Документ подписан ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Владелец: Головкина Татьяна Владимировна

Должность: Директор

Дата подписи: 01.09.2021

МБОУ Гимназия №91 имени М.В.Ломоносова

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрено:  На заседании кафедры  Протокол №\_\_\_\_  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | Согласовано:  На НМС  Протокол №\_\_\_\_  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. | Утверждено:  Директор МБОУ Гимназия №91 им. М.В.Ломоносова  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Головкина Т.В.  «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_\_г. |

Образовательная программа

дополнительного образования

***«Тропинка к своему Я»***

**Направленность**: художественная

**Возраст учащихся**: 1 класс

**Срок реализации**: 1 год

**Составитель:**

педагог дополнительного

образования

Яблокова Е.И.

2021 год

**Пояснительная записка**

**Направленность программы**: художественная.

**Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность:** *Актуальность*. Современная система образования ставит приоритетную задачу полноценного развития ребенка, которую возможно решить только при наличии у ребенка психологических знаний о себе, своих личных и возрастных особенностях и правилах грамотного взаимодействия с социумом.

Школьные годы являются сенситивным периодом для приобщения человека к психологической культуре. В современного парадигме образования акцент сделан на социализацию подрастающего поколения, но социализация как процесс освоения социально-культурного опыта и формирования социальной компетентности будет продуктивным и полноценным только в особом культурно-образовательном пространстве, способствующему психологическому здоровью личности. Ибо только здоровая личность способна проявлять познавательную активность и адекватно реагировать на изменения в нашем быстроменяющемся мире.

*Новизна*. В связи с вышесказанным, считается целесообразным психолого-педагогическое сопровождение ФГОС, основанное на практике психологического просвещения и возможно даже обучения с 1 класса школы.

**Цель программы обучения**: научить ребенка использовать психологические знания для быстрой и максимально безболезненной адаптации и адекватного взаимодействия со сверстниками и взрослыми в социуме.

**Задачи программы обучения:**

1. Формирование позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки
2. Снижение уровня школьной тревожности
3. Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых требований
4. Формирование психологической готовности к обучению, работа над личностными, регулятивными и коммуникативными УУД
5. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностых отношений со сверстниками и взрослыми
6. Формирование социально приемлемых форм поведения в обществе.

**Отличительные особенности дополнительной образовательной программы**:

**Возраст детей, участвующих в реализации данной программы**: 1 класс (6-8 лет)

**Срок реализации программы**: 1 год

**Формы и режим занятий**: Занятия проходят 1 раз в неделю, продолжительность занятий 30 минут (по нормам для учащихся 1 классов), всего 33 занятия в год.

*Педагогические средства*

* Специально организованные занятия.
* Физкультминутки.
* Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
* Работа с книгой.
* Инсценировки
* Диагностика и контроль.

*Формы работы.*

* Тренинги
* Беседы и дискуссии
* Игры (словесные, подвижные, сюжетно-ролевые, с куклами и игрушками)
* Релаксационные упражнения
* Психигимностические этюды и элементы.
* Работа с книгой
* Работа с притчами,сказками

**Ожидаемые результаты и способы определения их результативности**:

**Личностные универсальные учебные действия (УУД)**

**Общая характеристика:** обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию обучающихся и ориентацию в социальных ролях, межличностных отношениях:

**Виды личностных УУД:**

1. Личностное, профессиональное, жизненное самоопределение.
2. Смыслообразование — поиск и установление личностного смысла учения (т.е. «значения для себя»), понимание границ того, «что я знаю» и «что я не знаю», стремление к преодолению разрыва между этими областями.
3. Нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания исходя из социальных и лич­ностных ценностей.

**Коммуникативные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей – партнеров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

**Виды коммуникативных УУД:**

1. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверст­никами — определение цели, функций участников, спосо­бов взаимодействия.
2. Постановка вопросов — инициативное сотрудничество в по­иске и сборе информации.
3. Разрешение конфликтов — выявление, идентификация про­блемы, поиск и оценка альтернативных способов разреше­ния конфликта, принятие решения и его реализация.
4. Управление поведением партнера — контроль, коррекция, оценка его действий.
5. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими норма­ми родного языка, современных средств коммуникации.

