

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

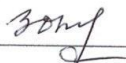
Комитет по образованию Санкт-Петербурга

Администрация Адмиралтейского района

ГБОУ школа №234

РАССМОТРЕНО

Председатель МО
учителей начальных
классов



Зотова Е.Е.

Протокол №5
от «15» июня 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



Седых И.А.

Приказ №50
от «15» июня 2023 г.

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Тропинка к своему Я»

Для 1-4 классов

(возраст 7 – 11 лет)

1 час в неделю (всего: 1 кл. 33 часа в год, 2-4 кл. 34 часа в год)

Автор составитель: Урясьева Е.В. (педагог – психолог ГБОУ школы №234)

Пояснительная записка

Статус документа

Рабочая программа создана на основе:

- Федерального Государственного стандарта начального общего образования;
- программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О. В. Хухлаевой, Москва 2001;
- Плана внеурочной деятельности школы.

Место предмета в плане внеурочной деятельности

В соответствии с планом внеурочной деятельности рабочая программа составлена из расчета 33 часа в год (1 кл.) и 34 часа в год (2-4 кл.)

Общая характеристика курса

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Данная программа направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребенка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Все это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создает условия для полноценного развития личности ребенка, 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 ребенка является его успешная адаптация к социуму.

Данная программа направлена на формирование у младших школьников следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватности 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: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать обучающихся к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, голосу, жестам, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей (установка 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 входе общения. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у обучающихся нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Место предмета в плане внеурочной деятельности.

В соответствии с планом внеурочной деятельности образования занятия по программе «Тропинка к своему Я» изучается по одному часу в неделю (1 класс 33 часа, 2-4 класс 34ч.) Общий объем учебного времени составляет 135 часов.

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 ребенком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и с 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 своем месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно – мотивационный компонент обеспечивает появление у ребенка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвертым 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 определенной схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему
2. Развертывание темы
3. Индивидуализация темы
4. Завершение темы

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Метапредметными результатами является формирование универсальных учебных действий (УУД)

1 класс

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью педагога необходимую информацию из литературного текста;
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью педагога;
- 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 педагога
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью педагога
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью педагога

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и 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 педагога
- учиться высказывать свое 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 все, 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

Коммуникативные УУД:

- ориентироваться на позицию партнера 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 свое собственное мнение и позицию
- учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге

Средствами формирования УУД служат психогимнастические и ролевые игры, психодрама, дискуссионные игры, эмоционально-символические, релаксационные и когнитивные методы.

Основной формой работы является игра с элементами психологического тренинга.

Содержание программы.

1 класс

Первые дни в школе требуют целенаправленной работы по формированию установки на преодоление школьных трудностей и способности получать удовлетворение от процесса познания. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Поэтому на занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от учебных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В занятия должны включаться игровые и двигательные задания. Первоклассники еще не могут контролировать свои действия. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Для первоклассников самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей. Детям кажется, что они занимают центральное место в жизни педагога, что все его беды и радости связаны только со школой и с ними. Поэтому полезно включать в занятия задания, которые дают возможность понять, что радовать и огорчать учителя могут не только их успехи или дисциплина на уроке, но и чтение книг, к примеру, или общение с собственными детьми. Это поможет учащимся справиться с возможным страхом перед учителем.

2 класс

Второклассник начинает учиться в совершенно ином настроении, нежели год назад. Он уже привык к своему новому статусу, к школьным обязанностям, у него сформировался образ хорошего ученика.

В течение второго учебного года дети должны получить довольно полное представление о своих индивидуальных способностях и возможностях, о собственных достоинствах и недостатках.

Во втором классе происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексивность. По-прежнему сохраняется острое желание быть успешным в учебе, «быть хорошим, любимым», у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Она может закрепляться, если ребенок считает, что родителей сильно огорчают его неуспехи. Поэтому особое значение приобретает тема «Качества», в процессе освоения которой учащиеся получают возможность исследовать себя, узнают, что все люди имеют те или иные недостатки.

