста в области воспитания.

Программа составлена на основе программы психологического развития младших школьников «Уроки психологического развития» автор Н.П. Локалова. Данная программа входит в число рекомендуемых, в рамках введения новых Федеральных Государственных Образовательных Стандартов.

Программа составлена с учётом возрастных, психофизиологических особенностей и в соответствии с физиолого-гигиеническими нормативами.

Многолетние исследования эффективности обучения младших школьников, по развивающим дидактическим системам выявили важный, в плане формирования основ мировоззрения, у младших школьников результат. Он состоит в том, что осуществление общего психологического развития учащихся, и мыслительной деятельности в частности, закономерно приводит к личностному становлению школьников, формированию у них критического отношения к явлениям окружающей действительности, умению выбирать адекватные формы своего поведения в конкретной ситуации.

Программа рассчитана на обучающихся 1 - 4 классов.

Продолжительность занятия -45 минут.

В последнее время, среди учеников младших классов, возрастает число детей с трудностями в обучении, обусловленными в первую очередь недостаточным уровнем

их когнитивно - личностного развития. Поэтому оказание действенной психологической помощи учащимся на начальном этапе обучения в настоящее время становится особенно актуальной задачей.

Особенностью данной программы является направленность не только на формирование когнитивных знаний, но и на анализ и синтез полученного учебного материала. Другой важной стороной психологического развития учащихся является закладывание эмоционально-личностного отношения к получаемым метазнаниям: стремление доказывать свою точку зрения, критически осмысливать свой ответ и мнения своих одноклассников, положительно-эмоционально относиться к изучаемому материалу и к учению в целом, формирование адекватной самооценки, что является необходимым для становления мировоззрения условием формирования направленности личности учащихся.

**Педагогическая целесообразность** данной образовательной программы обусловлена тем, что она предполагает формирование у обучающихся основ умения учиться и способности к организации своей деятельности – умение принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности, планировать свою деятельность, осуществлять ее контроль и оценку, взаимодействовать с педагогом и сверстниками в учебном процессе. При реализации данной программы создаются условия для формирования у младших школьников следующих способностей: рефлексировать (видеть проблему; анализировать сделанное – почему получилось, почему не получилось, видеть трудности, ошибки), целенаправленно (ставить и удерживать цели), планировать (составлять план своей деятельности), проявлять инициативу при поиске способа (способов) решения задачи, вступать в коммуникацию (взаимодействовать при решении задачи, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение).

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в новых социально-экономических условиях особое значение приобретает деятельность по освоению социального опыта, которая наиболее полно и эффективно реализует социально-педагогический потенциал свободного времени детей, где реализуются запросы социальной практики, существенно расширяются традиционные направления, формы, технологии работы с детьми. В рамках программы обеспечено сочетание различных видов познавательной деятельности, где востребованы практически любые способности ребёнка, реализованы личные пристрастия к тому или иному виду деятельности, что открывает новые возможности для создания интереса младшего школьника как к индивидуальному творчеству, так и к коллективному. Одним из основных препятствий для успешного обучения детей является низкий уровень их общего познавательно-личностного развития.

«Мы познаём себя» последовательно и планомерно сформируется у учащихся психологическая основа

обучения, повысится уровень их общего психологического, и в частности умственного, развития.

**Основная цель программы** – решение основных проблем возраста с целью сохранения психологического здоровья детей, а также развитие коммуникативной, познавательной и личностной сфер личности ребенка.

**Задачи программы:** Развитие познавательных потребностей и способностей младших школьников.

Формирование психологической культуры и компетенции для обеспечения эффективного и безопасного взаимодействия в социуме.

Развитие общеучебных умений и навыков.

Формирование позитивной самооценки и самоуважения.

Развитие положительных эмоций и волевых качеств.

Формирование коммуникативной компетентности в сотрудничестве.

Развитие психических процессов (внимание, память, мышление, восприятие, речь).

Формирование положительной эмоциональной сферы ребенка.

### **Сроки реализации и возраст детей**

Выполнение программы рассчитано на 4 года. В реализации участвуют дети 7 – 10 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность занятий 45 минут.

**Занятия направлены** на психологическое и творческое развитие ребенка.

Они помогут:

- Лучше узнать себя, свои сильные стороны
- Преодолеть неуверенность в себе
- Стимулировать познавательную активность, внимание и наблюдательность
- Легче сходить с людьми и общаться со сверстниками

И наконец, игра - это просто удовольствие, возможность самовыразиться на фоне повседневных трудностей и обид.

