

Управление образования администрации  
Рыбинского муниципального района

Муниципальное учреждение  
дополнительного образования  
центр творчества и развития «Город мастеров»

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МУ ДО ЦТР «Город мастеров»  
Т.В. Барбарич  
от «10» августа 2020 г.



принята  
педагогическим советом  
Протокол № 1  
от «10» августа 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
«Тропинка к своему Я»

Возраст детей: 6-8 лет  
Срок реализации: 2 года

Цветкова Ирина Александровна,  
педагог дополнительного образования

Рыбинский муниципальный район  
2020 год

## Содержание

1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи.....	5
3. Содержание программы.....	6
3.1. Учебный план 1 года обучения.....	6
3.2. Содержание учебного плана 1 года обучения.....	7
3.3. Учебный план 2 года обучения.....	9
3.4. Содержание учебного плана 2 года обучения.....	10
4. Планируемые результаты.....	12
5. Календарный учебный график.....	13
5.1. Календарный учебный график 1 года обучения.....	13
5.2. Календарный учебный график 2 года обучения.....	20
6. Условия реализации программы.....	25
7. Оценочные материалы. Формы аттестации.....	25
8. Методические материалы.....	26
Список информационных источников	

## 1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» (далее программа) относится к социально-педагогической направленности.

Данная программа разработана на основании:

- **ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»** от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- **Концепция развития дополнительного образования детей** (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).
- **Сан -Пин к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей** (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41)
- **Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ** (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

Важная роль в современном образовательном обществе отводится здоровьесберегающим технологиям, психологическому сопровождению детей в образовательных учреждениях, сохранению и укреплению психологического здоровья. Быстро меняется социальная ситуация, увеличивается информационный поток, в котором находятся дети, семьи, распались дворовые сообщества, снизилась ценность ролевой игры.

Психологическое здоровье является условием адекватного выполнения человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей, обеспечивает возможность непрерывного развития в течение всей его жизни. Психологически здоровый человек – это, прежде всего человек творческий, жизнерадостный, веселый, открытый, познающий себя и окружающий мир, адекватно приспособляющийся как к благоприятным, так и неблагоприятным условиям, воздействиям.

Отличительная особенность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тропинка к своему Я» направлена на создание условий для развития социального интеллекта детей: сохранения и формирования психологического здоровья дошкольников, обеспечения эмоционального благополучия, развития адекватного социального поведения, формирования положительного самоотношения и отношения к другим людям, раскрытия внутреннего потенциала в разных видах детской деятельности, умения делать выбор и нести за него ответственность, готовности к школьному обучению на начальном этапе образования.

Новизна образовательной программы в том, что в неё включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное влияние; охватывает все стороны формирования психологического здоровья дошкольников и младших школьников; учитывает гендерные различия.

Программа «Тропинка к своему Я» разработана и реализуется для детей дошкольного возраста с 6 лет до 8 на основе программы Хухлаевой О.В., Хухлаевой О.Е., Первушиной И.М. «Тропинка к своему Я: как сохранить психологическое здоровье дошкольников».

Адресат программы: данная программа разработана для детей в возрасте 6-8 лет.

Форма обучения – очная, в виде занятия.

Численность группы 13-25 человек, зачисление в группу происходит в независимости от медицинских показателей. Группа может разновозрастной или разновозрастной.

Форма реализации: групповые развивающие занятия.

Объем и срок освоения программы. Режим занятия.

Данная программа рассчитана на 2 года, 36 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю длительность 45 минут(с 10 минутным перерывом). Количество часов по каждой теме может добавляться или сокращаться за счёт содержания, изменяться последовательность разделов и тем в зависимости от задач, которые корректирует педагог в течение учебного года.

## 2. Цель и задачи программы

Цель программы – сформировать и сохранить психологическое здоровье младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни, развитие социально-личностной сферы.

Задачи программы:

Задачи для 1 года обучения:

1. мотивирование детей к самопознанию и познанию других людей;
2. обучение детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека;
3. формирование адекватной установки в отношении школьных трудностей – установку преодоления;
4. развитие социальных и коммуникативных умений, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем;
5. формирование терпимости к мнению собеседника;
6. повышение уровня самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
7. корректирование у детей нежелательных черт характера и поведения;
8. расширение пассивного и активного словаря обучающихся;

Задачи для 2 года обучения:

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.

### 3. Содержание программы

#### 3.1 Учебный план 1 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	«Я - школьник»	5	12	17
2	«Мои чувства»	5	14	19
Всего		10	26	36

### 3.2 Содержание программы 1 года обучения

Раздел	Название занятия	Теория	Практика
<b>Тема 1. Я – школьник.</b>	Знакомство. Я умею управлять собой.	Акцентирование внимания учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период; мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.	Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры.
	Я умею преодолевать трудности		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Я умею слушать других.		Игры, направленные на развитие воображения, рольевые игры.
	Я умею учиться у ошибки..		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Я умею быть доброжелательным.		Игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Я доброжелательный.		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор.
	Я умею быть ласковым.		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры.
	Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задания вместе другими.		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.		Игры, направленные на развитие воображения, рольевые игры.
	Я учусь решать конфликты		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
Я умею решать конфликты	Игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.		
<b>Тема 2. Мои чувства.</b>	Радость. Что такое мимика.	Знакомство с эмоциями человека и влиянием их на жизнь.	Игры, направленные на развитие воображения, психодраматические игры, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Радость. Как ее доставить другому человеку.		Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Жесты.		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Радость можно передать		Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.