В этой связи обучающийся начальной школы ***научится:***

* адекватно использовать речевые средства для решения раз­личных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи;
* допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации раз­личных позиций в сотрудничестве;
* формулировать собственное мнение и позицию;
* договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения ин­тересов;
* строить понятные для партнера высказывания, учитывающие, что партнер знает и видит, а что нет;
* задавать вопросы;
* контролировать действия партнера;
* использовать речь для регуляции своего действия.

**Регулятивные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают обучающимся организацию своей учебной деятельности.;

**Виды регулятивных УУД:**

1. Целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что еще неизвестно.

2. Планирование — определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий.

1. Прогнозирование — предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик.
2. Контроль — сличение способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и от­личий от эталона.
3. Коррекция — внесение необходимых дополнений и коррек­тив в план и способ действия в случае расхождения эта­лона, реального действия и его результата с учетом оценки этого результата самим обучающимся, учителем, товари­щами.
4. Оценка — выделение и осознание обучающимся того, что уже усвоено и что еще нужно усвоить, осознание качества и уров­ня усвоения; оценка результатов работы.
5. Саморегуляция как способность к мобилизации сил и энер­гии, к волевому усилию (к выбору в ситуации мотивационного конфликта) и преодолению препятствий.

В этой связи обучающийся начальной школы ***научится****:*

• принимать и сохранять учебную задачу;

* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
* осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
* вносить необходимые коррективы в действие после его за­вершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата, использовать запись (фиксацию) в цифровой форме хода и результатов решения задачи, собственной звучащей речи на русском, родном и ино­странном языках;
* оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результа­тов требованиям данной задачи и задачной области;
* адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

**Познавательные УУД**

**Общая характеристика:** обеспечивают возможность познания предметного и социального мира; включают общеучебные, логические УУД, а также УУД, связанные с постановкой и решением проблемы.

**Виды познавательных УУД:**

1. Анализ объектов с целью выделения признаков (существен­ных, несущественных).
2. Синтез — составление целого из частей, в том числе само­стоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов.
3. Выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов.
4. Подведение под понятие, выведение следствий.
5. Установление причинно-следственных связей, представле­ние цепочек объектов и явлений.
6. Построение логической цепочки рассуждений, анализ истинности утверждений.
7. Доказательство, выдвижение гипотез и их обоснование.
8. Формулирование проблемы.
9. Самостоятельное создание способов решения проблем твор­ческого и поискового характера.

В этой связи обучающийся начальной школы ***научится:***

• осуществлять анализ объектов с выделением существенных  
**и** несущественных признаков;

* осуществлять синтез как составление целого из частей;
* проводить сравнение, сериацию и классификацию по задан­ным критериям;
* обобщать, т. е. осуществлять генерализацию и выведение об­щности для целого ряда или класса единичных объектов на основе выделения сущностной связи;
* осуществлять подведение под понятие на основе распознавания объектов, выделения существенных признаков и их синтеза;
* устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
* строить рассуждения в форме связи простых суждений об объек­те, его строении, свойствах и связях, устанавливать аналогии.

**Формы подведения итогов реализации программы**: создание и презентация групповых коллажей.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела | Всего часов | Теоретические | Практические |
| 1 | Я теперь школьник! | 6 | 1 | 5 |
| 2 | Введение в мир психологии | 7 | 2 | 5 |
| 3 | Психика в познании мира | 6 | 1 | 5 |
| 4 | Темперамент и характер | 7 | 2 | 5 |
| 5 | Я и мои эмоции | 7 | 2 | 5 |
|  | *Итого* | *33* | *8* | *25* |

**Содержание программы**

*Раздел 1. Я теперь школьник – 6 часов.*

Знакомство.

Знакомство друг с другом, введение в игровую атмосферу

1. Приветствие по кругу
2. Упражнение «Давайте знакомиться»
3. Упражнение «Прошепчи свое имя»
4. Представление по кругу
5. Упражнение «Я люблю… А вы?»
6. Домашнее задание

Знакомство продолжается

Создание условий для самораскрытия и мотивирование на взаимопонимание

1. Приветствие в парах
2. Упражнение «Снежный ком»
3. Визитка
4. Представление визиток
5. Упражнение «Паровозик и вагончики»
6. Упражнение «Расскажи о себе»
7. Домашнее задание

Знакомство со школой

Знакомство с правилами школьной жизни и занятий

1. Взялись за руки
2. Проверка домашнего задания
3. Правила наших занятий
4. Новичок в школе
5. План школы
6. Упражнение «Путаница»
7. Домашнее задание

Я теперь школьник

Знакомство с правилами школьной жизни и занятий

1. Упражнение «Надувная кукла»
2. Игра «Ты кто?»
3. Проверка домашнего задания
4. Что значит быть школьником?
5. Кто есть кто?
6. Вспомни правила наших занятий
7. Упражнение «Путаница»
8. Домашнее задание

Что значит быть школьником?