### **Основные формы работы:**

- Имитационные игры;
- Беседы;
- поведенческие тренинги и упражнения тренингового характера;
- психологические игры;
- чтение и обсуждение художественных произведений;
- дискуссии;

- просмотр и анализ фрагментов мультипликационных фильмов с последующим моделированием новых версий;
- диагностика эмоциональных состояний, отношения ребенка к обсуждаемой проблеме;
- обыгрывание конфликтных ситуаций, моделирование выхода из них.

### **Ожидаемые результаты программы:**

По окончании ознакомления с курсом «Я познаю себя» предполагается, что учащиеся:

1. Сформируют знания об эмоциональном мире человека и способах управления им; осознают свои характерные особенности и предпочтения.
2. Поверят в свою уникальность и неповторимость; преодолеют эмоциональные проблемы;
3. Разовьют коммуникативные навыки, научатся замечать индивидуальные особенности других людей,
4. Сформируют внимательное и доброжелательное отношение друг к другу.

### **Календарно-тематическое планирование I года обучения**

#### **Тема: «Я - школьник».**

Цели:

- содействовать осознанию позиции школьника;
- способствовать формированию дружеских отношений в классе;
- развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях.

#### **Тема: «Мои – чувства».**

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознать относительность оценки чувств;
- способствовать снижению уровня страхов.

| №                                   | Дата | Содержание занятия  |
|-------------------------------------|------|---|
| <b><u>Тема: «Я - школьник».</u></b> |      |   |
| 1                                   |      | Знакомство. Введение в мир психологии.  |
| 2                                   |      | Как зовут ребят моего класса.   |
| 3                                   |      | Моё имя.  |
| 4                                   |      | Творческая работа. «Я в школе».   |
| 5                                   |      | Тренинг «Назови имя соседа».  |
| 6                                   |      | Зачем мне нужно ходить в школу.   |
| 7                                   |      | Методика «Содержание внутренней позиции»  |
| 8                                   |      | Мой класс.  |
| 9                                   |      | Рисуем наш коллектив.   |
| 10                                  |      | Игра «Узнай по описанию».   |
| 11                                  |      | Лидер класса.   |
| 12                                  |      | Какие ребята в моём классе.   |
| 13                                  |      | Рисование. «Я и другие».  |
| 14                                  |      | Что думают обо мне мои друзья.  |
| 15                                  |      | Мои друзья в классе.  |
| 16                                  |      | Словесный портрет.  |
| 17                                  |      | Мои друзья в классе (продолжение).  |
| 18                                  |      | Придумай историю.   |
| 19                                  |      | Мои друзья в классе (продолжение).  |
| 20                                  |      | Учимся слушать.   |
| 21                                  |      | Учимся подчиняться школьным правилам.   |
| 22                                  |      | Мои успехи в школе.   |
| 23                                  |      | Как достичь успеха.   |
| 24                                  |      | Методика «Неоконченные предложения»   |
| 25                                  |      | Моя «учебная сила».   |
| 26                                  |      | Путешествие в «Лесную школу». Диагностика познавательных процессов. Методика «Пройди через лабиринт». |
| 27                                  |      | Методика Филлипса «Школьная тревожность».   |

|                                      |  |   |
|--------------------------------------|--|---|
| 28                                   |  | Сочиняем сказку про школьные принадлежности.  |
| 29                                   |  | Наши добрые помощники.  |
| 30                                   |  | Диагностика психического состояния и свойств личности.<br>Проективный тест «Несуществующее животное».   |
| 31                                   |  | Диагностика психического состояния и свойств личности.<br>Проективный тест «Несуществующее животное»(продолжение).<br>Расскажи о ком нарисовал. |
| 32                                   |  | Методика «Дом , дерево, человек».   |
| 33                                   |  | Методика «Дом , дерево, человек». Расскажи что нарисовал.   |
| <b><u>Тема: «Мои – чувства».</u></b> |  |   |
| 34                                   |  | Радость. Что такое мимика.  |
| 35                                   |  | Какие чувства ты знаешь. Игра «Угадай эмоции».  |
| 36                                   |  | Слушаем музыку. Какие чувства нас посетили?   |
| 37                                   |  | Радость. Как её доставить другому человеку.   |
| 38                                   |  | То, что дарит мне радость.  |
| 39                                   |  | Подари радость ближнему.  |
| 40                                   |  | Мини – книжка.  |
| 41                                   |  | Жесты.  |
| 42                                   |  | Тренинг «У кого монеты».  |
| 43                                   |  | Радость можно передать прикосновением.  |
| 44                                   |  | Радость можно подарить взглядом.  |
| 45                                   |  | Тренинг «Коробка счастья».  |
| 46                                   |  | Пожелания счастья.  |
| 47                                   |  | Гордость.   |
| 48                                   |  | Составляем слова.   |
| 49                                   |  | Грусть.   |
| 50                                   |  | Рисуем настроения и чувства.  |
| 51                                   |  | Страх.  |
| 52                                   |  | Страх, его относительность.   |
| 53                                   |  | Как справиться со страхом.  |
| 54                                   |  | Тренинг «Повторяй за мной».   |
| 55                                   |  | Страх и как его преодолеть.   |

