

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

МБОУ «Основная общеобразовательная школа №15»

Рассмотрено

на заседании ШМО
учителей начальных
классов

Протокол № 1
от «27» августа 2024 г.

Н.В. Гардер

Гардер Н.В.

Согласовано

Заместитель директора по

ВР *Колмакова* И.А. Колмакова

« 20 » августа 2024 г.

Утверждаю

Директор

Афанасенко И.П. Афанасенко

Приказ № 213 от

« 29 » августа 2024 г.



Рабочая программа

по курсу внеурочной деятельности

«Тропинка к своему Я»

для 1-4 классов начального общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель:

Гуслева О.Ю.,

педагог-психолог

Оглавление

№	Основные структурные компоненты программы	Стр.
1	Пояснительная записка	3
2	Общая характеристика курса	3
3	Цель изучения курса	4
4	Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности	5
5	Планируемые результаты курса внеурочной деятельности	6
6	Тематическое планирование	8
7	Учебно-методическое обеспечение программы	17
8	Материально-техническое обеспечение программы	18

1. Пояснительная записка

Программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему Я» начального общего образования разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в рабочей программе воспитания. Ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения Программы начального общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности. Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования: не только на уроке, но и за его пределами.

Актуальность реализации данной программы обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) и направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, 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 ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

2. Общая характеристика курса

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента: аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

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

Связь содержания программы внеурочной деятельности с учебными предметами.

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: чтение, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

Работа с одаренными детьми предусматривает внутреннюю дифференциацию, использование лично-ориентированных методов обучения, тренинги, исследовательские и творческие задания. Во внеурочной деятельности предполагается привлечение ребят к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Работа со слабоуспевающими учениками

При работе со слабоуспевающими учащимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:

- Выявление слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.
- Применение заданий различной степени трудности.
- Работа в парах переменного состава, работа в группах, взаимообучение.
- Использование экспресс-диагностик.
- Индивидуальные задания с применением карточек-инструкций.
- Карточки-задания на дом.
- Индивидуальные и групповые консультации.
- Использование межпредметных связей.
- Самостоятельная работа. Индивидуальная домашняя работа.
- Работа с учебной, дополнительной литературой.
- Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.
- Использование интерактивных занятий

3. Цель изучения курса

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести 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 курса психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.

2. Учитывать детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку 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 в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Ценностные ориентиры содержания курса

1. Формирование психологических условий развития общения, кооперации сотрудничества:
 - доброжелательность, доверие и внимание к людям,
 - готовность к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
 - уважение к окружающим – умение слушать и слышать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиций всех участников.
2. Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческой нравственности и гуманизма:
 - принятие и уважение ценностей семьи и общества, школы и стремление следовать им;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле поступков;
 - формирование чувства прекрасного и эстетических чувств.
3. Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию:
 - развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
 - формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности.
4. Развитие самостоятельности, инициативы личности как условия ее самоактуализации:
 - формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе;
 - готовность открыто выражать и отстаивать свою позицию;
 - критичность к своим поступкам и умение адекватно их оценивать;
 - готовность к самостоятельным действиям, ответственность за их результаты;
 - целеустремленность и настойчивость в достижении целей;
 - готовность к преодолению трудностей и жизненного оптимизма;
 - умение противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

4. Место курса внеурочной деятельности в плане внеурочной деятельности

Форма проведения данной программы внеурочной деятельности – практикум.

Виды и формы проведения занятия: познавательная деятельность, элементы тренинговых упражнений, проблемно-ценностное общение, психогимнастика.

Методы внеурочной деятельности:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т. д.);
- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.).

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

- объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом;

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся.

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности учащихся на занятиях:

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальных и фронтальных форм работы;
- групповой – организация работы в группе;
- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий, решение проблем.

Средства обучения - это средства воспитания, выбор которых определяется содержанием, формой внеурочной деятельности:

- беседа с учащимися с целью выяснения их интереса, информированности по данному вопросу;
- упражнение;
- поручения детям подготовить сообщения (своеобразный метод рассказа);
- методы игры в различных вариантах;
- составление плана.

Направление программы: проблемно-ценностное общение.

На изучение данного курса запланировано 33 часа в 1 классе и 34 часа во 2-4 классах, по 1 часу в неделю.

Место проведения занятий: МБОУ «ООШ №15».

Назначение программы. Программа предназначена для обучающихся начальных классов (1-4 классы).