прикосновением.		
Радость можно подарить взглядом.		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
Грусть.		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
Страх.		Релаксационные методы, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
Страх, его относительность.		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор.
Как справиться со страхом.		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы
Страх и как его преодолеть.		Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
Гнев. С какими чувствами он дружит?		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
Может ли гнев принести пользу?		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
Обида.		Релаксационные методы, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
Разные чувства.		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор.



### 3.3 Учебный план 2 года обучения

№	Наименование тем	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	«Вспомнить чувства»	1	4	5
2	«Чем люди отличаются друг от друга»	5	14	19
3	«Какой я- Какой Ты?»	4	8	12
Всего		10	26	36

### 3.4 Содержание программы 2 года обучения

Раздел	Название занятия	Теория	Практика
<b>Тема 1. Вспомним чувства</b>	Мы рады встрече	<b>Актуализация у детей знания об эмоциональной сфере человека;</b>	Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры.
	Понимаем чувства другого	акцентирование внимания учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить;	Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Мы испытываем разные чувства	Мотивация учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.	Игры, направленные на развитие воображения, рольевые игры.
<b>Тема 2. Чем люди отличаются друг от друга</b>	Люди отличаются друг от друга своими качествами	<b>Знакомство с понятием «качества людей»; - помочь детям исследовать свои качества, - изучить свои особенности.</b>	Игры, направленные на развитие воображения, психодраматические игры, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Хорошие качества людей		Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	Самое важное хорошее качество		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Кто такой сердечный человек		Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.
	<b>Кого называют “доброжелательным человеком”</b>		Рольевые игры, игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Трудно ли быть доброжелательным человеком		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
	Я желаю добра ребятам в классе		Релаксационные методы, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
	Чистое сердце		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор.
	Какие качества нам нравятся друг в друге		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы

	<p>Какими качествами мы похожи, а какими различаемся</p> <p>Каждый человек уникален</p> <p>В каждом человеке есть темные и светлые качества</p>		<p>Игры, психогимнастические игры, направленные на развитие воображения, коммуникативные игры, способствующие углублению осознания сферы общения.</p> <p>Ролевые игры, игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.</p> <p>Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.</p>
<p><b>Тема 3.</b> <b>Какой Я –</b> <b>Какой Ты?</b></p>	Какой Я?	<p><b>Помочь детям понять, что у них есть много положительных качеств;</b> <b>- учить детей находить положительные качества во всех людях.</b></p>	Ролевые игры, игры, направленные на развитие воображения, психогимнастические игры, коммуникативные игры, обучающие умению сотрудничать.
	Какой ТЫ? Учимся договариваться		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
	Трудности второклассника в школе, дома, на улице		Релаксационные методы, игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы.
	Школьные трудности		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор.
	Домашние трудности		Игры, направленные на развитие воображения, задания с использованием терапевтических метафор, эмоционально-символические методы

#### 4. Планируемые результаты:

##### Планируемые результаты 1 года обучения:

- дети активно интересуются к самопознанием и познанием других людей;
- детей учатся распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека;
- формируется адекватная установка в отношении школьных трудностей – установка преодоления;
- развиваются социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем;
- формируется терпимость к мнению собеседника;
- повышается уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения;
- корректируются у детей нежелательные черты характера и поведения;
- расширяется пассивный и активный словарь обучающихся;

##### Планируемые результаты 2 года обучения:

- сформирована у обучающегося готовность и способность к саморазвитию;
- развита мотивация к обучению и познанию;
- владеет начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- принимает и осваивает социальную роль обучающегося;
- развивается самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- развивается эмоционально-волевая сфера, в том числе доброжелательность, эмоционально-нравственная отзывчивость и сопереживание чувствам других людей;
- развиваются навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

## 5. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год обучения	02.09.2019	27.05.2020	36 недель	36 часа	1 час в неделю
2 год обучения	01.09.2020	31.05.2021	36 недель	36 часа	1 час в неделю

### 5.1 Календарный учебный график 1 года обучения

№	№	Модуль и, темы урока	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)		
					Дата	Измерители
<b>Тема 1. Я — школьник (15 ч)</b> Цели: сфокусировать внимание учащихся на важнейших умениях, которые необходимо освоить в адаптационный период; мотивировать учащихся к развитию силы воли и самоконтроля.						
1		Вводная диагностика	1. Тест «Кинетический рисунок семьи» 2. Оценка развития эмоционально-волевой регуляции (методика диагностик и эмоциональных процессов)	1. Цель: тест предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений, а также направлен на прогноз индивидуального стиля поведения, переживания и аффективного реагирования в значимых и конфликтных ситуациях, выявление неосознаваемых аспектов личности. 2. Цель: изучить особенности осознания эмоциональных процессов		Аналитическая справка
2			Методика «Изучения уровня социализированности и личности обучающегося (М.И. Рожков)	<i>Цель:</i> выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.		Аналитическая справка
3	1	Тема «Знакомство. Я умею управлять собой»	Знакомство. Беседа на тему: Кто такой дрессировщик, и почему он может управлять животными?», «Нужно ли ученику умение управлять собой?» Упражнения: «Я умею управлять собой», «Умею остановиться», «Умею выполнять требования взрослых»	Р Ориентируются на образец и правило выполнения действия П Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя К Слушают и понимают речь других ребят Л Формируют положительное отношение к школе		Творческая работа «Рисунок имени»
4	2	Тема «Я умею преодо	Разминка «Ролевая гимнастика». Рассказ о подвиге адмирала Ф.Ф.	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолевать П Осуществляют поиск и выделяют конкретную информацию с помощью		Графический диктант