|    |  |   |
|----|--|---|
| 56 |  | Тренинг «Безопасное убежище».           |
| 57 |  | Придумай историю.                       |
| 58 |  | Гнев. С какими чувствами он дружит?     |
| 59 |  | Может ли гнев принести пользу?          |
| 60 |  | Тренинг «Чемодан со стрессами».         |
| 61 |  | Игра «Кукольник и кукла»                |
| 62 |  | Обида.                                  |
| 63 |  | Занятие с элементами тренинга «Дерево». |
| 64 |  | Выпускаем зверя на свободу.             |
| 65 |  | Разные чувства.                         |
| 66 |  | Тренинг «Мандала – 1».                  |
| 67 |  | Творческая работа.                      |
| 68 |  | Итоговое.                               |

### Календарно-тематическое планирование II года обучения

#### **Тема: «Вспомним чувства».**

Цели:

- актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

#### **Тема: «Чем люди отличаются друг от друга?»**

Цели:

- ознакомить детей с понятием «качества людей»;
- помочь детям исследовать свои качества, изучить свои особенности.

#### **Тема: «Какой Я – Какой Ты?»**

Цели:

- помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств;
- учить детей находить положительные качества во всех людях.

#### **Тема: «Вспомним чувства».**

|   |  |                           |
|---|--|---------------------------|
| 1 |  | Мы рады встрече.          |
| 2 |  | Тренинг «Осенние листья»  |
| 3 |  | Понимаем чувства другого. |



|  |  |  |
|--|--|--|
| 4  |  | Тренинг «Сад чувств».                              |
| 5  |  | Тренинг «Кого бы я съел»                           |
| 6  |  | Мы испытываем разные чувства.                      |
| 7  |  | Рисуем лица.                                       |
| 8  |  | Тренинг «Мандала – 1»                              |
| 9  |  | Мы испытываем разные чувства (продолжение).        |
| 10   |  | Рисуем чувства.                                    |
| 11   |  | Слушаем разную музыку. Какие чувства нас посетили? |
| 12   |  | Тренинг «Мандала – 2»                              |
| <b><u>Тема: «Чем люди отличаются друг от друга?»</u></b> |  |  |
| 13   |  | Люди отличаются друг от друга своими качествами.   |
| 14   |  | Хорошие качества людей.                            |
| 15   |  | Что такое ответственность.                         |
| 16   |  | Самое важное хорошее качество.                     |
| 17   |  | Сочиняем сказку «Жил да был...»                    |
| 18   |  | Кто такой сердечный человек.                       |
| 19   |  | Тренинг «Сердечное желание».                       |
| 20   |  | Поговорим о доброте.                               |
| 21   |  | Кто такой доброжелательный человек.                |
| 22   |  | Трудно ли быть доброжелательным человеком.         |
| 23   |  | Хорошо ли быть злым?                               |
| 24   |  | Я желаю добра ребятам в классе.                    |
| 25   |  | Поговорим о дружбе.                                |
| 26   |  | Очищаем своё сердце.                               |
| 27   |  | Поговорим о справедливости.                        |
| 28   |  | Какие качества нам нравятся друг в друге.          |
| 29   |  | Поговорим о честности.                             |
| 30   |  | Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.      |
| 31   |  | Встреча со звездочкой.                             |
| 32   |  | Люди отличаются друг от друга своими качествами.   |

