

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ГОРОДА НОВОСИБИРСКА «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 8»

Педсовет Учреждения  
рассмотрел  
и рекомендовал к утверждению  
Протокол № 13 от 29.08.2014

СОГЛАСОВАНО  
Зам. директора



УТВЕРЖДЕНО  
директор В.Ю. Яковлев  
«29» августа 2014 г.

Рабочая учебная программа внеурочной деятельности  
в рамках психологического сопровождения социальной адаптации  
«Все умею, все могу!»

Для начального общего образования

Классы: 1 – 4

Составитель:  
Иншакова М.В., педагог-психолог

ПРИНЯТО  
решением методического объединения  
учителей \_\_\_\_\_  
протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2014г

2014

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности «Все умею все могу!» направлена на осуществление психолого-педагогического сопровождения обучающихся, ориентированное на развитие личностного потенциала, позитивную социализацию и успешную адаптацию учащихся начального образования.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе 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.

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса составлена в соответствии с нормативными документами:

- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 26.12.2012 г.
- ФК ГОС
- «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» Закон РФ № 3802 от 03.07.1998 г.

### **Методическая база для программы:**

1. «Цикл занятий по адаптации к 1 классу» (Т.В.Азаров; Битянова М.Р., Азарова Т.В., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. М.: Изд-во «Совершенство», 1998.)
2. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе» (О.В.Хулаева; Хулаева О.В. Тропинка к своему Я. М.: Изд-во «Генезис», 2006. )
3. «Программа психопрофилактики дезадаптации к школе «Введение в школьную жизнь» (Г.А.Цукерман, К.Н.Поливанов; Цукерман Г.А., Поливанов. Введение в школьную жизнь. М.: «Генезис», 2003.)

**Цель курса** 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. Учить 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.

**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
- 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.

### **Предполагаемый результат**

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

#### **1 класс**

*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

*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
- 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
  - осознавать особенности позиции ученика

## **2 класс**

### *Регулятивные УУД:*

- учиться отреагировать свои чувства в отношении учителя и одноклассников
- учиться прогнозировать последствия своих поступков
- определять и формулировать цель в совместной работе с помощью учителя
- строить речевое высказывание в устной форме

### *Познавательные УУД:*

- находить ответы на вопросы в различных источниках информации (текст, рисунок, фото)
- делать выводы в результате совместной работы в группе
- учиться графически оформлять изучаемый материал
- моделировать различные ситуации
- усваивать разные способы запоминания информации

### *Коммуникативные УУД:*

- учиться позитивно проявлять себя в общении
- учиться договариваться и приходить к общему решению
- учиться понимать эмоции и поступки других людей
- овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

## **3 - 4 класс**

### *Регулятивные УУД:*

- осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением
- извлекать необходимую информацию из текста
- определять и формулировать цель в совместной работе
- осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит
- реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми
- соотносить результат с целью и оценивать его.

### *Познавательные УУД:*

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей
- наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять
- обогатить представление о собственных возможностях и способностях
- учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения
- оценивать правильность выполнения действий учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта
- находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию
- адекватно воспринимать оценку учителя

### *Коммуникативные УУД:*

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

В связи с этим основными методами проведения занятий буду активные методы обучения – уроки-практикумы, тренинги, тестирование, работа в малых группах, деловые игры.

**Описание места предмета в учебном плане.** В соответствии с федеральным

базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Все умею, все могу!» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю.

**Курс рассчитан на 36 часов, включает в себя теоретические и практические занятия.**

## **Содержание программы**

### **Раздел 1. Я школьник - 4 часа**

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила». Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень

### **Раздел 2. Мои чувства - 3 часа**

Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства.

### **Раздел 3. Я – фантазёр - 2 часа**

Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

### **Раздел 4. Я и мои родители - 3 часа**

Я и мои родители. В чём мы похожи? История моей семьи. Моя родословная. Какие чувства я испытываю по отношению к своим родителям? Правила поведения и общения со взрослыми. Почему нужно относиться к старшим с уважением? «Урок мудрости». Почему родители наказывают детей? Я понимаю, что родители, как и все люди, могут ошибаться, могут уставать и не всегда поступают правильно. Главное – это научиться прощать друг друга.

### **Раздел 5. Я и мои друзья - 2 часа**

Каким должен быть настоящий друг. Умею ли я дружить и можно ли этому научиться? Ссора. Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие у меня есть «колючки» и как избавиться от «колючек» в моём характере? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? Что такое одиночество? Как не стать одиноким среди своих сверстников?

### **Раздел 6. Оценка человеческих поступков и отношений – 2 часа**

Мой любимый герой. Кто он? Почему я хотел бы на него походить, и какие качества меня в нём привлекают? Добро и зло. Всегда ли добро побеждает зло? Что значит «делать добро»? Что такое хорошо и что такое плохо? Какие привычки можно назвать полезными, а какие вредными? Как избавиться от плохих привычек, которые мне мешают?