Вследствие развития умения действовать по образцу у некоторых детей снижаются творческие способности, исчезает стремление фантазировать. Чтобы предотвратить это, в занятия включено много творческих заданий.

Основное внимание второклассников начинает постепенно смещаться с учебной деятельности на отношения, которые в ней проявляются: с педагогами, родителями, сверстниками. Поэтому на занятиях большое внимание уделяется именно формированию взаимоотношений, основанных на любви, сердечности и возможности не только принимать что-либо от людей, но и отдавать им. По сути, это первые шаги на пути взросления, который характеризуется наличием гармонии в стремлении принимать и отдавать.

3 класс

К началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу, однако в результате в какой-то степени утрачивается детская непосредственность, индивидуальные особенности ребенка несколько стираются, снижаются творческие возможности. Все это ослабляет контакт с той ванной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

Взрослые в этот период обычно удовлетворенно отмечают стабильную способность детей выполнять стандартные задания, умение действовать по образцу. Но, как правило, они не замечают, что эти качества утверждаются в ребенке за счет обеднения фантазии, снижения изобретательности, оригинальности восприятия. Родители, педагоги и психологи констатируют уровень развития мышления, памяти, внимания детей, упуская из виду упадок воображения, снижение креативных способностей. Однако это явление временное и обратимое, если вовремя

начать работу по актуализации творческих способностей детей. Поэтому важнейшей темой психологических занятий в третьем классе становится тема «Я - фантазер», в ходе проработки которой можно «реанимировать фантазию», утвердить ее ценность в глазах детей и взрослых.

Другая важная особенность этого возраста – качественные изменения во взаимоотношениях детей со значимыми взрослыми – учителем и родителями. К этому времени учитель в сознании детей во многом утрачивает свой идеальный образ. Дети начинают смотреть на него более реалистично, однако при этом «идеал» может полностью разрушиться, уступив место пренебрежительному отношению, своеобразному «нигилизму». Внутренне отдаление от авторитета учителя может вызвать страх перед ним либо злость и обиду. Поэтому усилия психолога должны быть направлены на то, чтобы поддержать в ребенке реальный образ учителя, не снижая при этом его ценности.

Сходный процесс идет и в отношении родителей. Дети должны научиться воспринимать их как живых людей со своими достоинствами и недостатками, не переставая любить. Ребенок привыкает к тому, что самые близкие люди имеют право иногда уставать или сердиться, могут порой допустить несправедливость, нечаянно обидеть, быть невнимательным. Но при этом они любят ребенка не меньше, чем в благоприятные моменты. Ведь они, как правило, способны вовремя простить ребенка и сами попросить прощения. Дети тоже понемногу учатся налаживать отношения, делать шаги навстречу близким людям при трудностях в общении, дорожить ценностью установившихся привязанностей.

Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в классе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, нежели в первые два школьные года, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

4 класс

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

Самое важное свойство этого возраста – особая открытость души. Дети не только легко и доверчиво впускают взрослых в свой внутренний мир, но нередко и сами приглашают их туда. Однако взрослые должны помнить, что это последний возрастной период, когда ребенок настолько открыт.

Содержание программы для каждого класса отражает основные направления работы и включает следующие разделы:

Первый класс

Раздел 1. Я – школьник (11 часов)

Цели:

- сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период;
- мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.

Раздел 2. Мои чувства (15 часов)

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.

Раздел 3. Трудности первоклассника (6 часов)

Цели:

- помочь детям осознать что трудности встречаются в жизни у всех;

- научить детей способам борьбы с трудностями;
- помочь осознать последствие поступков для себя и окружающих;
- способствовать снижению школьной тревожности

Резерв (1 час)

Второй класс.

Раздел 1. Вспомним чувства (5часов)

Цель:

- актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.

Раздел 2. Качества людей (18часов)

Цели:

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

Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (10 часов)

Цели:

- помочь детям понять, что у них есть много положительных качеств;
- учить детей находить положительные качества во всех людях.