|                                  |  |   |
|----------------------------------|--|---|
| 33                               |  | Качества, которыми обладаю я.   |
| 34                               |  | О заботливом отношении к людям.   |
| 35                               |  | В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.                       |
| 36                               |  | Что такое вежливость.   |
| 37                               |  | О жадности.   |
| 38                               |  | Сказка о Щедрости и Жадности.   |
| <b>Тема: Какой Я - Какой Ты?</b> |  |   |
| 39                               |  | Какой Я?  |
| 40                               |  | Методика «Определение «Я – концепции» у детей»                          |
| 41                               |  | Тренинг «Добрая фея».   |
| 42                               |  | Каким животным я бы хотел быть?   |
| 43                               |  | Какой Ты?   |
| 44                               |  | Какой Ты (продолжение)?   |
| 45                               |  | Все самые красивые животные.  |
| 46                               |  | Тренинг «Роза».   |
| 47                               |  | Трудности второклассника в школе, дома, на улице.                       |
| 48                               |  | Тренинг «Ящик с яблоками».  |
| 49                               |  | Рисование на тему «Мой школьный учитель». Составление рассказа о школе. |
| 50                               |  | Рисование на тему «Моя семья». Составление рассказа.                    |
| 51                               |  | Рисование на тему «Я и мои одноклассники».                              |
| 52                               |  | Школьные трудности.   |
| 53                               |  | Школьные отметки.   |
| 54                               |  | Школьные трудности (продолжение).                                       |
| 55                               |  | Учимся справляться с гневом   |
| 56                               |  | Наше настроение.  |
| 57                               |  | Как справиться с упрямством.  |
| 58                               |  | Как преодолеть трудности. Тропинками терпения.                          |
| 59                               |  | Как достичь успеха.   |
| 60                               |  | Домашние трудности.   |
| 61                               |  | Методика «Изучение типа общения ребёнка со взрослыми».                  |

|    |  |                                   |
|----|--|-----------------------------------|
| 62 |  | Трудно ли быть родителем?         |
| 63 |  | Домашние трудности (продолжение). |
| 64 |  | Идеальные родители.               |
| 65 |  | Моя идеальная семья.              |
| 66 |  | Тренинг «Прекрасный сад».         |
| 67 |  | Крепкая дружба.                   |
| 68 |  | Наши мечты. Итоговое.             |

### Календарно-тематическое планирование III года обучения

#### **Тема 1 «Я — фантазер».**

Цели:

- помочь детям осознать ценность умения фантазировать;
- развивать креативные способности детей.

#### **Тема 2 «Я и моя школа».**

Цели:

- помочь детям осознать особенности позиции ученика;
- предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя;
- помочь детям принять учителя таким, какой он есть.

#### **Тема 3 «Я и мои родители».**

Цели:

- помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;
- обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.

#### **Тема 4 «Я и мои друзья».**

Цели:

- помочь детям осознать качества настоящего друга;
- подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить.

#### **Тема 5 «Что такое сотрудничество?»**

Цели:

- дать детям представления о понятии «сотрудничество».

#### **Тема: «Я - фантазёр».**

|   |  |                    |
|---|--|--------------------|
| 1 |  | Я - третьеклассник |
|---|--|--------------------|

|   |  |   |
|---|--|---|
| 2                                       |  | Путешествия в мир фантазий.                                 |
| 3                                       |  | Кого можно назвать фантазёром?                              |
| 4                                       |  | Волшебный лес.  |
| 5                                       |  | Волшебный лес (продолжение).                                |
| 6                                       |  | Я умею фантазировать!                                       |
| 7                                       |  | Методика «Вербальная фантазия».                             |
| 8                                       |  | Мои сны.  |
| 9                                       |  | Я умею сочинять!  |
| 10                                      |  | Тренинг «Тропический остров».                               |
| 11                                      |  | Мои мечты.  |
| 12                                      |  | Чернильные пятна.   |
| 13                                      |  | Фантазии и ложь.  |
| 14                                      |  | Тренинг «Волшебный напиток».                                |
| <b><u>Тема: «Я и моя школа».</u></b>    |  |   |
| 15                                      |  | Я и моя школа.  |
| 16                                      |  | Какой я ученик?   |
| 17                                      |  | Что такое лень?   |
| 18                                      |  | Прекрасный сад.   |
| 19                                      |  | Я и мой учитель.  |
| 20                                      |  | Диагностика уровня школьной тревожности. Методика Филлипса. |
| 21                                      |  | Каким бы я хотел видеть своего учителя.                     |
| 22                                      |  | Я и мой учитель (продолжение).                              |
| 23                                      |  | Правила поведения в школе.                                  |
| 24                                      |  | Как справиться с «Немогучками».                             |
| 25                                      |  | Мои сильные и слабые стороны.                               |
| 26                                      |  | Избавляемся от слабостей.                                   |
| 27                                      |  | Хочу и могу.  |
| <b><u>Тема: «Я и мои родители».</u></b> |  |   |
| 28                                      |  | Я и мои родители.   |
| 29                                      |  | Семья.  |