5. Планируемая результативность курса внеурочной деятельности

Данная программа рассчитана на достижение следующих **результатов:**

Личностные результаты:

- сформированность у обучающихся уважения и интереса к чувствам других людей;
- сформированность умения анализировать свое поведение на основе общих морально-нравственных понятий (о добре и зле, должном и недопустимом);
- сформированность уважительного отношения к отличительным особенностям чувств и эмоций других людей;
- сформированность у обучающихся мотивации к изучению психологии, с целью самосовершенствования и дальнейшей самореализации;
- сформированность у обучающихся готовности и способности к духовному развитию;
- сформированность нравственных качеств обучающихся, основанных на духовных традициях, внутренней установке личности поступать согласно своей совести;
- сформированность у обучающихся мотивации к обучению и познанию.

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

Регулятивные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли

- слушать и понимать речь других ребят
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Средства формирования УУД: *словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.*

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), **метод творческого самовыражения** (литературное, художественное и др. виды творчества), **методы психической саморегуляции и тренировки психических функций** (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

Ожидаемые результаты:

- **психологические знания** (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности),
- **психологические умения** (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения),
- **навыки** (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой),
- **опыт творческой самодеятельности,**
- **овладение культурой психической деятельности,**
- **формирование эмоционально-целостного отношения** к психологической реальности и действительности в целом.

6. Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Виды и формы деятельности	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Я- школьник (15 часов)					
1	«Знакомство. Введение в мир психологии»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
2	«Как зовут ребят моего класса»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
3-4	«Зачем мне нужно ходить в школу»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
5	«Я в школе»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
6-7	«Мой класс»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
8-9	«Какие ребята в моем классе»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
10-11-12	«Мои друзья в классе»	Практикум	3		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
13-14	«Мои успехи в школе»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
15	«Моя «учебная сила»»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 2. Мои чувства (18 часов)					
16	«Радость. Что такое мимика»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
17	«Радость. Как ее доставить другому человеку»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psiologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/

					nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
18	«Жесты»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
19-20	«Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
21	«Грусть»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
22	«Страх»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
23	«Страх. Его относительность»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
24	«Как справиться со страхом»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
25	«Страх и как его преодолеть»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
26-27	«Гнев. С какими чувствами он дружит»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
28-29	«Может ли гнев принести пользу»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
30	«Обида»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
31-32	«Разные чувства»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/	
33	«Итоговое занятие»	Практикум	1		https://urok.1sept.ru/articles/646810 https://psy.1sept.ru/?from=portal	
Итого:		33 часа				

2 класс

№ п/п	Тема занятия	Виды и формы деятельности	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Вспомним чувства (5 часов)					
1	«Мы рады встрече»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
2	«Понимаем чувства другого»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
3-5	«Мы испытываем разные чувства»	Практикум	3		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 2. Чем люди отличаются друг от друга (18 часов)					
6-7	«Люди отличаются друг от друга своими качествами»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
8-9	«Хорошие качества людей»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
10-11	«Самое важное хорошее качество»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
12	«Кто такой сердечный человек»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
13	«Кто такой доброжелательный человек»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
14	«Трудно ли быть доброжелательным человеком»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
15-16	«Я желаю добра ребятам в классе»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/

17	«Очищаем свое сердце»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
18-19	«Какие качества нам нравятся друг в друге»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
20-21	«Какими качествами мы похожи и чем отличаемся»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
22	«Люди отличаются друг от друга своими качествами»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
23	«В каждом человеке есть светлые и темные качества»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 3. Какой Я – Какой Ты? (11 часов)					
24-25	«Какой Я?»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
26-27	«Какой Ты?»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
28-29	«Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
30-31	«Школьные трудности»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
32-33	«Домашние трудности»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
34	«Итоговое занятие»	Практикум	1		https://urok.1sept.ru/articles/646810 https://psy.1sept.ru/?from=portal
Итого:			34 часа		

3 класс

№ п/п	Тема занятия	Виды и формы деятельности	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Умение владеть собой (8часов)					
1	Я – третьеклассник. Как я изменился за лето?	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
2	Умение владеть собой. Что это значит?	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
3-4	Умение управлять своим поведением, речью и поступками.	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
5	Что значит быть хозяином своего «Я»?	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
6	Какого человека называют ответственным.	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
7-8	Что значит «уметь расслабиться», и в каких случаях это нужно делать?	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 2. Фантазия характеров. Оценка человеческих поступков и отношений (10 часов)					
9	Мой любимый герой. Кто он?	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
10	Почему я хотел бы походить на своего героя, и какие качества меня в нём привлекают?	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
11	Добро и зло.	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-

	Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»?	ум			vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
12	Что такое хорошо и что такое плохо?	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
13	Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными?	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
14	Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
15-16	Конфликт. Как он возникает?	Практик ум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
17-18	Моё поведение в трудных ситуациях	Практик ум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 3. Культура общения (12 часов)					
19-20	Что такое «этикет»? Для чего нужно соблюдать правила общения?	Практик ум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
21	Волшебные слова: приветствие, благодарность.	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
22	Как правильно начать, поддержать и вести разговор.	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
23	Правила хорошего	Практик	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/

	тона.	ум			svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
24-25	Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине.	Практик ум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
26-27	Как правила помогают в общении.	Практик ум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
28	Мальчик и девочка. Культура общения полов.	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
29	Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки.	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
30	Как правильно познакомиться? Как правильно держать себя, чтобы понравиться?	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 4. Что такое сотрудничество? (4 часа)					
31	Сотрудничество – это умение делать дело вместе.	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
32	Что значит понимать другого и как можно этому научиться?	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
33	Как научиться договариваться с людьми	Практик ум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
34	Итоговое занятие. Что такое коллективная работа	Практик ум	1		https://urok.1sept.ru/articles/646810 https://psy.1sept.ru/?from=portal
Итого:		34 часа			

4 класс

№ п/п	Тема занятия	Виды и формы деятельности	Кол-во часов	Дата проведения	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Кто Я? Мои силы, мои возможности (12 часов)					
1	«Мое лето»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
2	«Кто Я?»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
3	«Какой Я – большой или маленький?»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
4	«Мои способности»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
5	«Мой выбор, мой путь»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
6-7	«Мой внутренний мир. Кто в ответе за мой внутренний мир?»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
8-9	«Уникальность внутреннего мира»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
10	«Кого я могу впустить в свой внутренний мир?»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
11-12	«Что значит верить?»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 2. Я расту, я изменяюсь (4 часа)					
13-14	«Мое детство»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
15-16	«Я изменяюсь»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/

		кум			nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 3. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? (4 часа)					
17-18	«Мое будущее»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
19-20	«Хочу вырасти здоровым человеком»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 4. Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? (3 часа)					
21	«Кто такой интеллигентный человек»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
22	«Хочу вырасти интеллигентным человеком»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
23	«Что такое идеальное Я»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
Раздел 5. Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? (9 часов)					
24	«Кто такой свободный человек?»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
25-26	«Права и обязанности школьника»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
27	«Что такое «право на уважение»?»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
28	«Права и обязанности»	Практикум	1		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
29-30	«Нарушение прав других людей может привести к конфликтам»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
31-32	«Как разрешать конфликты мирным путем?»	Практикум	2		https://www.litres.ru/olga-vladimirovna-hu/tropinka-k-svoemu-ya-uroki-psihologii-v-nachalnoy-shk/chitat-onlayn/
33-34	«В первый раз- в пятый класс!»	Практикум	2		https://urok.1sept.ru/articles/563464

7. Учебно-методическое обеспечение программы

Методические пособия для педагога

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.
5. Набор тематических таблиц.
6. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
7. Психологические тесты.
8. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Литература для педагога

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Пекелис В. Твои возможности, человек! М.: Знание, 1986.
13. Познавательные процессы и способности в обучении // под ред. Шадрикова В.Д. М, 1990.
14. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
15. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
16. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
17. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 1999.
18. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
19. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
20. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
21. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
22. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я». Уроки психологии в начальной школе (1-4 кл.). Москва: Генезис, 2014г.
23. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
24. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
25. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
26. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

Литература для учащихся

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.

3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004.
7. Чеснова Ирина. Большая книга для детей. М. Издательство «АСТ», 2019 г.
<https://iknigi.net/avtor-irina-chesnova/183284-bolshaya-kniga-dlya-detey-o-strahah-druzhbe-shkole-pervoy-lyubvi-i-vere-v-sebya-irina-chesnova.html>

Интернет-ресурсы

- <http://pedsovet.org/> - Всероссийский интернет-педсовет;
- <http://it-n.ru/> - сеть творческих учителей;
- <http://viki.rdf.ru/> - детские электронные презентации и клипы;
- <http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";
- www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;
- <http://www.ug.ru> - сайт «Учительской газеты»;
- <http://www.kinder.ru/default.htm> - Интернет для детей;
- <http://www.km.ru> – портал компании «Кирилл и Мефодий».
- <http://catalog.iot.ru> – каталог интернет-ресурсов по образованию;
- <http://nsportal.ru/> - социальная сеть работников образования;
- <https://urok.1sept.ru> – издательский дом «Первое сентября»;
- <https://psy.1sept.ru/?from=portal>- журнал «Школьный психолог»

8. Материально-техническое обеспечение программы

1. Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);
2. Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);
3. Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)
4. Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);
5. Мячи, обручи, ленты.