Помощь в осознании социальной позиции школьника

1. Угадай визитку
2. Проверка домашнего задания
3. Знакомство с Пси – Магом
4. Упражнение «Путаница»
5. Подведение итогов
6. Домашнее задание

Знакомство с Пси - Магом

Создание мотивации на познание самих себя и дача первоначальных представлений о психической реальности

1. Угадай визитку
2. Проверка домашнего задания
3. Знакомство с Пси – Магом
4. Упражнение «Путаница»
5. Подведение итогов
6. Домашнее задание

*Введение в мир психологии – 7 часов*

Королевство Внутреннего мира

Поддержание мотивации на познание себя и одноклассников, создание представления о специфике психической реальности

1. Необычное приветствие
2. Проверка домашнего задания
3. Время книги
4. Чтение и анализ текста «Отражение Кари в волшебных зеркалах»
5. Чтение и анализ текста «Новое отражение Кари в волшебных зеркалах»

6.Домашнее задание

Сказка о волшебных зеркалах - 1

Укрепление интереса к самопознанию, знакомство с основными составляющими Я-образа, развитие самоанализа и рефлексии

1. Упражнение «Пусть пересядут те, кто…»
2. Проверка домашнего задания
3. Время книги
4. Какое зеркало я хочу?
5. Упражнение «Паровозик и вагончики»
6. Домашнее задание

Сказка о волшебных зеркалах - 1

Укрепление интереса к самопознанию, знакомство с основными составляющими Я-образа, развитие самоанализа и рефлексии

1. Какой я в зеркале?
2. Рисуем себя.
3. Упражнение «Постройся по…»

Сказка о волшебных зеркалах - 2

Укрепление интереса к самопознанию, знакомство с основными составляющими Я-образа, развитие самоанализа и рефлексии

1. Упражнение «Постройся в ряд по признаку»
2. Соревнование знатоков
3. Упражнение «Мои плюсы и минусы»
4. Проверка домашнего задания
5. Упражнение «Атомы»
6. Мое отражение в волшебных зеркалах
7. Я на лесенках характера

8.Домашнее задание

Что я знаю о себе?

Актуализация рефлексивной позиции, развитие потребности в самоанализе и рефлексии

1. Упражнение «Постройся в ряд по признаку»
2. Проверка домашнего задания
3. Упражнение «Как расселить людей в домах?»
4. Три дома
5. Самый – самый

6.Домашнее задание

Что я знаю о себе и других?

Помочь посмотреть на себя глазами других

1. Это я. Это мое.
2. Проверка домашнего задания
3. Я – это кто?
4. Поддерживающие руки
5. Рассказ о своем Я
6. Самый – самый
7. Упражнение «Атомы»

8.Домашнее задание

Я – это кто?

Помощь в осознании собственной уникальности и себя самого в прошлом, настоящем и будущем, развитие способности к самоанализу и рефлексии

1. Это я. Это мое.
2. Проверка домашнего задания
3. Я – это кто?
4. Поддерживающие руки
5. Рассказ о своем Я
6. Самый – самый
7. Упражнение «Атомы»
8. Домашнее задание

*Психика и познание мира – 6 часов*

Мои ощущения

Показ роли ощущений в познании окружающего мира, развитие осознания различных видов ощущений

1. Беседа «Мои ощущения»
2. Самый «ощутимый» предмет
3. Мое восприятие мира
4. Я вижу то, что слышу
5. Чудесный мешочек
6. Семь гномов

7.Домашнее задание

Мое восприятие мира

Содействие осознанию уникальности собственного восприятия окружающего мира

1. Проверка домашнего задания
2. Рисунок Королевства Внутреннего Мира
3. Проверь себя
4. Внимателен ли я?
5. Время книги
6. Подведение итогов
7. Домашнее задание

Мое внимание

Содействие осознанию актуального состояния своего внимания, развитие внимательности

1. Проверка домашнего задания
2. Самый внимательный
3. Лучик внимания
4. Что значит быть внимательным?
5. Внимателен ли я: работа над ошибками
6. Оцени свою работу
7. Домашнее задание

Как быть внимательным?

