

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3 ГОРОДА КИНЕЛЯ ГОРОДСКОГО
ОКРУГА КИНЕЛЬ САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ**

РАССМОТРЕНО
методическим
объединением учителей
Протокол № 4
от «10» июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
зам.директора по УВР
Н.В.Клементьева
Протокол №10
от «29» июня 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор
Е.В. Белянская
Приказ № 229-ОД
от «30» июня 2022 г.

**Беля
нская
Е.В.**

Подписан: Белянская Е.В.
DN: C=RU, O=ГБОУ СОШ
№ 3 города Кинеля,
CN=Белянская Е.В.,
E=belyankakinel@mail.ru
Основание: Я являюсь
автором этого документа
Местоположение: место
подписания
Дата: 2022.06.30 16:04:
46+04'00'
Foxit Reader Версия:
10.1.1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«ТРОПИНКА К СВОЕМУ Я»
1-4 КЛАСС**

Составила: учитель
Николаева Л.С.

2022 год

Пояснительная записка

Целью психологического сопровождения по ФГОС является создание социально – психологических условий для развития личности учащихся и их успешного обучения. Внеурочная деятельность является одним из таких условий. 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.

Кружок «Тропинка к своему Я» - это комплекс психологических занятий в начальной школе направленных на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы, благоприятной для развития школьника.

Рабочая программа разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему Я» кандидата психологических наук О.В.Хухлаевой (Уроки психологии в начальной школе).

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, и Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования для обучающихся с ОВЗ. Отличительными особенностями программы является то, что она способствует достижению личностных и метапредметных результатов учеником начальной школы.

Курс «Тропинка к своему Я» способствует достижению следующих личностных результатов :

1. формирование у учащегося готовности и способности к саморазвитию,
2. развитие мотивации к обучению и познанию,
3. овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
4. принятие и освоение социальной роли обучающегося,
5. развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,
6. развитие эмоционально-волевой сферы, в том числе доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и сопереживания чувствам других людей;
7. развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

А также помогает формированию метапредметных достижений, включающих освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться:

1. овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности;
2. освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
3. формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

4. формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
5. освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии
6. готовность слушать собеседника и признавать возможность существования различных точек зрения, излагать свое мнение, свою точку зрения и оценку событий;
7. формирование умения договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
8. готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками. Программа рассчитана на 1-4 классы, на 136 часов, по 1 часу в неделю.

Формы организации занятий

Для успешной реализации используются групповые занятия, и подгрупповые по 12-14 человек. Индивидуальные занятия необходимы тоже для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе.

Методы используемые на занятиях:

1. Игровые методы
2. Арт-терапия
3. Сказкотерапия
4. Создание личного портфолио занятий с продуктами деятельности
5. Работа в раздаточных материалах из рабочих тетрадей для учащихся начальной школы «Тропинка к своему Я»

Формы психологического контроля

Формы психологического 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. Возраст: 9—10 лет. 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

Планируемые результаты освоения программы

К концу обучения курса учащиеся получают возможность:

	Личностные результаты	Метапредметные результаты	Предметные результаты
Знать	<ul style="list-style-type: none"> – о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками; - правила общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению. 	<ul style="list-style-type: none"> - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; - иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами. 	<ul style="list-style-type: none"> -осознавать собственную полезность и ценность; - основные способы психологического взаимодействия между людьми; - приемы повышения собственной самооценки; - осознание своего места в мире и обществе;
Уметь	<ul style="list-style-type: none"> – анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели - налаживать контакт с 	<ul style="list-style-type: none"> - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей - адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; 	<ul style="list-style-type: none"> - работать в группе, в коллективе. -получать удовольствие от процесса познания -преодолевать возникающие в школе трудности

	<p>людьми;</p> <p>-соблюдать правила игры и дисциплину;</p> <p>- правильно взаимодействовать с партнерами по команде</p> <p>- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.</p>	<p>- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;</p> <p>- формулировать собственное мнение и позицию;</p> <p>- находить свое место в школьной жизни;</p>	<p>- справляться с неудачами;</p> <p>-осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние;</p> <p>-взаимодействовать с учителем, сверстниками</p> <p>- адекватно анализировать собственные проблемы;</p>
Применять	<p>- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия;</p> <p>-подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.</p> <p>- знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития</p>	<p>- полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед неудачей;</p> <p>- приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;</p>	<p>- полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения;</p> <p>- полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;</p> <p>- через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления</p>

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

1 класс

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

1. уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя,
2. учиться исследовать свои качества и свои особенности,
3. учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя,
4. учиться наблюдать, моделировать ситуацию с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

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

2 класс

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

1. находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото),
2. делать выводы в результате совместной работы в группе,
3. учиться графически оформлять изучаемый материал,
4. моделировать различные жизненные и учебные ситуации,
5. усваивать разные способы запоминания информации.