		левать трудности»	Ушакова. Обсуждение. Упражнения: «Вспомни и сделай», «Сумей понять».	учителя К Имеют первоначальные навыки работы в группе Л Оценивают результаты своей деятельности		
5	3	Тема «Я умею преодолевать трудности» (продолжение)	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Вспомни и сделай», «Вопрос», «Тихо». Работа со сказкой «Лопух и одуванчик». Обсуждение.	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолевать П Осуществляют поиск и выделяет конкретную информацию с помощью учителя К Имеют первоначальные навыки работы в группе Л Оценивают результаты своей деятельности		Графический диктант
6	4	Тема «Я умею слушать других»	Разминка «Ролевая гимнастика». История про альпинистов. Обсуждение. Упражнения: «Я умею справляться с трудностями», «Запомни ответ», «Диалог». Работа со сказкой «Муравьишка Гришка». Обсуждение	Р Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации П Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя К Слушают, понимают речь других людей Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих		Творческая работа «Общий рисунок».
7	5	Тема «Я умею учиться у ошибки»	Разминка «Противоположности». Работа со сказкой «Ошибка и Неошибка». Обсуждение. Творческая работа по сказке «Чему может научить ошибка?» Работа со сказкой «Коля и Солнечный Зайчик». Обсуждение.	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей		Графический диктант
8	6	Тема «Я умею быть доброжелательным»	Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение.	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе		Графический диктант
9	7	Тема «Я умею быть доброжелательным» (продолжение)	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнение: четыре испытания.	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе		Графический диктант
10	8	Тема «Я – доброжелательный»	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Кому письмо?», «Качества доброжелательного человека», «Зачем нужны качества?», «Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся»,	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей		

			«Желаем добра». Работа со сказкой «Сергея – Серый Волк». Обсуждение		
11	9	Тема «Я умею быть ласковым»	Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой «История про Павлика». Обсуждение. Упражнения: «Ласковый взгляд», «Ласковое прикосновение», «Ласковые слова и интонация». Работа со сказкой «Волчонок Сеня». Обсуждение	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками П Умеют работать по предложенному учителем плану К Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей	
12	10	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими»	Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение.	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под руководством учителя К Принимают чужую точку зрения Л Знают правила игрового общения	Творческая работа «Нарисуй страну»
13	11	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими» (продолжение)	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Что между странами?», «Как страны общаются?», «Общий рассказ».	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под руководством учителя К Принимают чужую точку зрения Л Знают правила игрового общения	Графический диктант
14	12	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого»	Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение. Упражнения: «Кто умеет слышать мнение другого?», «Оружие для защиты».	Р Учитывают выделенные учителем ориентиры действия в учебном материале П Классифицируют объекты под руководством учителя К Принимают чужую точку зрения Л Знают правила игрового общения	Графический диктант
15	13	Тема «Я учусь решать конфликты»	Разминка «Ролевая гимнастика». Работа со сказкой. Обсуждение. Упражнение: «Это конфликт?»	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Слушают и понимают речь других К Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	Графический диктант
16	14	Тема «Я учусь решать	Разминка «Ролевая гимнастика». Упражнения: «Придумай	Р Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы П Слушают и понимают речь других	Графический диктант

		конфликты» (продолжение)	конфликт», «Инсценировка конфликта».	К Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге Л Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности		
17	15	Тема «Я умею разрешать конфликты»	Разминка «Почему подрались дети», «Испугаем по-разному». Работа со сказкой. Обсуждение. Упражнения: «Инсценируем конфликт», «Конфликт»	Р Овладевают способами самооценки выполнения действия П Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт К Выполняют различные роли Л Формируют положительное отношение к школе		Графический диктант
<b>Тема 2. Мои чувства (18 ч)</b> <b>Цели: рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;</b> <b>обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;</b> <b>помочь детям осознать относительность оценки чувств;</b> <b>способствовать снижению уровня школьных страхов.</b>						
18	1	Тема «Радость. Что такое мимика?»	Разминка «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался». Упражнения: «Закончи предложения».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя К Учатся работать в паре и группе Л Ориентируются на понимание чувств других людей		Графический диктант
19	2	Тема «Радость. Что такое мимика?» (продолжение)	Разминка «Раз, два, три, позу за мной повтори». Упражнение: «Зоопарк».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя К Учатся работать в паре и группе Л Ориентируются на понимание чувств других людей		
20	3	Тема «Радость. Что такое жесты?»	Разминка «Угадай, где я иду?», «Превратись в животное». Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Передай сообщение»	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата		Графический диктант
21	4	Тема «Радость. Что такое жесты?» (продолжение)	Разминка «Превратись в животное», кричалка «Я очень хороший!» Упражнения: «Радость можно выразить жестом», «Объясни задание». Работа со сказкой. «Когда молочные зубы сменились постоянными». Обсуждение	Р Строят речевое высказывание в устной форме П Учатся исследовать свои качества и свои особенности К Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата		
22	5	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку?»	Разминка «Угадай, где я иду?» Упражнения: «Как доставить радость другому человеку?», «Собираем добрые слова», «Скажи мишке добрые слова»	Р Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми П Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя К Умеют договариваться Л Формируют положительное отношение к школе		Графический диктант
23	6	Тема «Радость. Можно передать	Разминка «Муха», «Превратись в животное», «Фотоохота»,	Р Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста П Учатся рассуждать, строить		