|   |  |  |
|---|--|--|
| 30  |  | Я умею просить прощения.   |
| 31  |  | Поговорим о маме.  |
| 32  |  | Изучение межличностных отношений ребёнка и его восприятия внутрисемейных отношений. Методика Рене Жилия. |
| 33  |  | Почему родители наказывают детей?  |
| 34  |  | Методика «Осознанность ребёнком отношения к нему близких людей».   |
| 35  |  | Мама, папа, я – дружная семья! Методика «Рисунок семьи».   |
| <b><u>Тема: «Я и мои друзья».</u></b>           |  |  |
| 36  |  | Настоящий друг.  |
| 37  |  | Рисунок на тему «Мой лучший друг». Рассказ о друге.  |
| 38  |  | Умею ли я дружить?   |
| 39  |  | Методика «Изучение коммуникативных умений». Игра «Путешествие к звёздам».                                |
| 40  |  | Методика «Изучение коммуникативных умений». Игра «Путешествие к звёздам» (продолжение).                  |
| 41  |  | Трудности в отношениях с друзьями.   |
| 42  |  | Искусство спора.   |
| 43  |  | Ссора и драка.   |
| 44  |  | Игра «Кукольник и кукла»   |
| 45  |  | Тревога или радость общения?   |
| 46  |  | Лесная школа. Как уйти от конфликта.   |
| <b><u>Тема: «Что такое сотрудничество?»</u></b> |  |  |
| 47  |  | Что такое сотрудничество?  |
| 48  |  | Тренинг «Отражения – 1».   |
| 49  |  | Я умею понимать другого.   |
| 50  |  | Показываем чувства.  |
| 51  |  | Взаимопонимание в классе.  |
| 52  |  | Я умею договариваться с людьми.  |
| 53  |  | Новое изобретение.   |
| 54  |  | Тренинг «Кто заводила?»  |
| 55  |  | Мы умеем действовать сообща.   |

|    |  |                                       |
|----|--|---------------------------------------|
| 56 |  | Лев, лиса, косуля и голубь.           |
| 57 |  | Тренинг «Палатка».                    |
| 58 |  | Что такое коллективная работа?        |
| 59 |  | Темп работы.                          |
| 60 |  | Незаконченные дела.                   |
| 61 |  | Магнетические руки.                   |
| 62 |  | Пять секунд.                          |
| 63 |  | Тренинг. «Знак вопроса».              |
| 64 |  | Как понять, что от тебя хотят другие? |
| 65 |  | Заколдованная семёрка.                |
| 66 |  | Пакет с сюрпризами.                   |
| 67 |  | Райское наслаждение.                  |
| 68 |  | Итоговое.                             |

### Календарно-тематическое планирование IV года обучения

#### **Тема: «Кто я? Мои силы, мои возможности».**

Цели:

- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;
- помочь каждому ребёнку осознать свою уникальность и неповторимость.

#### **Тема: «Я расту, я изменяюсь».**

Цели:

- помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения;
- помочь детям научиться планировать цели и пути самоизменения.

#### **Тема: «Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?»**

Цели:

- дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться структурировать его, обсудить возможные варианты будущего;
- помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;
- ввести понятие «жизненный выбор».

#### **Тема: «Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?»**

Цели:

- помочь детям осознать понятие «интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.

**Тема: «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?»**

Цели:

- помочь детям осознать личную свободу и свободу другого;
- помочь им понять, что свобода часто связана с наличием обязанностей;
- помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей.