Развитие умения замечать свои ошибки, концентрацию, устойчивость, распределение и переключение внимания

1. Лучик внимания
2. Для чего мне нужна внимательность?
3. Буквы алфавита
4. Печатаю на компьютере
5. Зеваки
6. Оцени свою работу
7. Самый-самый

8.Домашнее задание

Развиваем свое внимание

Помощь в осознании значимости целенаправленного сосредоточения внимания для достижения успеха, активизация и развитие произвольного внимания

1. Лучик внимания
2. Кто слов больше запомнит?
3. Проверка домашнего задания
4. Буквы алфавита
5. Печатаю на компьютере
6. Кто что делает?
7. Кто больше слов запомнит?
8. Оцени свою работу

Я умею быть внимательным

Мотивирование на развитие собственного внимания, развитие произвольного внимания и наблюдательности

1. Лучик внимания
2. Кто слов больше запомнит?
3. Проверка домашнего задания
4. Буквы алфавита
5. Печатаю на компьютере
6. Кто что делает?
7. Кто больше слов запомнит?
8. Оцени свою работу

*Темперамент и характер- 7 часов*

Что такое темперамент?

Содействие осознанию индивидуальных различий между людьми, знакомство с психологическими особенностями различных типов темперамента

1. Проверка домашнего задания
2. Беседа «Типы темперамента»
3. Разыгрывание сценок из сказки о типах темперамента
4. Время книги
5. Домашнее задание

Типы темперамента

Осознание уникальности и неповторимости каждого человека, мотивирование на познание особенностей своего темперамента, развитие умения различать его типы

1. Лучик внимания: все люди разные
2. Разные люди – разные типы темперамента
3. Шляпа
4. Проверка домашнего задания
5. Время книги
6. Разыгрывание сценок
7. Игра – импровизация «Нет мороженого»

8.Домашнее задание

Разные люди – разные типы темперамента

Закрепление умения различать типы темперамента, осознание собственной уникальности, развитие экспрессивных возможностей

1. Коллективный счет
2. Беседа «О характере»
3. Назови противоположную черту характера
4. Сказочный художник
5. Время книги
6. Мое дерево – характер
7. Игра «И я…»
8. Домашнее задание

Разные люди – разные характеры

Обогащение словарного запаса, развитие умения описывать черты характера

1. Коллективный счет
2. Проверка домашнего задания
3. Хорошие и плохие черты характера
4. Что такое хороший характер? Что такое плохой характер?
5. Знатоки черт характера
6. Зеркало
7. Мое отражение в озере
8. Мой психологический портрет
9. Игра «И я…»

10.Домашнее задание

Какой у меня характер?

Мотивирование на осознание черт собственного характера, актуализация представлений о хороших и плохих чертах характера

1. Проверка домашнего задания
2. У кого такой характер?
3. Сказочный художник
4. Хороший – плохой характер
5. Царевна – Несмеяна
6. Разыгрывание этюдов
7. Мои одноклассники и сказочные персонажи
8. Я и сказочные персонажи

9.Домашнее задание

Какой характер у других?

Мотивирование на осознание черт собственного характера, актуализация представлений о хороших и плохих чертах характера

1. Солнце и планеты
2. Круг моих качеств
3. Проверка домашнего задания
4. Презентация сказочных героев
5. От поступков к характеру
6. Разыгрывание сценок
7. Лесенки характера
8. Я на лесенках характера
9. Домашнее задание

Мой характер: оценим недостатки

Содействие осознанию непривлекательных черт своего характера за счет получения обратной связи, развитие рефлексивных способностей и способностей оценивать других

1. Солнце и планеты
2. Круг моих качеств
3. Проверка домашнего задания
4. Презентация сказочных героев
5. От поступков к характеру
6. Разыгрывание сценок
7. Лесенки характера
8. Я на лесенках характера
9. Домашнее задание

*Я и мои эмоции – 7 часов*

Что такое эмоции?