		прикосновением»	кричалка «Ура успешной фотоохоте!». Упражнения: «Радость можно передать прикосновением», «Котенок». Работа со сказкой «О муравьишке, который пошел в школу». Обсуждение	логические умозаключения с помощью учителя К Понимают смысл простого текста Л Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу		
24	7	Тема «Грусть»	Разминка «Покажи профессию», «Скажи да и нет». Упражнения: «Закончи предложение», «Грустные ситуации», «Котенок грустит». Работа со сказкой «Сказка по котенка Ваську». Обсуждение	Р Переносят навыки построения внутреннего плана действия из игровой деятельности в учебную П Учатся наблюдать К Договариваются и уважают разные мнения Л Формируют положительное отношение к школе		
25	8	Тема «Страх»	Разминка «Дотронуся до...» Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Девочка с мишкой».	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Моделируют ситуации с помощью учителя К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия		Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям
26	9	Тема «Страх» (продолжение)	Разминка «Дотронуся до...» Упражнения: «Мысленная картинка», «Покажи страшилку». Работа со сказкой «Темноландия».	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Моделируют ситуации с помощью учителя К Учатся слушать и понимать речь других ребят Л Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия		Творческая работа. Рисунок по иллюстрациям
27	10	Тема «Страх. Как его преодолеть»	Разминка «Неопределенные фигуры». Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки», «Закончи предложение».	Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими		Графический диктант
28	11	Тема «Страх. Как его преодолеть» (продолжение)	Разминка «Неопределенные фигуры». Упражнения: «Конкурс пугалок», «Чужие рисунки»	Р Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок П Моделируют ситуацию с помощью учителя К Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах Л Умеют налаживать контакты с окружающими		
29	12	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит?»	Разминка «Художник», «Попугай». Работа со сказкой «О мальчике Сереже, который всего боялся, и потому дрался». Обсуждение.	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя К Учитывают разные мнения Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки		Творческая работа

30	13	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит?» (продолжение)	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме». Работа со сказкой «Как ромашки с васильками поссорились».	Р Овладевает способами самооценки выполнения действия П Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя К Учитывают разные мнения Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки		Обсуждение и творческая работа по сказке
31	14	Тема «Гнев и его польза»	Разминка «Черная рука – белая рука», «Разозлились – одумались», «Поссорились – помирились». Упражнение: «Закончи предложение» Работа со сказкой «О путнике и его беде». Обсуждение	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Устанавливают последовательность событий в тексте К Формулируют собственное мнение Л Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей		Творческая работа по итогам сказки
32	15	Тема «Обида»	Разминка «Массаж чувствами», «Пусть всегда будет!». Упражнения: «Закончи предложение», «Какая у меня обида». Работа со сказкой «Обида».	Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся работать по предложенному учителем плану К Строят понятные для партнера высказывания Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей		Обсуждение и творческая работа по сказке
33	16	Тема «Обида» (продолжение)	Разминка «Пусть всегда будет!», «Весеннее настроение». Упражнения: «Закончи предложение», «Напрасная обида». Работа со сказкой «Обида».	Р Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние П Учатся работать по предложенному учителем плану К Строят понятные для партнера высказывания Л Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей		Обсуждение и творческая работа по сказке
34	17	Тема «Разные чувства»	Разминка «Попугай», «Покажи дневник маме», «Шурум - бурум», «Море волнуется», «Волны». Упражнение: «Закончи предложение». Групповая работа «Ожившее чувство».	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся преодолеть их П Высказывают свое мнение К Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии Л Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности		Творческая работа «Рисунок чувств»
35	18	Итоговая диагностика	1. Тест «Кинетический рисунок семьи» 2. Оценка развития эмоционально-волевой регуляции (методика диагностик и эмоциональных процессов)	1. Цель: тест предназначен для выявления особенностей внутрисемейных отношений, а также направлен на прогноз индивидуального стиля поведения, переживания и аффективного реагирования в значимых и конфликтных ситуациях, выявление неосознаваемых аспектов личности. 2. Цель: изучить особенности осознания эмоциональных процессов		Аналитическая справка

36			Методика «Изучения уровня социализированности и личности обучающегося (М.И. Рожков)	<i>Цель:</i> выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.		Аналитическая справка
----	--	--	---	---	--	-----------------------