Резерв (1час)

Третий класс.

Раздел 1. Я – фантазер (10часов)

Цели:

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

Раздел 2. Я и моя школа (10 часов)

Цели:

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

Раздел 3. Я и мои родители (4часа)

Цели:

- помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями;

Обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями.

Я и мои друзья (9часов)

Цели:

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

Резерв (1час)

Четвертый класс

Раздел 1. Кто я? Мои особенности и возможности (12 часов)

Цели:

- привлечь внимание к процессу взросления;
- помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности;

- ввести понятие «внутренний мир человека», акцентировать его ценность и уникальность.

Раздел 2. Мой класс и мои друзья (9 часов)

Цели:

- предоставить ребятам возможность обсудить значимый для них процесс общения со сверстниками;
- помочь осознать и проявить чувства, связанные с изменениями взаимоотношений между полами;
- помочь понять свое место среди одноклассников.

Раздел 3. Мое прошлое, настоящее, будущее (12 часов)

Цели:

- подготовить ребят к началу взросления и переходу в пятый класс;
- способствовать повышению учебной и социальной активности.

Резерв (1 час)

Учебно – методическое обеспечение программы:

О. В. Хухлаева «Тропинка к своему Я». Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. Москва, «Генезис», 2011.

Календарно – тематическое планирование.

Первый класс

(1 раз в неделю. Всего 33 часа)

№ занятия	тема	Количество часов	Сроки план	Дата факт	Формы организации деятельности
Раздел 1. Я – школьник (11 часов)					
1	Знакомство. Введение в мир психологии	1	сентябрь		беседа
2	Я умею преодолевать трудности	1	сентябрь		игра
3	Я умею слушать других	1	сентябрь		игра с элементами арт. терапии
4	Я умею учиться у ошибки	1	сентябрь		сказкотерапия
5	Я умею быть доброжелательным	1	октябрь		сказкотерапия
6	Я - доброжелательный	1	октябрь		игра
7	Я умею быть ласковым	1	октябрь		игра
8	Я становлюсь сильным духом	1	октябрь		сказкотерапия
9	Я становлюсь сильным духом	1	ноябрь		сказкотерапия
10/11	Я учусь решать конфликты	2	ноябрь		деловая игра
Раздел 2. Мои чувства (15 часов)					
12	Радость. Что такое мимика	1	ноябрь		подвижная игра, арттерапия
13	Радость. Как ее доставить другому человеку.	1	декабрь		подвижная игра
14	Жесты	1	декабрь		сказкотерапия
15	Радость можно передать прикосновением	1	декабрь		беседа
16	Радость можно подарить взглядом	1	декабрь		игра
17	Грусть	1	январь		игра с элементами

					сказкотерапии
18	Страх	1	январь		сказкотерапия
19	Страх. Его относительность	1	январь		подвижная игра
20	Как справиться со страхом	1	февраль		деловая игра
21	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1	февраль		сказкотерапия
22	Как справиться с гневом?	1	февраль		игра,
23	Обида	1	март		сказкотерапия
24	Может ли гнев принести пользу	1	март		беседа
25/26	Разные чувства	2	март		игра/арттерапия
Раздел 3. Трудности первоклассника (7 часов)					
27	Трудности первоклассника в школе, дома, на улице	1	апрель		беседа
28	Школьные трудности	1	апрель		арттерапия
29	Домашние трудности	1	апрель		арттерапия
30	Поведение в общественных местах и на улице	1	апрель		деловая игра
31	Диагностика	1	май		анкетирование
32	Резерв	1	май		
33	Итоговое занятие	1	май		праздник (КВН)