Мотивирование на познание собственного эмоционального мира, осознание собственных эмоций

1. От улыбки станет всем теплей
2. Покажи и угадай эмоцию
3. Какие бывают эмоции?
4. Передача эмоций по кругу
5. Подведение итогов

6.Домашнее задание

Какие бывают эмоции?

Расширение активного словаря для обозначения эмоций, мотивирование на понимание собственных и чужих эмоций, развитие способности к их «прочтению»

1. Передай эмоцию
2. Список эмоций
3. Определи эмоцию
4. Сценки
5. Подведение итогов
6. Домашнее задание

Конкурс чувствоведов

Расширение активного словаря для обозначения эмоций, мотивирование на понимание собственных и чужих эмоций, развитие способности к их «прочтению»

1. Заколдованная принцесса
2. Проверка домашнего задания
3. Наши эмоции
4. Этюды
5. Что я чувствую, слушая музыку?
6. Опрос по пройденному материалу

7.Домашнее задание

Что я знаю о своих эмоциях?

Осознание богатства и уникальности собственного эмоционального мира, развитие способности к дифференцировке различных эмоций и выражению свих эмоций через рисунок

1. Проверка домашнего задания
2. Что есть в королевстве внутреннего мира?
3. Мой рисунок Королевства внутреннего мира

Королевство Внутреннего мира

Все мы разные – но, мы вместе

Стимулирование интереса к самопознанию, содействие осознанию содержания собственной психической реальности, развитие рефлексии

1. Составление коллажа

Мы все разные

1. Составление «классного древа»
2. Сердце нашего класса
3. Создание группового коллажа

Подведение итогов

Рефлексия, дарим подарки

**Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы**

* мячик,
* бумага
* цветные карандаши
* медальки
* альбом,
* картинки с изображением фрагментов дня школьника,
* кукла Пси-Маг
* книга «Сказки о самой душевной науке»
* набор значков
* рабочие тетради
* набор предметов с различным запахом,
* яркие предметы,
* набор мелких предметов,
* запись звуков моря,
* листы А4,
* секундомер,
* записи релаксационной и маршевой музыки, записи динамической и спокойной музыки
* аудиозапись эмоционально – насыщенных музыкальных фрагментов
* карточки с буквами
* карточки с названиями персонажей из «Сказки о типах темперамента»
* рисунок Бидструпа
* список сказочных героев
* карточки с названиями черт характера,
* карточки с описанием сценок
* набор карточек с названиями эмоций,
* тексты этюдов для разыгрывания
* карточки с психологическими понятиями,
* изображение гномов – ощущений,
* изображение Рыцарей темперамента,
* рисунок Дерева характера,
* рисунки эмоций

**Список литературы.**

1. Алябьева, Е.А. Психогимнастика в начальной школе. Методические материалы в помощь психологам и педагогам. [Текст] / Е.А.Алябьева–М. : ТЦ Сфера,2006. – С.88
2. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами.. Пособие для педагогов. – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.64
3. Аржакаева Т.А, И.В. Вачков,, А.Х. Попова. Психологическая азбука. Программа развивающих занятий в 1-м классе. 2-е изд. – М.: Генезис, 2013. – 144 с
4. Безруких, М.М., Макеева, А.Г., Филиппова,Т.А., Все цвета, кроме черного. Книга для родителей. [Текст] / М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова// В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами... – М. :Вентана-Графф, 2002. – С.32
5. Григорьев, Д.В., Степанов, П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. [Текст] / Д.В.Григорьев// Стандарты нового поколения: Пособие для учителя. – М. : Просвещение, 2011. – С.224