## 5.2 Календарный учебный график 2 года обучения

№ № п/ п	Модули, темы урока	Элементы содержания	Универсальные учебные действия (УУД)	Измерител и
1	Тема «Мы рады встрече»	Разминка «Мячик». Упражнения «Вспомним чувства», «Чувства-воспоминания»	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия <b>П</b> Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения <b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Творческая работа</b> «Рисунок радости». Графический диктант.
2	Тема «Понимаем чувства другого»	Разминка «Мячик», «Лишнее слово». Упражнения: «Я тебя понимаю», «Сочини рассказ», «Общая радость».	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, различать эмоции <b>К</b> Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе	<b>Графический диктант.</b>
3	Тема «Мы испытываем разные чувства»	Разминка «Мячик». Упражнение: «Режим дня»	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют различные ситуации <b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Творческая работа</b> «Рисуем режим».
4	Тема «Мы испытываем разные чувства» (продолжение)	Разминка «Лишнее слово». Работа со сказкой «Сказка о мальчике, который боялся темноты».	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют различные ситуации <b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
5	Тема «Мы испытываем разные чувства» (продолжение)	Разминка «Реши пример», «Кто сегодня чувствовал...» Упражнения: «Пластилиновое чувство», «Палитра чувства».	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют различные ситуации <b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	
6	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами»	Разминка «Лишнее слово». Упражнения: «Качества», «В чем твоя сила?», «Сердце класса».	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге <b>Л</b> Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	<b>Графический диктант.</b>
7	Тема «Люди отличаются друг от друга своими качествами» (продолжение)	Разминка «Кто сегодня молодец». Упражнения: «Качества», «Чьи качества». Работа со сказкой «Пятерка и доброе сердце».	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге <b>Л</b> Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
8	Тема «Хорошие качества»	Разминка «Какие качества задуманы». Упражнения:	<b>Р</b> Оценивают степень достижения цели <b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия	<b>Графический диктант.</b>

	людей»	<b>«Отзывчивость», «Три качества», «Я знаю пять хороших качеств».</b>	<b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Оценивают результаты своей деятельности	
9	Тема «Хорошие качества людей» (продолжение)	<b>Разминка «Какие качества задуманы». Упражнения: «Три качества», «Качество в подарок». Работа со сказкой «Я не такой, как все!».</b>	<b>Р</b> Оценивают степень достижения цели <b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Оценивают результаты своей деятельности	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
10	Тема «Самое важное хорошее качество»	<b>Разминка «Найти лишнее слово» Упражнения: «Сборы в дорогу», «Кто любит людей»</b>	<b>Р</b> Учатся прогнозировать последствия своих поступков <b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи <b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении <b>Л</b> Соблюдают правила игры и дисциплины	<b>Графический диктант.</b>
11	Тема «Самое важное хорошее качество» (продолжение)	<b>Разминка «Качества – шепотом». Упражнения: «Сборы в дорогу», «Поделимся любовью». Работа со сказкой «Хвостатик».</b>	<b>Р</b> Учатся прогнозировать последствия своих поступков <b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи <b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении <b>Л</b> Соблюдают правила игры и дисциплины	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
12	Тема «Кто такой сердечный человек»	<b>Разминка «Найти лишнее слово», «Отгадай качество». Упражнения: «Догадайся, что задумано», «Пять моих хороших качеств...», «Мягкое сердце»</b>	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель в совместной деятельности вместе с учителем <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Графический диктант.</b>
13	Тема «Кого называют «доброжелательным человеком»?»	<b>Разминка «Найти лишнее слово», «Какое слово не подходит». Упражнение: ««Волшебные» слова». Работа со сказкой «Маленький котенок».</b>	<b>Р</b> Учатся контролировать свою речь и поступки <b>П</b> Умеют сопоставлять полученную информацию с имеющимся жизненным опытом <b>К</b> Формируют нравственные чувства и нравственное поведение <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств другого человека	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
14	Тема «Трудно ли быть доброжелательным человеком»	<b>Разминка «Какое слово не подходит», «Какое качество зашифровано». Упражнения: «Я бы хотел стать более...», «Золотой ключик». Работа со сказкой «Часы».</b>	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке.</b>
15	Тема «Я желаю добра ребятам в классе»	<b>Разминка «Аналогии» Упражнения: «Как ведет себя человек», «Я желаю добра».</b>	<b>Р</b> Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению <b>П</b> Включаются в творческую деятельность под руководством учителя <b>К</b> Учатся работать в группе <b>Л</b> Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>Графический диктант.</b>
16	Тема «Я желаю добра ребятам в	<b>Разминка «Шифровальщики» Работа со сказкой «О подозрительной</b>	<b>Р</b> Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению <b>П</b> Включаются в творческую деятельность под руководством учителя	<b>Обсуждение и творческая работа по</b>