**Второй класс
(1 раз в неделю. Всего 34 часа)**

№ занятия	тема	Количество часов	Сроки план	Дата факт	Формы организации деятельности
Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов)					
1	Мы рады встречи	1	сентябрь		арттерапия
2/3	Понимаем чувства другого	2	сентябрь		арттерапия
4/5	Мы испытываем разные чувства	2	сентябрь/ октябрь		сказкотерапия, работа в группах
Раздел 2. Качества людей (18 часов)					
6/7	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2	октябрь		арттерапия
8	Хорошие качества людей	1	октябрь		сказкотерапия
9	Самое важное хорошее качество	1	ноябрь		деловая игра
10	Кто такой сердечный человек	1	ноябрь		игра
11/12	Кого называют «доброжелательным человеком»	2	ноябрь		сказкотерапия
13	Трудно ли быть «доброжелательным человеком»	1	декабрь		арттерапия
14/15	«Я желаю добра ребятам в классе»	2	декабрь		беседа, арттерапия
16/17	Чистое сердце	2	декабрь/ январь		сказкотерапия игра
18	Какие качества нам нравятся друг в друге?	1	январь		сказкотерапия
19/20	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	2	январь/ февраль		арттерапия сказкотерапия
21	Каждый человек уникален	1	февраль		игра

22/23	В каждом человеке есть темные и светлые качества	2	февраль		игра сказкотерапия
Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)					
24/25	Какой Я?	2	март		игра
26/27	Какой Ты? Учимся договариваться	2	март		игра
28/29	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	2	апрель		беседа, игры-инсценировки
30	Школьные трудности	1	апрель		подвижная игра
31	Домашние трудности	1	апрель		сказкотерапия
32	Диагностика	1	май		анкетирование
33	Резерв	1	май		
34	Итоговое занятие	1	май		праздник (фестиваль игр)

**Третий класс
(1 раз в неделю. Всего 34 часа)**

№ занятия	тема	Количество часов	Сроки план	Дата факт	Формы организации деятельности
Раздел 1. Я – фантазер (10 часов)					
1	Я - третьеклассник	1	сентябрь		беседа
2	Кого можно назвать фантазером?	1	сентябрь		сказкотерапия
3/4	Я умею фантазировать	2	сентябрь		арттерапия
5	Мои сны	1	октябрь		арттерапия
6	Я умею сочинять	1	октябрь		игра
7/8	Мои мечты	2	октябрь		сказкотерапия
9/10	Фантазии и ложь	2	ноябрь		игра
Раздел 2. Я и моя школа (10 часов)					
11/12	Я и моя школа	2	ноябрь		игра, сказкотерапия
13/14	Я и мой учитель	2	декабрь		сказкотерапия, игра
15/16	Я и мои одноклассники	2	декабрь		игра, арттерапия
17	Что такое лень?	1	январь		игра
18/19	Как справиться с «Немогучками»?	2	январь		беседа, сказкотерапия
20	Урок мудрости	1	февраль		деловая игра
Раздел 3. Я и мои родители(4 часа)					
21	Я и мои родители	1	февраль		арттерапия
22	«Урок мудрости» (уважение к старшим)	1	февраль		игра
23	Я умею просить прощение	1	февраль		сказкотерапия
24	Почему родители наказывают детей?	1	март		сказкотерапия
Раздел 4. Я и мои друзья (10)					
25	Настоящий друг	1	март		игра
26	Умею ли я дружить?	1	март		игра, беседа
27	Трудности в отношениях с друзьями	1	март		сказкотерапия
28	Ссора и драка	1	апрель		беседа
29	Что такое сотрудничество	1	апрель		арттерапия
30	Мы умеем действовать сообща	1	апрель		арттерапия

31	Что такое коллективная работа	1	апрель		игра
32	Диагностика	1	май		анкетирование
33	Резерв	1	май		
34	Итоговое занятие	1	май		праздник

Четвертый класс
(1 раз в неделю. Всего 34 часа)