**Календарно-тематическое планирование 1-ых классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата** | **Тема занятия** | | **Кол-во часов** | **Задачи** | **Содержание** | **Планируемые результаты** | **Оборудование** |
| **Я теперь школьник** | | | | | | | | |
|  |  | Знакомство | | 1 | Знакомство друг с другом, введение в игровую атмосферу | 1. Приветствие по кругу 2. Давайте знакомиться 3. Прошепчи свое имя 4. Представление по кругу 5. Я люблю… А вы? 6. Домашнее задание | Эмоционально – положительное отношение к школе.  Адекватное осознанное представление о качествах хорошего ученика.  Принятие образца «хорошего ученика» как примера для подражания. | Мячик, бумага и цветные карандаши |
|  |  | Знакомство продолжается | | 1 | Создание условий для самораскрытия и мотивирование на взаимопонимание | 1. Приветствие в парах 2. Снежный ком 3. Визитка 4. Представление визиток 5. Паровозик и вагончики 6. Расскажи о себе 7. Домашнее задание | Бумага и цветные карандаши, мячик |
|  |  | Знакомство со школой | | 1 | Знакомство с правилами школьной жизни и занятий | 1. Взялись за руки 2. Проверка домашнего задания 3. Правила наших занятий 4. Новичок в школе 5. План школы 6. Путаница 7. Домашнее задание |  |
|  |  | Я теперь школьник | | 1 | 1. Надувная кукла 2. Ты кто? 3. Проверка домашнего задания 4. Что значит быть школьником? 5. Кто есть кто? 6. Вспомни правила наших занятий 7. Путаница 8. Домашнее задание | Бумага и цветные карандаши, правила занятий |
|  |  | Что значит быть школьником? | | 1 | Помощь в осознании социальной позиции школьника | 1. Угадай визитку 2. Проверка домашнего задания 3. Знакомство с Пси – Магом 4. Путаница 5. Подведение итогов 6. Домашнее задание | Бумага и цветные карандаши, мячик, медальки |
|  |  | Знакомство с Пси - Магом | | 1 | Создание мотивации на познание самих себя и дача первоначальных представлений о психической реальности | 1. Угадай визитку 2. Проверка домашнего задания 3. Знакомство с Пси – Магом 4. Путаница 5. Подведение итогов 6. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, картинки с изображением фрагментов дня школьника, мячик, Пси-Маг |
| **Введение в мир психологии** | | | | | | | | |
|  |  | Королевство Внутреннего мира | | 1 | Поддержание мотивации на познание себя и одноклассников, создание представления о специфике психической реальности | 1. Необычное приветствие 2. Проверка домашнего задания 3. Время книги 4. Отражение Кари в волшебных зеркалах 5. Новое отражение Кари в волшебных зеркалах 6. Домашнее задание | Способность к самопознанию и самооценке.  Зачатки личностной рефлексии. | Альбом, цветные карандаши, кукла Пси- Маг, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Сказка о волшебных зеркалах - 1 | | 1 | Укрепление интереса к самопознанию, знакомство с основными составляющими Я-образа, развитие самоанализа и рефлексии | 1. Пусть пересядут те, кто… 2. Проверка домашнего задания 3. Время книги 4. Какое зеркало я хочу? 5. Паровозик и вагончики 6. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Сказка о волшебных зеркалах - 1 | | 1 | 1. Какой я в зеркале? 2. Рисуем себя. 3. Постройся по… | Альбом, цветные карандаши, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Сказка о волшебных зеркалах - 2 | | 1 | 1. Постройся в ряд по признаку 2. Соревнование знатоков 3. Мои плюсы и минусы 4. Проверка домашнего задания 5. Атомы 6. Мое отражение в волшебных зеркалах 7. Я на лесенках характера 8. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Что я знаю о себе? | | 1 | Актуализация рефлексивной позиции, развитие потребности в самоанализе и рефлексии | 1. Постройся в ряд по признаку 2. Проверка домашнего задания 3. Как расселить людей в домах? 4. Три дома 5. Самый – самый 6. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, набор значков |
|  |  | Что я знаю о себе и других? | | 1 | Помочь посмотреть на себя глазами других | 1. Это я. Это мое. 2. Проверка домашнего задания 3. Я – это кто? 4. Поддерживающие руки 5. Рассказ о своем Я 6. Самый – самый 7. Атомы 8. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши |
|  |  | Я – это кто? | | 1 | Помощь в осознании собственной уникальности и себя самого в прошлом, настоящем и будущем, развитие способности к самоанализу и рефлексии | 1. Это я. Это мое. 2. Проверка домашнего задания 3. Я – это кто? 4. Поддерживающие руки 5. Рассказ о своем Я 6. Самый – самый 7. Атомы 8. Домашнее задание | Рабочие тетради |