Коммуникативные УУД:

1. учиться позитивно, проявлять себя в общении,
2. учиться договариваться и приходить к общему решению,
3. учиться понимать эмоции и поступки других людей,
4. овладевать способами позитивного разрешения конфликтов.

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

1. осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением,
2. извлекать необходимую информацию из текста,
3. определять и формулировать цель в совместной работе,
4. учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях,
5. осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит,

6. реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми,
7. планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого,
8. соотносить результат с целью и оценивать его.

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

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

Содержание учебного предмета (курса) 1 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Я - школьник	16	-	8	-	-
2.	Мои чувства	18	-	14	-	-
	ИТОГО	34	-	22	-	-

Основная форма организации учебной деятельности - групповые занятия, работа в микрогруппах и в парах. В групповые занятия включаются игровые и двигательные задания. Программа 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. Поэтому главной задачей занятий становится содействие развитию рефлексии учащихся, помощь в осознании ими своих эмоциональных состояний.

2 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Вспомним чувства	6	-	4	-	-
2.	Чем люди отличаются друг от друга?	16	-	10	-	-
3.	Какой я? Какой ты?	12	-	6	-	-
	ИТОГО	34	-	20	-	-

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 рефлексия. 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 неуспешность.

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

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Я - фантазер	10	-	2	-	-
2.	Я и моя школа	6	-	4	-	-
3.	Я и мои родители	4	-	2	-	-
4.	Я и мои друзья	6	-	2	-	-
5.	Что такое сотрудничество?	8	-	2	-	-

ИТОГО	34	-	12	-	-
-------	----	---	----	---	---

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 особенной составляющей личности, которую психологи называют «внутренним ребенком».

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.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

4

4 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
1.	Кто я? Мои силы, мои возможности.	12	-	8	-	-
2.	Я расту, я изменяюсь.	4	-	2	-	-
3.	Мое будущее. Каким я хотел стать в будущем.	6	-	2	-	-
4.	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно?	4	-	2	-	-
5.	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно?	8	-	4	-	-
	ИТОГО	34	-	18	-	-

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру и интереса к общению со сверстниками. 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. Поэтому целый ряд занятий посвящен обсуждению вопросов взаимоотношений в классе.

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.

Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением близкого и отдаленного будущего. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста, и, это может породить страх взросления. Поэтому дополнительными задачами этих занятия является снятие тревоги и побуждение к учебной активности.

Последние занятия полностью посвящены процессу перехода в 5 класс.

Календарно-тематическое планирование 1 класс

№ урок а	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты	Виды/ формы контроля
	по плану	по факту				
Раздел (блок) 1. Я - школьник - 16 часов						
1-2			Знакомство. Я умею управлять собой.	Входная диагностика, занятие с элементами тренинга	овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;	анкетирование
3-4			Я умею преодолевать трудности	Занятие с элементами тренинга	учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя, осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению	рефлексия
5-6			Я умею слушать других.	Занятие с элементами тренинга	учиться работать в паре и в группе	рефлексия
7-8			Я умею учиться на ошибках.	Диагностика	учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников	рефлексия
9-10			Я умею быть доброжелательным, ласковым.	Занятие с элементами тренинга	учиться позитивно, проявлять себя в общении, графически оформлять изучаемый материал, моделировать различные жизненные и учебные ситуации, учиться понимать эмоции и поступки других людей	опрос, рефлексия