| №  | Дата | Содержание занятия   |
|--|------|--|
| <b><u>Тема: «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?»</u></b> |      |  |
| 1.   |      | Знакомство с ребятами. Введение.   |
| 2  |      | Моё лето.  |
| 3  |      | Кто я?   |
| 4  |      | Занятие с элементами тренинга «Внутри и снаружи».                          |
| 5  |      | Какой я – большой или маленький?   |
| 6  |      | Что такое ответственность?   |
| 7  |      | Легко ли быть ответственным?   |
| 8  |      | Мои способности.   |
| 9  |      | Как развивать способности.   |
| 10   |      | Мой выбор, мой путь.   |
| 11   |      | Мой внутренний мир.  |
| 12   |      | Что меня беспокоит? Творческое задание: рисуем, сочиняем.                  |
| 13   |      | Тренинг « Как понять самого себя».   |
| 14   |      | Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира. |
| 15   |      | Ты где?  |
| 16   |      | Кого я смогу впустить в свой внутренний мир?                               |
| 17   |      | Что такое доверие? Музей скульптур.  |
| 18   |      | Что значит верить?   |
| 19   |      | Что значит верить и доверять?  |
| 20   |      | Итоговое. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно.           |
| <b><u>Тема: «Я расту, я изменяюсь».</u></b>                                  |      |  |
| 21   |      | Моё детство.   |
| 22   |      | Рисуем историю жизни.  |
| 23   |      | Фото выставка «Я в детском саду».  |
| 24   |      | История, которая произошла со мной, когда я был маленьким.                 |
| 25   |      | Моё детство (продолжение).   |
| 26   |      | Фото выставка «Я – школьник»   |
| 27   |      | Что изменилось во мне?   |
| 28   |      | Мои интересы и потребности.  |
| 29   |      | Я изменяюсь.   |
| <b><u>Тема: «Моё будущее. Каким бы я хотел стать в будущем?»</u></b>         |      |  |
| 30   |      | Моё будущее.   |
| 31   |      | Жизнь, о которой я мечтаю.   |
| 32   |      | Тренинг «Прошлое, настоящее и будущее».                                    |

|   |  |  |
|---|--|--|
| 33  |  | Моё будущее (продолжение).                               |
| 34  |  | Сочинение « Письмо в будущее».                           |
| 35  |  | Кого бы я хотел видеть рядом с собой в будущем.          |
| 36  |  | Путешествие в будущее.                                   |
| 37  |  | Хочу вырасти здоровым человеком!                         |
| 38.   |  | Мы и наше здоровье.                                      |
| <b><u>Тема: «Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?»</u></b> |  |  |
| 39  |  | Культура общения.  |
| 40  |  | Этикет.  |
| 41  |  | Кто такой интеллигентный человек?                        |
| 42  |  | Правила этикета.   |
| 43  |  | Правила этикета: как дарить подарки.                     |
| 44  |  | Хочу вырасти интеллигентным человеком.                   |
| 45  |  | Учусь уважать мнение других людей.                       |
| 46  |  | Лев, лиса, косуля и голубь.                              |
| 47  |  | Что такое идеальное Я?                                   |
| 48  |  | Познай самого себя.                                      |
| 49  |  | Что бы я изменил в себе?                                 |
| <b><u>Тема: «Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?»</u></b>      |  |  |
| 50  |  | Что такое свобода?                                       |
| 51.   |  | Кто такой свободный человек?                             |
| 52  |  | Конвенция о правах ребёнка.                              |
| 53  |  | Права и обязанности школьника.                           |
| 54  |  | Права ребёнка в новом веке.                              |
| 55  |  | На что имеем право.                                      |
| 56  |  | Свобода выбора.  |
| 57  |  | Что такое «право на уважение»?                           |
| 58.   |  | Я – личность.  |
| 59  |  | Права и обязанности.                                     |
| 60  |  | Обязанности школьника.                                   |
| 61  |  | Нарушение прав других людей может привести к конфликтам. |
| 62  |  | Услышать сердце человека.                                |
| 63  |  | Как разрешать конфликты мирным путём?                    |
| 64  |  | Справедливость к одноклассникам и к себе.                |
| 65  |  | Я и мои друзья.  |
| 66  |  | Рисуем на тему «Я свободный человек».                    |
| 67  |  | Чему мы научились?                                       |
| 68  |  | Итоговое.  |



## Литература:

1. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
2. 150 тестов для подготовки детей к школе. М.: Астрель, 2004
3. Л.В. Управителева «Классные часы по нравственному воспитанию в начальной школе».
4. К. Фопель «Чтобы дети были счастливы». Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста. «Генезис» Москва 2006.
5. К. Фопель «Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе». «Генезис». Москва 2003.
6. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в начальной школе. – 2-е изд., - М.: Генезис, 2008 г. – 344 с
7. Амбросьева Н.Н. Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников: методическое пособие. – 2 – е изд.; - М.: Глобус, 2007.- 189 с.
8. Классные часы с психологом. 1-4 классы/ авт. – сост.: Ю.В.Груздева, Н.А.Богачкина. – М.Глобус, 2009.- 332с.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. – М.: ВЛАДОС, 2005 г.
10. <http://moubokulovo.edusite.ru/DswMedia/tropinka.doc>
11. <http://www.childpsy.ru/lib/books/>.