**Муниципальное образование**

**Ханты – Мансийского автономного округа – Югры**

**Городской округ город Пыть – Ях**

**Управление по образованию**

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**средняя общеобразовательная школа №2**

Программа утверждена

на заседании методического совета.

Приказ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Программа кружка

**«Тропинка к своему Я»**

Тип программы: комплексная

Направление: социально-педагогическое

Возраст: 6-10 лет

Срок реализации: 4года

Составитель:

Кравченко Л.Н.

педагог - психолог

МБОУ СОШ №2

2014-2015учебный год

**Содержание**

Пояснительная записка………………………………………………………………………..2

Структура курса………………………………………………………………………………..8

Календарно-тематический план………………………………………………………………10

Методическое обеспечение……………………………………………………………………20

Список литературы…………………………………………………………………………….23

**Пояснительная записка**

***ДЕТСТВО–это летний ветер,***

***Парус неба и хрустальный звон зимы.***

***ДЕТСТВО – это значит дети!***

***ДЕТИ – это значит МЫ!***

*Р. Рождественский*

Данная программа является составной частью основной образовательной программы начального общего об­разования образовательного учреждения, разработана в соответствии с тре­бованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализа­ции учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление психического здоровья обучающихся.

Нормативно-правовой и документальной основой программы «Тропинка к своему Я» яв­ляются Закон Российской Федерации «Об образовании», Стандарт, Концепция духовно-нравственного развития и вос­питания личности гражданина России.

Начальная школа — осо­бый этап в жизни ребёнка, связанный:

• с изменением при поступлении в школу ведущей дея­тельности ребёнка — с переходом к учебной деятельности при сохранении значимости игровой, имеющей обществен­ный характер и являющейся социальной по содержанию;

• с освоением новой социальной позиции, расширением сферы взаимодействия ребёнка с окружающим миром, разви­тием потребностей в общении, познании, социальном признании и самовыражении;

• с принятием и освоением ребёнком новой социальной роли ученика, выражающейся в формировании внутренней позиции школьника, определяющей новый образ школьной жизни и перспективы личностного и познавательного развития;

• с формированием у школьника основ умения учиться и способности к организации своей деятельности: принимать, сохранять цели и следовать им в учебной деятельности; пла­нировать свою деятельность, осуществлять её контроль и оценку; взаимодействовать с учителем и сверстниками в учеб­ном процессе;

• с изменением при этом самооценки ребёнка, которая приобретает черты адекватности и рефлексивности;

• с моральным развитием, которое существенным образом связано с характером сотрудничества со взрослыми и свер­стниками, общением и межличностными отношениями друж­бы, становлением основ гражданской идентичности и миро­воззрения.

Данная программа имеет социально-педагогическое направление.

Отличительной особенностью данной программы является возможность не только проводить коррекционную работу с детьми, нуждающимися в ней, но и развивать у всех детей навыки психологической компетентности, коммуникативные навыки, лучшее понимание детьми себя, осознание своего «Я», самопринятие, развитие чувства уверенности в своих силах.

**Актуальность** кружка связана с одной из важнейших задач младшего школьного периода является социализация ребёнка и важнейшая её часть – развитие коммуникативности ребёнка, то есть умения общаться со сверстниками и взрослыми.

Кроме того, общение выполняет важнейшую роль в возникновении и развитии самосознания и самооценки. В процессе общения ребёнок получает возможность с помощью взрослых и сверстников оценивать себя в разных сферах жизнедеятельности.

Гармоничное развитие личности ребёнка, успешность во взрослой жизни возможны при наличии здоровья, определяемого Всемирной организацией здравоохранения как состояние физического, психического и социального благополучия ребёнка.

Психическое здоровье – фундамент духовного развития. В последнее время отмечается рост пограничных нервно-психических расстройств у детей и подростков. Доказано, что между душевным равновесием и физическим здоровьем существует тесная взаимосвязь, а положительное состояние относится к числу важнейших условий развития личности.

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии дошкольника, которые обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, что приводит к невротизации. Все эти личностные особенности детей обусловлены склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребёнку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

По определению известного психолога *Р. С. Немова,* коммуникативные способности – это умения и навыки общения человека с людьми, от которых зависит его успешность.

Важна и социально-психологическая атмосфера детского коллектива. Она должна создавать оптимальные условия для развития дошкольника: порождать чувство психологической защищённости, удовлетворять потребность ребёнка в эмоциональном контакте, быть значимым для других людей.

По мнению *Л. С. Выготского,* положительный психологический и педагогический потенциал детского коллектива не может сложиться сам, стихийно. Нужна «окружающая ребёнка атмосфера» социальной мысли, внешнее педагогическое влияние.

Если ребёнка понимают и принимают, он легче преодолевает свои внутренние конфликты и становится способным к личностному росту. Это основное положение психолого-педагогического сопровождения, в котором взрослый как хороший садовник: он не пытается вырастить из астры розу, а создаёт для каждого растения оптимальные условия для развития.

Данная программа является комплексной и составлена на основе программ О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему «Я», Н.В. Пилипко «Приглашение в мир общения».