11-12			Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе с другими и слышать мнение другого.	Занятие с элементами тренинга	осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением, определять и формулировать цель в совместной работе, учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях	рефлексия
13-16			Я учусь решать конфликты	Занятие с элементами тренинга	осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит, учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах, учиться работать в паре и в группе уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя, учиться исследовать свои качества и свои особенности	рефлексия
Раздел (блок) 2. Мои чувства - 18 часов						
17-18			Радость. Что такое мимика. Как ее доставить другому человеку.	Занятие с элементами тренинга	планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого, соотносить результат с целью и оценивать его извлекать необходимую информацию из текста, определять и формулировать цель в совместной работе, учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях	опрос
						рефлексия
19-20			Жесты.	Занятие с элементами тренинга	реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми	рефлексия

21-22			Радость можно передать прикосновением, взглядом.	Занятие с элементами тренинга	планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого, соотносить результат с целью и оценивать его, осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит	рефлексия
23-24			Грусть.	Занятие с элементами тренинга	обогащать представление о собственных возможностях и способностях	рефлексия
25-26			Страх, его относительность. Как справиться со страхом.	Занятие с элементами тренинга	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	рефлексия
27-28			Страх и как его преодолеть.	Диагностика	адекватно воспринимать оценку учителя	рефлексия
29-30			Гнев. С какими чувствами он дружит? Может ли гнев принести пользу?	Занятие с элементами тренинга	ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии, учиться контролировать свою речь и поступки, учиться толерантному отношению к другому мнению	рефлексия
31-32			Обида .Разные чувства.	Занятие с элементами тренинга	учиться самостоятельно решать проблемы в общении, учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге, осознавать необходимость признания и уважения прав других людей, учиться формулировать своё собственное мнение и позицию.	анкетирование наблюдение, рефлексия
33-34			Подведем итоги	Диагностика	учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта	

Тематическое планирование

2 класс.

№	Тема (цели)	Занятие (тема)	Кол-во часов
1	Вспомним чувства. (6 часов) Цель - актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.	1. Мы рады встрече.	2
		2. Понимаем чувства другого.	2
		3. Мы испытываем разные чувства.	2
2	Чем люди отличаются друг от друга? (16 часов) -Цели: ознакомить детей с понятием «качества людей», -помочь исследовать свои качества, изучить свои особенности	4. Люди отличаются друг от друга своими качествами.	2
		5. Хорошие качества людей.	2
		6. Кто такой сердечный человек.	2
		7. Кто такой доброжелательный человек. Трудно ли быть доброжелательным человеком.	2
		8. «Я желаю добра ребятам в классе»	2
		9. Какие качества нам нравятся друг в друге.	2
		10. Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	2
		11. Каждый человек уникален	2
3	Какой Я – Какой Ты? (12 часов) Цели:	12. Какой Я?	2
		13. Какой Ты? Учимся договариваться.	2
		14. Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	2

- помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств; - учить детей находить положительные качества во всех людях.	15. Школьные трудности.	2
	16. Домашние трудности.	2
	17. Итоговое занятие.	2
Итого		34 ч

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 творческих 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.

К окончанию третьего учебного года дети способны брать на себя роль ведущего в знакомых психологических играх и упражнениях, быть внимательным к остальным участникам, уметь договариваться с ними об условиях игры, давать внятные инструкции, контролировать ход выполнения заданий. Взрослый ведущий старается провести через лидерские роли как можно больше детей группы, чтобы каждый ощутил психологическую разницу между положениями лидера и исполнителя на самом себе.

Тематическое планирование

3 класс.

№	Тема (цели)	Занятия (темы)	Кол-во часов
1	Я - фантазер. (10 часов) Цели: - помочь детям осознать ценность умения фантазировать; - развивать творческие способности детей	1. Я - третьеклассник.	2
		2. Кого можно назвать фантазером? Я умею фантазировать!	2
		3. Мои сны	2
		4. Я умею сочинять! Мои мечты	2
		5. Фантазии и ложь	2
2	Я и моя школа. (6 часа)	6. Я и моя школа. Я и мой учитель	2
		7. Что такое лень?	2