### **Раздел 7. Что такое сотрудничество? – 2 часа**

Сотрудничество – это умение делать дело вместе. Оно складывается из многих

умений (из умения понять другого; из умения договориться; из умения уступить, если это нужно для дела; из умения правильно распределить роли в ходе работы). Что значит понимать другого и как можно этому научиться? Как научиться договариваться с людьми? Что такое коллективная работа?

### **Раздел 8. Мои силы, мои возможности - 5 часов**

Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Ленишка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогали им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю.

### **Раздел 9. Мое будущее - 2 часа**

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

### **Раздел 10. Хочу вырасти свободным человеком: Что для этого нужно? - 3 часа**

Кто такой свободный человек? Можно ли поступать всегда так, как хочется? Права и обязанности школьника. «Должен и имею право: в школе, дома, на улице». Что такое «право на уважение»? Как я должен поступить, если нарушено моё «право на уважение»? Главные права и обязанности ученика.

### **Раздел 11. Культура общения - 5 часов**

Для чего нужно соблюдать правила общения. Волшебные слова: приветствие, благодарность. Как правильно начать, поддержать и вести разговор. Правила хорошего тона. Как вести себя в различных ситуациях: в школе, в театре, дома, на улице, в магазине. Как эти правила помогают в общении. Мальчик и девочка. Культура общения полов. Внешний вид мальчика. Внешний вид девочки. Как правильно познакомиться? Как правильно держать себя, чтобы понравиться?

### Тематическое планирование

Номер и тема урока	Кол-во часов	Формы организации учебной деятельности	Формирование универсальных учебных действий (УУД)
1. Я школьник. Знакомство. <b>Введение в мир психологии.</b>	1	Беседа, упражнения на формирование дружеских отношений, уверенности в себе	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия <b>П</b> Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя <b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе
2. Я в школе. <b>Мой класс.</b>	1	Групповая работа, индивидуальная работа, направленные на осознание позиции школьника	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками <b>П</b> Умеют работать по предложенному учителем плану <b>К</b> Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах <b>Л</b> Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей
3. Практическая работа: Мои успехи: в школе и дома \ в жизни	1	Групповая и индивидуальная работа Социальные пробы, обсуждение Практическая работа	<b>Р</b> Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя <b>К</b> Слушают, понимают речь других людей <b>Л</b> Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих
4. Что такое лень и как можно ее победить	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие упражнения, обсуждение	<b>Р</b> Осваивают правила планирования, контроля способа решения <b>П</b> Группируют предметы и их образы по заданным признакам <b>К</b> Строят понятные для партнера высказывания <b>Л</b> Соблюдают правила игры и дисциплины
5. Радость – мое чувство. Как ее доставить другому человеку	1	Фронтальная работа	<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 паре и группе <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей
6. Я не трус ноя боюсь. <b>Страх и как его</b>	1	Групповая и Индивид.работа Игровые методы,	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя

<b>преодолеть</b>		психической саморегуляции	<b>К</b> Умеют договариваться <b>Л</b> Формируют положительное отношение к школе
7. Страна моих чувств. <b>Практическая работа: Такие разные чувства.</b>	1	Работа в группах по алгоритму, обсуждение. Практическая работа	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся исследовать свои качества и свои особенности <b>К</b> Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации <b>Л</b> Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата
8. Старан воображалия. <b>Что такое фантазия и зачем она нужна человеку</b>	1	Фронтальная работа Собеседование, игровые упражнения Психогимнастика	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Устанавливают последовательность событий в тексте <b>К</b> Формулируют собственное мнение <b>Л</b> Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей
9. Практическая работа: Мечты и фантазии. \ фантазеры	1	Групповая и индивидуальная работа Практическая работа	<b>Р</b> Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние <b>П</b> Учатся работать по предложенному учителем плану <b>К</b> Строят понятные для партнера высказывания <b>Л</b> Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей
10. Я и мои родители. Я и моя семья	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	<b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы <b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи <b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими
11. Практическая работа: Моя родословная. \ геральдич дерево	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум	<b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации <b>П</b> Осознают ценность умения фантазировать <b>К</b> Учатся выполнять разные роли <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям
12. Почему родители наказывают детей\ запреты и наказания	1	Групповая и индивидуальная работа	<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
13. Я и мои друзья. \ мой кру общения	1	Групповая и индивидуальная работа	<b>Р</b> Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми <b>П</b> Осознают ценность умения фантазировать <b>К</b> Умеют соотносить позиции партнеров и собственную <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими
14. Практическая	1	Групповая и индивидуальная	<b>Р</b> Выбирают, как поступить, в т.ч. в неоднозначных ситуациях (моральные проблемы) и отвечать за свой