| **Психика и познание мира** | | | | | | | | |
|  |  | Мои ощущения | | 1 | Показ роли ощущений в познании окружающего мира, развитие осознания различных видов ощущений | 1. Беседа «Мои ощущения» 2. Самый «ощутимый» предмет 3. Мое восприятие мира 4. Я вижу то, что слышу 5. Чудесный мешочек 6. Семь гномов 7. Домашнее задание | Осознание и оценка особенностей своих ощущений, восприятия, внимания как причин уcпешности/ неуспешности учебной деятельности.  Стремление к самоизменению. | Рабочие тетради, набор предметов с различным запахом, яркий предмет, набор мелких предметов, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Мое восприятие мира | | 1 | Содействие осознанию уникальности собственного восприятия окружающего мира | 1. Проверка домашнего задания 2. Рисунок Королевства Внутреннего Мира 3. Проверь себя 4. Внимателен ли я? 5. Время книги 6. Подведение итогов 7. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, запись звуков моря, набор мелких предметов, листы А4, медали |
|  |  | Мое внимание | | 1 | Содействие осознанию актуального состояния своего внимания, развитие внимательности | 1. Проверка домашнего задания 2. Самый внимательный 3. Лучик внимания 4. Что значит быть внимательным? 5. Внимателен ли я: работа над ошибками 6. Оцени свою работу 7. Домашнее задание | листы А4, цветные карандаши, секундомер, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Как быть внимательным? | | 1 | Развитие умения замечать свои ошибки, концентрацию, устойчивость, распределение и переключение внимания | 1. Лучик внимания 2. Для чего мне нужна внимательность? 3. Буквы алфавита 4. Печатаю на компьютере 5. Зеваки 6. Оцени свою работу 7. Самый-самый 8. Домашнее задание | Альбом, цветные карандаши, релаксационная музыка |
|  |  | Развиваем свое внимание | | 1 | Помощь в осознании значимости целенаправленного сосредоточения внимания для достижения успеха, активизация и развитие произвольного внимания | 1. Лучик внимания 2. Кто слов больше запомнит? 3. Проверка домашнего задания 4. Буквы алфавита 5. Печатаю на компьютере 6. Кто что делает? 7. Кто больше слов запомнит? 8. Оцени свою работу | Альбом, цветные карандаши, записи релаксационной и маршевой музыки, карточки с буквами |
|  |  | Я умею быть внимательным | | 1 | Мотивирование на развитие собственного внимания, развитие произвольного внимания и наблюдательности | 1. Лучик внимания 2. Кто слов больше запомнит? 3. Проверка домашнего задания 4. Буквы алфавита 5. Печатаю на компьютере 6. Кто что делает? 7. Кто больше слов запомнит? 8. Оцени свою работу | Листы А4, цветные карандаши, записи релаксационной и маршевой музыки, карточки с буквами |
| **Темперамент и характер** | | | | | | | | |
|  |  | Что такое темперамент? | 1 | | Содействие осознанию индивидуальных различий между людьми, знакомство с психологическими особенностями различных типов темперамента | 1. Проверка домашнего задания 2. Беседа «Типы темперамента» 3. Разыгрывание сценок из сказки о типах темперамента 4. Время книги 5. Домашнее задание | Осознание и оценка особенностей своего темперамента и характера как причин успешности/ неуспешности общения в школе.  Позитивное самоотношение.  Ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей. | Листы А4, записи релаксационной и маршевой музыки, книга «Сказки о самой душевной науке» |
|  |  | Типы темперамента | 1 | | Осознание уникальности и неповторимости каждого человека, мотивирование на познание особенностей своего темперамента, развитие умения различать его типы | 1. Лучик внимания: все люди разные 2. Разные люди – разные типы темперамента 3. Шляпа 4. Проверка домашнего задания 5. Время книги 6. Разыгрывание сценок 7. Игра – импровизация «Нет мороженого»   Домашнее задание | Листы А4, книга «Сказки о самой душевной науке», карточки с названиями персонажей из «Сказки о типах темперамента» |
|  |  | Разные люди – разные типы темперамента | 1 | | Закрепление умения различать типы темперамента, осознание собственной уникальности, развитие экспрессивных возможностей | 1. Коллективный счет 2. Беседа «О характере» 3. Назови противоположную черту характера 4. Сказочный художник 5. Время книги 6. Мое дерево – характер 7. Игра «И я…» 8. Домашнее задание | Листы А4, записи релаксационной музыки, книга «Сказки о самой душевной науке», карточки с названиями типов темпераментов, рисунок Бидструпа |