**Программа «Тропинка к своему «Я»»**- это комплексные занятия, которые строятся в доступной и интересной для детей форме. Оптимальным условием для проведения занятий является деление класса на две подгруппы

**Цель программы:**

Формирование навыков адекватного общения со сверстниками и взрослыми в окружающем социуме.

**Задачи**:

1. Формировать у детей позитивную «Я» - концепцию и устойчивую самооценку, снизить уровень школьной тревожности;
2. Формировать устойчивую учебную мотивацию;
3. Создавать классный коллектив, через формирование групповой сплоченности и выработку системы единых обоснованных требований;
4. Формировать эмоциональный комфорт, внутреннее благополучие, чувство защищённости. Усвоение правил и норм школьной жизни;
5. Обучать учащихся пониманию себя и умению «быть в мире с собой»;
6. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем;
7. Воспитывать интерес к окружающим людям, развивать чувство понимания и сопереживания другим людям;
8. Развивать групповую сплочённость и навыков учебного сотрудничества

Возраст учащихся – 6,5- 11 лет

Количество часов : 1час для 1-ых классов (1 раз в неделю), для 2-ых классов – 0,25 (1 раз в месяц).

Курс рассчитан для 1-ых классов: 33 часа;

для 2-4-ых классов: 9часов.

Продолжительность занятия в 1-ых классах – 35 минут, во 2-4-ых классах – 40 минут

**Формы работы**: индивидуальные, парные и групповые, элементы психологического

тренинга

**Методы и приемы:**

* ролевые игры;
* элементы психогимнастики;
* психодраматизация (проигрывание ролевых позиций в различных ситуаций);
* элементы сказкотерапии;
* арттерпия;
* релаксационные упражнения

**Этапы работы по программе**:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1 этап (начальный) | 1 год обучения  (1 класс) | Формировать навыки социальной адаптации у младшего школьника, сохранение и укрепление его психологического здоровья;  Способствовать установлению атмосферы дружелюбия;  Помогать школьникам строить отношения друг с другом и со взрослыми. |
| 2этап (основной) | 2 год обучения  (2 класс) | Развитие навыков учебного сотрудничества, взаимодействия, развитие коммуникативных способностей детей;  Учащиеся узнают эмоциональное состояние другого человека по мимике, жестам . Умение различать эмоции, чувства, настроение свои собственные и другого человека, способность управлять ими поможет ребенку в общении со сверстниками и взрослыми. |
| 3 год обучения  (3 класс) | Ориентация на общечеловеческие ценности, нравственные нормы поведения, принципы гуманного отношения к окружающим. Взаимоотношения со сверстниками и взрослыми выстраиваются на основе уважения, доброжелательности, заботы, сострадания, готовности прийти на помощь к тем, кто в этом нуждается. Опыт эмоционально-ценностного общения, сотрудничества, совместной деятельности со сверстниками и взрослыми облагораживает душу и сердце ребенка, обогащает его духовный мир, приводит к осознанию своего предназначения, миссии, его ответственности за благосостояние общества. |
| 3этап (заключительный) | 4 год обучения  (4 класс) | Развитие самосознания учащихся: происходит осознание интересов, предпочтений, опасений, возможностей на данном этапе развития личности учащихся, учащиеся знакомятся с различными видами конфликтов (внешние-внутренние) с приёмами осознанного выбора в ситуации внутреннего конфликта. |

**Структура занятия состоит из четырёх этапов:**

1. *В подготовительную часть* включаются несложные ритуальные упражнения, которые помогают детям позитивно настроиться на работу в группе, установить контакт.
2. *В основную часть* входят специальные упражнения, соответствующие цели и тематике занятия:

* *развивающие игры-драматизации;*
* *сюжетно-ролевые игры;*
* *игры на развитие навыков общения;*
* *групповые дискуссии;*
* *ролевое проигрывание, творческое самовыражение;;*
* *сочинение историй;*
* *беседы и рассказы;*
* *групповое тестирование, самопроверка..*

1. *Творческая часть:* рисование и обсуждение рисунков.
2. *Заключительная часть* включает в себя «ритуал прощания» с группой.

**Содержание программы для учащихся 1 класса:**

Программа «Тропинка к своему «Я» состоит из четырёх разделов:

1. **«Я ученик»**

Содержание этого раздела помогает детям научиться как правильно, с пользой для здоровья организовать свой день, чтобы всё успеть. Почему необходимо соблюдать режим дня. Правила выполнения домашней работы. Как правильно отдыхать после умственной нагрузки.

1. **«Кто я? Какой я?»**

Содержание этого раздела включает занятия, посвященные знакомству с учениками своего класса, привыканию к требованиям обучения. Беседа о значении имени человека. Осознание детьми своей уникальности. Развитие навыков самопознания, принятия себя.

1. **« Мой внутренний мир»**

Что такое эмоции и чувства? Для чего они нужны человеку? Какие бывают эмоции и чувства? Эмоции в школе. Учащиеся учатся понимать и выражать свои эмоции, как справиться с плохим настроением?