	классе» (продолжение)	<b>трубе».</b>	<b>К</b> Учатся работать в группе <b>Л</b> Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата	<b>сказке</b>
17	Тема «Чистое сердце»	<b>Разминка</b> «Аналогии», «Шифровальщики» <b>Упражнение:</b> «Чистое сердце». <b>Работа со сказкой</b> «Сказка про гусеничку».	<b>Р</b> Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя <b>К</b> Понимают смысл простого текста <b>Л</b> Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
18	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге»	<b>Разминка</b> «Зеленый крокодил в синей шляпе». <b>Упражнение:</b> «Снежная королева»	<b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа действия <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся работать в паре и в группе <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	<b>Графический диктант.</b>
19	Тема «Какие качества нам нравятся друг в друге» (продолжение)	<b>Разминка</b> «Угадайка» <b>Работа со сказкой</b> «Кузя».	<b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа действия <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Учатся работать в паре и в группе <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
20	Тема «Какими качествами мы похожи, а какими различаемся»	<b>Разминка</b> «Неоконченные предложения» <b>Упражнения:</b> «Ладочка», «Мы похожи – мы отличаемся»	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют ситуацию с помощью учителя <b>К</b> Применяют первоначальные способы поиска информации <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	<b>Графический диктант.</b>
21	Тема «Какими качествами мы похожи, а какими различаемся» (продолжение)	<b>Разминка</b> «Психологическая загадка» <b>Упражнение:</b> «Мы похожи – мы отличаемся» <b>Работа со сказкой</b> «Туча».	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Моделируют ситуацию с помощью учителя <b>К</b> Применяют первоначальные способы поиска информации <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
22	Тема «Каждый человек уникален»	<b>Разминка</b> «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Джунгли», «Кто тебя позвал». <b>Упражнение:</b> «Звездочка» <b>Работа со сказкой</b> «Цветок по имени Незабудка».	<b>Р</b> Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, одноклассников <b>П</b> Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя <b>К</b> Договариваются и уважают разные мнения <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
23	Тема «В каждом человеке есть темные и светлые качества»	<b>Разминка</b> «Неоконченные предложения», «Психологическая загадка», «Птичий двор», «Чьи ладочки». <b>Упражнения:</b> «Темные и светлые мешочки»,	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе <b>К</b> Владели способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>

		<b>«Светофорки» Работа со сказкой «Перчатка».</b>		
24	Тема «Какой Я?»	<b>Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая разгадка». Упражнение: «Цыганка»</b>	<b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации <b>К</b> Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	<b>Графический диктант.</b>
25	Тема «Какой Я?» (продолжение)	<b>Разминка «Психологическая разгадка», «Холодно – горячо». Работа со сказкой «Сказка про дружбу».</b>	<b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации <b>К</b> Осознают необходимость признания и уважения особенностей других людей <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
26	Тема «Какой ТЫ?»	<b>Разминка «Неоконченные предложения», «Психологическая разгадка». Упражнение: «Цыганка»</b>	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Оценивают правильность выполнения действий и корректируют при необходимости <b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	<b>Графический диктант.</b>
27	Тема «Какой ТЫ?» (продолжение)	<b>Разминка «Психологическая разгадка», «Найди игрушку». Упражнение: «Заяц-Хваста»</b>	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Оценивают правильность выполнения действий и корректируют при необходимости <b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	<b>Графический диктант.</b>
28	Тема «Какой ТЫ? Учимся договариваться»	<b>Разминка «Неоконченные предложения», «Топните те, кто...», «Какого цвета твои глаза?» Упражнения: «Я задумал мальчика...», «Интервью», «Прослушивание интервью»</b>	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Оценивают правильность выполнения действий и корректируют при необходимости <b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими	
29	Тема «Трудности второклассника в школе, дома, на улице»	<b>Разминка «Загадай игрушку», «Хрюкните те, кто...», «Крылатые качели». Упражнения: «Копилка трудностей», «Театр»</b>	<b>Р</b> Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой выбор <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации <b>К</b> Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации <b>Л</b> Ориентируются на понимание предложений и оценки учителя, товарищей	<b>Творческая работа «Трудные ситуации второклассника»</b>
30	Тема «Школьные трудности»	<b>Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Школа зверей», «Дважды два – четыре». Упражнение: «Помоги Сереже». Работа со сказкой «В одном лесу жила-была...».</b>	<b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Высказывают свое мнение <b>К</b> Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Л</b> Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>

31	Тема «Школьные трудности» (продолжение)	<b>Разминка «Изобрази предмет», «Бой быков», «Взвизгните те, кто...», «Изобрази ситуацию».</b> <b>Упражнение: «Помоги Сереже». Работа со сказкой «Про львенка Пашу».</b>	<b>Р</b> Определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения <b>П</b> Высказывают свое мнение <b>К</b> Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Л</b> Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
32	Тема «Домашние трудности»	<b>Разминка «Изобрази предмет», «Разные ладошки», «Если я улитка...» Работа со сказкой «О муравьишке».</b>	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Выполняют различные роли <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
33	Тема «Домашние трудности» (продолжение)	<b>Разминка «Разные ладошки», «Если я отличник...»</b> <b>Упражнение: «Изобрази ситуацию». Работа со сказкой «Верить и стараться».</b>	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Выполняют различные роли <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития	<b>Обсуждение и творческая работа по сказке</b>
34	Тема «Итоговое занятие»	Игра-конкурс КВН	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя <b>П</b> Учатся работать по предложенному учителем плану <b>К</b> Строят понятные для партнера высказывания <b>Л</b> Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки	



## 6. Условия реализации программы

### Материально-техническое обеспечение:

- просторный кабинет с инвентарем;
- компьютер с интерактивной доской;
- дидактические материалы;
- карандаши, фломастеры;
- бумага А4, ватманы;

## 7. Оценочные материалы. Форма аттестации.

Для отслеживания результативности образовательного процесса используется контроль усвоения программы (май) – диагностика по критериям психологического здоровья (Тест «Пиктограммы», наблюдение за эмоциональным состоянием детей в группе, методика «Изучение социальных эмоций»).