ая работа: Умею ли я дружить. Как мы умеем дружить		работа	выбор <b>П</b> Усваивают разные способы запоминания информации <b>К</b> Учатся выполнять разные роли <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
15. Мирись мирись и больше не дернись. \Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры	1	Групповая и индивидуальная работа	<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> Умеют полно и точно выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации <b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии
16. Практическая работа: Как вести себя в конфликтной ситуации	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум	<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: контролировать, корректировать, оценивать его действия <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям
17. Практическая работа: Соблюдаем правила общения	1	Групповая и индивидуальная работа Собеседование, игровые упражнения	<b>Р</b> Строят речевое высказывание в устной форме <b>П</b> Учатся находить положительные качества у себя и у других людей <b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям
18. Что такое хорошо и что такое плохо		Групповая и индивидуальная работа Психогимнастика	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Учатся исследовать свои качества и свои особенности <b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей
19. Практическая работа: Мой любимый герой	1	Групповая и индивидуальная работа	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Осознают ценность умения фантазировать <b>К</b> Учатся договариваться и уважать разные мнения <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими
20. Сотрудничество – это умение делать дело вместе	1	Групповая и индивидуальная работа	<b>Р</b> Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя <b>П</b> Учатся наблюдать, находить положительные качества у себя и у других людей <b>К</b> Учатся выполнять разные роли <b>Л</b> Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
21. Практическая работа: Коллективная работа	1	Групповая работа	<b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя <b>П</b> Осознают ценность умения фантазировать <b>К</b> Учатся осознавать свои <b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими
22. Мои силы,	1	Групповая и индивидуальная	<b>Р</b> Ориентируются на образец и правило выполнения действия

мои возможности		работа Беседа	<p><b>П</b> Учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения</p> <p><b>К</b> Слушают и понимают речь других ребят</p> <p><b>Л</b> Проявляют сопереживание к другим людям</p>
23.Практическая работа: Мои способности	1	Групповая и индивидуальная работа	<p><b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации</p> <p><b>П</b> Моделируют различные ситуации</p> <p><b>К</b> Учатся понимать эмоции и поступки других людей</p> <p><b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>
24. Все, что нужно для успеха. «Успех = способности + трудолюбие».	1	Групповая и индивидуальная работа	<p><b>Р</b> Умеют оценивать свой результат с помощью учителя</p> <p><b>П</b> Учатся исследовать свои качества и свои особенности</p> <p><b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей</p>
25. Мой внутренний мир.	1	Групповая и индивидуальная работа	<p><b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы</p> <p><b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе</p> <p><b>К</b> Учатся грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге</p> <p><b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей</p>
26.Практическая работа: Я уникальный и неповторимый!	1	Групповая и индивидуальная работа Практикум	<p><b>Р</b> Оценивают степень достижения цели</p> <p><b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия</p> <p><b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия</p> <p><b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими</p>
27. Мое будущее	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	<p><b>Р</b> Оценивают степень достижения цели</p> <p><b>П</b> Доказывают, делают выводы, определяют понятия</p> <p><b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролировать, корректировать, оценивать его действия</p> <p><b>Л</b> Умеют налаживать контакты с окружающими</p>
28.Практическая работа: «Хочу в будущем – делаю сейчас»	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	<p><b>Р</b> Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносить коррективы</p> <p><b>П</b> Устанавливают причинно-следственные связи</p> <p><b>К</b> Учатся позитивно проявлять себя в общении</p> <p><b>Л</b> Ориентируются на понимание чувств других людей</p>
29. Кто такой свободный человек	1	Групповая работа Развивающие упражнения	<p><b>Р</b> Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя</p> <p><b>П</b> Моделируют ситуации с помощью учителя</p> <p><b>К</b> Учатся слушать и понимать речь других ребят</p> <p><b>Л</b> Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии</p>
30. Права и обязанности школьника.	1	Групповая работа Развивающие упражнения	<p><b>Р</b> Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации</p> <p><b>П</b> Делают выводы в результате совместной работы в группе</p> <p><b>К</b> Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают</p>

			его действия Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
31.Практическая работа: Хочу вырасти свободным человеком.	1	Групповая работа Развивающие упражнения Практикум	Р Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению П Включаются в творческую деятельность под руководством учителя К Учатся работать в группе Л Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата
32. Правила общения или как стать культурным человеком.	1	Групповая работа Развивающие упражнения	Р Планируют деятельность в учебной и жизненной ситуации П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
33.Практическая работа: Мои полезные и вредные привычки	1	Групповая и индивидуальная работа Развивающие игры	Р Учатся прогнозировать последствия своих поступков П Устанавливают причинно-следственные связи К Учатся позитивно проявлять себя в общении Л Соблюдают правила игры и дисциплины
34.Практическая работа: Мой круг общения	1	Фронтальная работа Практикум	Р Определяют и формулируют цель в совместной деятельности вместе с учителем П Делают выводы в результате совместной работы в группе К Владеют способами управления поведением партнера: контролируют, корректируют, оценивают его действия Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
35.Практическая работа: Мои планы и достижения	1	Работа в группах по алгоритму	Р Умеют оценивать свой результат с помощью учителя П Учатся находить положительные качества у себя и у других людей К Выполняют различные роли Л Применяют умения в области самоанализа и саморазвития
36. Итоговое занятие: Все умею, все могу!	36	Фронтальная работа	Р Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя П Учатся работать по предложенному учителем плану Л Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки

## Литература для учителя

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. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
23. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 1994.
24. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 1994.
25. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

## Литература для ученика

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. Домащенко— 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.

## 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](http://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