	<p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - помочь детям осознать особенности позиции ученика; - предоставить учащимся возможность отреагировать свои чувства в отношении учителя; -помочь детям принять учителя таким, какой он есть. 	8. Как справиться с «Немогучками»	2
3	<p>Я и мои родители. (4 часа)</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - помочь детям осознать требования родителей, сопоставить их со своими возможностями и желаниями; - обучить детей способам разрешения конфликтов с родителями. 	9. Я и мои родители.	2
		10. Почему родители наказывают детей? Я умею просить прощения.	2
4	<p>Я и мои друзья. (6 часа)</p> <p>Цели:</p> <ul style="list-style-type: none"> - помочь детям осознать качества настоящего друга; -подвести учащихся к осознанию собственного умения дружить. 	11. Настоящий друг.	2
		12. Умею ли я дружить? Трудности в отношении с друзьями.	2
		13. Ссора и драка.	2
5	<p>Что такое сотрудничество? (8 часов)</p> <p>Цель – дать детям представление о понятии «сотрудничество».</p>	14. Что такое сотрудничество?	2
		15. Я умею понимать другого , умею договариваться с людьми.	2

	16. Что такое коллективная работа? Мы умеем действовать сообща.	2
	17. Итоговое занятие.	2
Итого		34 ч

4 класс.

Главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру и интереса к общению со сверстниками. 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. Поэтому целый ряд занятий посвящен обсуждению вопросов взаимоотношений в классе.

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.

Особое место занимают занятия, связанные с обсуждением близкого и отдаленного будущего. Наблюдая за трудной жизнью родителей, подростки понимают, что постепенно выходят из детского возраста, и, это может породить страх взросления. Поэтому дополнительными задачами этих занятия является снятие тревоги и побуждение к учебной активности.

Последние занятия полностью посвящены процессу перехода в 5 класс.

Тематическое планирование

4 класс.

№ п/п	Тема (цели)	Занятие (тема)	Кол-во часов
-------	-------------	----------------	--------------

1	Кто Я? Мои силы, мои возможности. (12 часов) Цели: - помочь детям усвоить понятие «способности», исследовать свои способности и возможности; - помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость.	1. Мое лето.	2
		2. Кто Я?	2
		3. Мои способности, мой выбор, мой путь к успеху	2
		4. Мой внутренний мир и мои друзья	2
		5. Мои интересы	2
		6. Что значит верить?	2
2	Я расту, я изменяюсь (4 часа) Цели: - помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения; - помочь детям научиться планировать цели и пути самоизменения.	7. Мое детство, мои друзья.	2
		8. Мои одноклассники. Конфликты в классе	2
3	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (6 часа) 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»	9. Мое настоящее и будущее.	2
		10. Моя будущая профессия	2
		11. Мое ближайшее будущее 5 класс	2
4	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (4 час) Цель – помочь детям осознать понятие «Интеллигентный человек», обсудить проблему идеалов.	12. Кто такой интеллигентный человек? Хочу вырасти интеллигентным человеком.	4

5	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (8 часа) 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.	13. Кто такой свободный человек?	1
		14. Права и обязанности школьника	2
		15. Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	2
		16. Как разрешать конфликты мирным путем?	2
		17. Итоговое занятие.	1
	Итого		34 ч

Литература:

1. Федеральный государственный стандарт начального общего образования
2. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе (1-4). М., 2014г
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. М., 2006.
4. И.В.Стишенок. Сказка в тренинге. Коррекция, развитие, личностный рост..-Спб.:Речь,2006
5. Н.В.Самоукина. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы.-Ярославль:Академия развития, 2004.
6. Аллан Дж. Ландшафт детской души. СПб. – Минск, 1997.
7. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М., 1990.
8. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. М., 1980.
9. Вайсен Р. и др. Обучение жизненным навыкам в школах. М., 1996.
10. Жизненные навыки / Под. ред. С.В. Кривцовой. М., 2002. Панфилова М.А. Игротерапия общения. М., 2000.
11. Мухина В.С. Детская психология. М., 1997.
12. Оклендер В. Окна в мир ребёнка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
13. Психическое здоровье детей и подростков в контексте психологической службы / Под. ред. И.В. Дубровиной. Екатеринбург, 2000.

14. Практическая психология образования / Под. ред. И.В. Дубровиной. М.,1998.
15. Руководство практического психолога: Психическое здоровье детей и подростков / Под. ред. А.Д. Андреевой. М., 1997.
16. Система психологического сопровождения образовательного процесса в условиях внедрения ФГОС // Сост. И.В. Возняк, И.М. Узянова, С.В.Лебедева и др. Волгоград, 2013.
17. Ветрова В.В. Уроки психологического здоровья. М., 2001.
18. Флейк-Хобсон К. и др. Мир входящему. Развитие ребёнка и его отношения с окружающими. М., 1992.