### **Психолого - педагогическое обследование:**

Психологическое обследование проводится 2 раза в год:

1. Первичная диагностика – проводится при зачислении ребенка.
2. Итоговая аттестация – проводится в конце учебного года для определения уровня усвоения программы.

**Форма отслеживания и фиксации:** журнал посещаемости, фотографии, продукты деятельности, анкеты обратной связи.

5(отлично)	дети активно посещают занятие; эмоционально открыты; распознают эмоции других людей и свои по мимике, жестам; выполняют задания в группах; делятся своими переживаниями
4(хорошо)	дети посещают занятие; распознают эмоции свои по мимике; не всегда выполняют задания в группах;
3(удовлетворительно)	дети посещают занятие; выполняют упражнения только индивидуально; не раскрывают свои эмоции

## 8. Методические материалы

В процессе групповой работы используются приёмы, содержание которых отвечает развивающим, профилактическим и коррекционным задачам программы. В основном это разработки авторов программы «Тропинка к своему Я». В программу включено много полифункциональных упражнений, с одной стороны, дающих возможность решать несколько задач, с другой – позволяющих оказывать на разных детей различное воздействие.

Методические приёмы классифицированы по теоретическим основаниям, формам осуществления, решаемым задачам.

**Ролевые игры** построены на понимании необходимости ролевого развития человека. Для формирования социального интеллекта необходимо адекватное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития у детей относят неумение переходить из роли в роль, неумение принимать любую роль, неумение продуцировать новые образы, принятие патологических ролей. Соответственно ролевые методы проведения занятий предполагают принятие ребёнком ролей, различных по содержанию и статусу; проигрывание ролей, противоположных обычным; проигрывание своей роли в гротескном варианте. Ролевые методы в программе делятся на ролевую гимнастику (ролевые действия и ролевые образы) и психодраму.

Дошкольники и младшие школьники начинают осваивать ролевую гимнастику с ролевых действий, которые усложняются по мере взросления детей.

Для старших дошкольников и младших школьников используются ролевые образы животных (льва и зайца, волка и цыпленка), сказочных персонажей (Кощея Бессмертного, Змея Горыныча, Бабы Яги, Ивана-царевича), социальных и семейных ролей (учителя, директора, мамы, бабушки), неодушевлённых предметов (стола, шкафа, машины). Роль изображается при помощи мимики и жестов, озвучивания. В основе психодрамы может быть разыгрывание расправы с пугающими объектами. При этом либо используется смена ролей (ребёнок играет поочередно роли нападающего и жертвы), либо

создаётся ситуация подвига и включается эмоциональное сопереживание объектам нападения. Кроме того, могут быть драматически разыграны или «оживлены» мысленные картинки, составленные детьми, или предложенные ведущим терапевтические сказки. Достаточно интересно и эффективно проходят пальчиковые драматизации, то есть разыгрывание этюдов или сказок только пальцами.

**Психогимнастические игры** основываются на теоретических положениях социально-психологического тренинга о необходимости особым образом формировать среду, в которой становятся возможными преднамеренные изменения. Эти изменения могут происходить в состоянии группы как целого, а могут – в состояниях и характеристиках отдельных участников. Однако изменения, предусматриваемые социально-психологическим тренингом, недостаточны для формирования психологического здоровья и не соответствуют возрастным особенностям детей. Поскольку важнейшие необходимые нам изменения – это формирование самопринятия и принятия других людей, для структурирования изменений была выбрана структура самосознания личности В.С. Мухиной, согласно которой в самосознании выделяется имя человека, притязание на социальное признание, психологическое время личности (её прошлое, настоящее, будущее), социальное пространство (её права и обязанности). Таким образом в психогимнастических играх у детей формируются :

- принятие своего имени;
- принятие своего характера
- принятие своего прошлого, настоящего, будущего
- принятия своих прав и обязанностей.

**Коммуникативные игры**, используемые в программе делятся на три группы:

- 1) игры, направленные на формирование у детей умения увидеть в другом человеке его достоинства и давать другому вербальное или невербальное «поглаживание»;
- 2) игры и задания, способствующие углублению осознания сферы общения;

3) игры, обучающие умению сотрудничать.

Особое внимание уделяется играм первой группы, так как обычно человек склонен фиксировать своё внимание прежде всего на недостатках другого. Многие люди имеют так называемые «запреты на поглаживания», суть которых является трудность, а иногда и невозможность продуцирования положительных оценок и принятия положительных оценок других людей.

**Игры и задания, направленные на развитие произвольности.** Для дошкольников особенно большое значение имеют игры, способствующие формированию произвольности. Однако, чтобы формирование осознанности осуществлялось достаточно осознанно, поэтому ещё дошкольникам вводятся понятия «хозяин своих чувств», «сила воли».