|  |  | Разные люди – разные характеры | 1 | | Обогащение словарного запаса, развитие умения описывать черты характера | 1. Коллективный счет 2. Проверка домашнего задания 3. Хорошие и плохие черты характера 4. Что такое хороший характер? Что такое плохой характер? 5. Знатоки черт характера 6. Зеркало 7. Мое отражение в озере 8. Мой психологический портрет 9. Игра «И я…» 10. Домашнее задание | Альбом, записи релаксационной и динамической музыки, книга «Сказки о самой душевной науке», цветные карандаши, отличительные значки |
|  |  | Какой у меня характер? | 1 | | Мотивирование на осознание черт собственного характера, актуализация представлений о хороших и плохих чертах характера | 1. Проверка домашнего задания 2. У кого такой характер? 3. Сказочный художник 4. Хороший – плохой характер 5. Царевна – Несмеяна 6. Разыгрывание этюдов 7. Мои одноклассники и сказочные персонажи 8. Я и сказочные персонажи 9. Домашнее задание | Альбом, записи динамической и спокойной музыки, листы бумаги |
|  |  | Какой характер у других? | 1 | | 1. Солнце и планеты 2. Круг моих качеств 3. Проверка домашнего задания 4. Презентация сказочных героев 5. От поступков к характеру 6. Разыгрывание сценок 7. Лесенки характера 8. Я на лесенках характера 9. Домашнее задание | Альбом, список сказочных героев |
|  |  | Мой характер: оценим недостатки | 1 | | Содействие осознанию непривлекательных черт своего характера за счет получения обратной связи, развитие рефлексивных способностей и способностей оценивать других | 1. Солнце и планеты 2. Круг моих качеств 3. Проверка домашнего задания 4. Презентация сказочных героев 5. От поступков к характеру 6. Разыгрывание сценок 7. Лесенки характера 8. Я на лесенках характера 9. Домашнее задание |  | Альбом, карточки с названиями черт характера, карточки с описанием сценок |
| **Я и мои эмоции** | | | | | | | | |
|  |  | Что такое эмоции? | | 1 | Мотивирование на познание собственного эмоционального мира, осознание собственных эмоций | 1. От улыбки станет всем теплей 2. Покажи и угадай эмоцию 3. Какие бывают эмоции? 4. Передача эмоций по кругу 5. Подведение итогов 6. Домашнее задание | Осознание и оценка собственных эмоций как регуляторов межличностного взаимодействия.  Использование речевых и неречевых средств для выражения и понимания эмоций.  Зачатки эмпатии как понимания чувств других людей. | Альбом |
|  |  | Какие бывают эмоции? | | 1 | Расширение активного словаря для обозначения эмоций, мотивирование на понимание собственных и чужих эмоций, развитие способности к их «прочтению» | 1. Передай эмоцию 2. Список эмоций 3. Определи эмоцию 4. Сценки 5. Подведение итогов 6. Домашнее задание | Листы А4, карточки с названиями сказочных персонажей, медали |
|  |  | Конкурс чувствоведов | | 1 | 1. Заколдованная принцесса 2. Проверка домашнего задания 3. Наши эмоции 4. Этюды 5. Что я чувствую, слушая музыку? 6. Опрос по пройденному материалу 7. Домашнее задание | Набор карточек с названиями эмоций, тексты этюдов для разыгрывания, листы бумаги, медали |
|  |  | Что я знаю о своих эмоциях? | | 1 | Осознание богатства и уникальности собственного эмоционального мира, развитие способности к дифференцировке различных эмоций и выражению свих эмоций через рисунок | 1. Проверка домашнего задания 2. Что есть в королевстве внутреннего мира? 3. Мой рисунок Королевства внутреннего мира | Альбом, аудиозапись эмоционально – насыщенных музыкальных фрагментов |
|  |  | Королевство Внутреннего мира | | 1 | Стимулирование интереса к самопознанию, содействие осознанию содержания собственной психической реальности, развитие рефлексии |  | Альбом, кукла Пси-Мага, карточки с психологическими понятиями, изображение гномов – ощущений, изображение Рыцарей темперамента, рисунок Дерева характера, рисунки эмоций |
|  |  | Королевство Внутреннего мира | | 1 |  |  |
|  |  | Что есть в королевстве внутреннего мира | | 1 | Составление коллажа |  |
|  |  | Мы все разные  Составление «классного древа»  Сердце нашего класса  Создание группового коллажа  Подведение итогов | | 1 |  |
| 1 | Рефлексия, дарим подарки |  |