№ занятия	тема	Количество часов	Сроки план	Дата факт	Формы организации деятельности
Раздел 1. Кто я? Мои особенности и возможности (12 часов)					
1	Как я изменился летом?	1	сентябрь		игра
2/3	Кто я?	1	сентябрь		сказкотерапия
4	Расту = взрослому	1	сентябрь		сказкотерапия
5/6	Мои способности	2	сентябрь/ октябрь		беседа, сказкотерапия
7	Мои интересы	1	октябрь		арттерапия
8/9	Мой путь к успеху	2	Октябрь/ ноябрь		сказкотерапия, игра
10	Мой внутренний мир	1	ноябрь		арттерапия
11	Кого называют «доброжелательным человеком»?	1	ноябрь		беседа
12	Мой внутренний мир и мои друзья	1	ноябрь		сказкотерапия
Раздел 2. Мой класс и мои друзья (9 часов)					
13	Мои друзья – девочки и мальчики	1	декабрь		беседа
14/15	Мой класс	2	декабрь		игра сказкотерапия
16	Мои одноклассники	1	декабрь		игра
17	Мои одноклассники – какие они?	1	январь		сказкотерапия
18	Какие ученики мои одноклассники	1	январь		игра
19	Лидерство в классе	1	январь		деловая игра
20	Конфликты в классе	1	февраль		беседа, сказкотерапия
21	Взаимопомощь в классе	1	февраль		игра
Раздел 3. Мое прошлое, настоящее, будущее (13 часов)					
22	Мое детство	1	февраль		игра
23	Мое настоящее	1	февраль		игра
24	Мое будущее	1	март		игра
25	Мой будущий дом	1	март		игра
26/27	Моя будущая профессия	2	март		Дискуссия, арттерапия
28/29	Мое близкое будущее – 5 класс	2	апрель		Беседа,
20/31	Что нового ждет меня в пятом классе	2	апрель		игра арттерапия
32	Диагностика	1	май		анкетирование
33	Резерв	1	май		
34	Итоговое занятие	1	май		праздник

6. Список литературы, электронные ресурсы.

Литература.

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. - М.: изд-во «Ось», 2001 г.
2. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. Основы конструктивного общения. - Новосибирск, 1997 г.
3. Князева Т.Н. Я учусь учиться. Психологический курс, развивающих занятий для младших школьников. — М.: АРКТИ, 2001.
4. Курс комплексного развития младшего школьника: программа, занятия, дидактические материалы/В.Н. Карандышев, А.С. Лисянская, Т.А. Крылова. – Волгоград: Учитель, 2011.
5. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. – М.: УЦ «Перспектива», 2001.
6. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 1. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2007.
7. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения. Часть 3. Тетрадь 2 – М.: УЦ «Перспектива», 2006.
8. Познай самого себя. Уроки практической психологии в начальной школе. Учебное пособие. Автор – составитель Строганова Л.В. – М.: Педагогическое общество России, 2005.
9. Погосова Н.М. Погружение в сказку. Коррекционно – развивающая программа для детей. – СПб.: Речь, 2006.
10. Преподавание психологии в школе. 3-11-й класс: Учеб.-метод. Пособие/под ред. И.В. Дубровиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2007.
11. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Начальная школа/ сост. Е.С.Савинов. М.: Просвещение, 2010
12. Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников. - М.: Гуманит. изд. центр «Владос», 2001 г.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: Психотерапевтические упражнения коррекционные программы. - М- Новая школа, 1995
14. Хухлаева О.В. Тропинка к своему «Я»: уроки психологии в начальной школе (1 – 4). – М.: «Генезис», 2006.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
2. «Психея», режим доступа: <http://www.psycheya.ru>
3. Библиотека сайта «Psychology.ru: Психология на русском языке, режим доступа: <http://www.psychology.ru/Library>
4. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
5. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psyncatalog.ru>
6. «Популярная психология», режим доступа: <http://karpowwww.narod.ru/>
7. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие» , режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>.
8. Брестское городское общественное объединение профессиональных психологов, режим доступа: <http://psybrest.iatp.by/bratus.htm>
9. «ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
10. Журнал «Психология», режим доступа: <http://www.psychology.su/>
11. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>