**Игры, направленные на развитие воображения,** можно разделить на три группы: игры вербальные, невербальные и «мысленные картинки». Вербальные игры представляют собой либо придумывание детьми окончания к той или иной необычной ситуации (например: «Что произойдёт, если учительница припрыгает в класс на одной ножке?»), либо коллективное сочинение сказок или подбор различных ассоциаций к какому-либо слову.

Невербальные игры предполагают изображение детьми «как можно интереснее», по своему, того или иного живого существа или неживого предмета. В этом они частично пересекаются с ролевыми методами.

Достаточно часто могут использоваться «мысленные картинки». Дети закрывают глаза и под музыку (звуки дождя, грома, моря, утреннего леса) придумывают картинку, а затем рассказывают её группе. Задание может усложниться тем, что детям даётся определённая тема для картинки (например тема дружбы или что-то очень страшное). Мысленная картинка может «оживляться». Автор картинки выбирает детей на роли героев и предметов своей картинки, объясняет им, где стоять, как двигаться, что говорить. По команде «раз, два, три, картинка оживи» герои и предметы картинки начинают двигаться, затем все дети хлопают автору и актёрам картинки.

**Задания с использованием терапевтических метафор.** Главная особенность саморазвития – это то, что личность берёт на себя ответственность за своё развитие. Для этого необходимо, чтобы у человека присутствовало знание о своих ресурсах и был доступ к ним. Наиболее эффективным для этого знания является использование терапевтических метафор, поскольку уже в самой структуре метафоры заложено обращение к ресурсам. Обычно выделяют следующие компоненты терапевтической метафоры

- метафорический конфликт, или появление ситуации, в которой герою становится плохо из-за имеющейся у него проблемы (непохожести на других, наличия страхов);

- метафорический кризис – наступление невыполняемой для героя ситуации, несущей символику смерти;

- поиск и нахождение ресурсов внутри себя – открытие героем в себе новых возможностей, необходимых для разрешения кризиса;

- торжество и праздник – приход ситуации успеха, признание со стороны окружающих.

Чаще всего метафоры соответствуют тому или иному симптому и той или иной трудной для ребёнка ситуации. Помимо снятия симптомов и разрешения трудных ситуаций, систематическое предъявление детям метафор приведёт к усвоению ими основной идеи :в сложной ситуации необходимо искать ресурсы внутри самого себя, и это обязательно приведёт к успеху. Таким образом, у ребёнка формируется «механизм самопомощи»: ищи силы для разрешения конфликта в самом себе, ты их обязательно найдёшь и наверняка сможешь победить трудности.

**Эмоционально-символические методы** основываются на представлении К. Юнга и его последователей о том, что формирование символов отражает стремление психики к развитию и превращение символов или образцов фантазии в осязаемые факты с помощью рисования, сочинения рассказов и стихов, лепки способствует личной интеграции. В программе используются две основные

модификации эмоционально-символических методов, предложенные Дж. Алланом.

А) Групповое обсуждение различных чувств: радости, обиды, гнева, страха, печали, интереса. Как необходимый этап обсуждения используются детские рисунки, выполненные на темы чувств. Причём на стадии рисования иногда исследуются и обсуждаются чувства и мысли, которые не удаётся раскрыть в процессе вербального общения.

Б) Направленное рисование, то есть рисование на определённые темы. В программе используется рисование при прослушивании терапевтических метафор. Детям предлагается рисовать всё, что навеивается метафорой.

**Релаксационные методы** построены как антипод стресса. В программу включены упражнения, основанные на методе активной нервно-мышечной релаксации Э. Джекобсона, дыхательные и визуально-кинестетические техники.

Метод нервно-мышечной релаксации предполагает достижение состояния релаксации через чередование сильного напряжения и быстрого расслабления основных мышечных групп тела. Из дыхательных техник используются глубокое дыхание и ритмичное дыхание с задержкой. Визуально-кинестетические техники предполагают использование визуально-кинестетических образов.

Форма реализации – творческое объединение.

## Список информационных источников

1. Ананьев В.А. Введение в психологию здоровья.- СПб., 1998
2. Дубровина И.В. «Психическое здоровье детей и подростков». -М.: Академия, 2000. - 256 с.
3. Дьяченко О.М., Лаврентьева Т.Н. Психическое развитие дошкольников. - М.: Педагогика, 1984.
4. Мухина В.С. Возрастная психологии :Учебник для студ. Вузов.-7-е изд. Стереотип.- М.:Издательский центр «Академия»,»2003.- 456с.
5. Обухова Л.Ф. Детская психология. -М.: Российское педагогическое агентство, 1999, -285 с.
6. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М., 1996.-425 с.
7. Смирнова Е.О. Психология ребенка: от рождения до 7 лет. - М., 1994.- 264
8. Хухлаева О.В. Формирование психологического здоровья у школьников: Автореф. дис. ...докт. психол. наук. М., 2001.- 142с.
9. Хухлаева О. В. , Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я. Как сохранить психическое здоровье дошкольников. М: Генезис, 2011.
10. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детском возрасте. - М.: Просвещение, 1995
11. Юраш А.Г. Актуальность охраны психологического и психического здоровья детей на современном этапе развития общества// Психологическая газета, 1997, № 10(25)