1. **«Мои способности»**

Содержание этого раздела изучает привычки полезные и вредные, умственные способности учащихся. Как бороться с вредными для здоровья привычками. Разнообразный мир профессий.

**Содержание программы для учащихся 2 класса:**

Программа «Тропинка к своему «Я» состоит из четырёх разделов:

1. **«Что можно узнать о себе?»**

Содержание этого раздела направлено на развитие осознания учащимися своего «Я»: себя в роли ученика, своих интересов, опасений, предпочтений; на развитие у учащихся чувства уверенности в своих силах, самопринятия.

1. **«Средства общения»**

Содержание этого раздела помогает детям познакомиться с психологическими понятиями «чувства», «мысли», «поведение», понимать и контролировать свои эмоциональные состояния, анализировать и адекватно оценивать своё состояние, осознавать вред агрессивного поведения.

1. **«Общение в разных жизненных ситуациях»**

Содержание этого раздела поможет ребёнку ориентироваться в различных ситуациях с последующим выбором оптимальной модели поведения в каждой конкретной ситуации. Учащиеся приобретают опыт анализа поведения, чувств людей в таких ситуациях, как обращение с просьбой, ситуация вежливого отказа, утешение обиженного.

1. **« Я расту, я изменяюсь»**

Содержание этого раздела поможет сформировать у учащихся способности концентрации сил внимания для достижения уверенности в себе, осознание своих достижений, развитие навыков уверенного поведения. Научить учащихся осознавать свои способности и возможность саморазвития, понимать и принимать чувства других, развивать у учащихся навыки самопознания и самооценки.

**Содержание программы для учащихся 3 класса:**

Программа «Тропинка к своему «Я» состоит из пяти разделов:

1. **Умение понимать себя и других**
2. **Умение снимать эмоциональное напряжение**
3. **Умение просить, принимать помощь и приходить на помощь**
4. **Умение выходить из конфликтных ситуаций**
5. **Умение слушать других людей**

**Содержание программы для учащихся 4 класса:**

1. **Умение выходить из конфликтных ситуаций**
2. **Умение слушать других людей**
3. **Умение быть терпимым и доброжелательным к другим**

**Ожидаемые результаты**

В результате реализации программы «Тропинка к своему Я» обучающиеся

***должны знать:***

- правила поведения в школе;

- «качества» людей;

- свои особенности и качества.

***должны уметь:***

- осознавать себя с позиции школьников;

- адекватно вести себя в различных школьных ситуациях;

- дружески относиться к одноклассникам; знать,

- различать и уметь описывать эмоциональные состояния;

- уметь справляться со страхами, обидами, гневом;

- отстаивать свою позицию в коллективе,

- противостоять давлению сверстников;

- уметь справляться с негативными эмоциями

Занятия по программе должны обеспечить формирование личностных, познавательных, коммуникативных, регулятивных универсальных учебных действий. Особое внимание уделяется формированию личностных УУД: нравственно-этических знаний, присвоение обучающимися ценностных ориентаций, опыта эмоционально-ценностного постижения действительности и начального опыта самостоятельного ответственного поведения и общественного взаимодействия в нравственно ориентированной социально значимой деятельности.

*Первый уровень результатов* – приобретение младшими школьниками социальных знаний и первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни:

- социальные роли, права и обязанности человека, школьника;

- начальные представления о моральных нормах, принятых в обществе и нравственном поведении;

- представления о нравственных, душевных качествах человека; богатстве души, внутренней красоте человека;

- правила вежливого общения со сверстниками и взрослыми, правила дружной честной игры, правила работы в группе;

- названия эмоций и чувств, их выражения с помощью мимики и жестов, способы управления своим настроением;

- представление о важности правильных, добрых мыслей в жизни человека и всего человечества.

*Второй уровень результатов* – получение младшими школьниками опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом:

- переживание ребенком чувства принадлежности к своему классу, школе, семье;

- принятие ребенком права каждого человека быть уникальной личностью;

- уважительное и заботливое отношение к членам семьи.

*Третий уровень результатов* – получение младшими школьниками опыта самостоятельного ответственного поведения, общественного взаимодействия и сотрудничества со взрослыми и сверстниками:

- опыт взаимодействия и сотрудничества со сверстниками в парах, группах на принципах уважения, доверия, взаимопомощи; становление у детей коммуникативных навыков;

- соблюдение правил культурного поведения, умение разрешать конфликтные ситуации со сверстниками.

**Для реализации программы-** необходим тренинговый зал, магнитофон, фотоаппарат

**Структура курса для 1 –ых классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы**  **(этапы образовательного процесса)** | **Теория** | **Практика** | **Количество**  **часов** |
|  | Я- ученик | 1 | 5 | 6 |
|  | Кто Я? Какой Я? | 2 | 6 | 8 |
|  | Мой внутренний мир | 4 | 7 | 11 |
|  | Мои способности | 2 | 6 | 8 |
| **Итого:** |  | 10 | 23 | 33 |

**Структура курса для 2-ых классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы**  **(этапы образовательного процесса)** | **Теория** | **Практика** | **Количество**  **часов** |
| I | Что можно узнать о себе? | 1 | 1 | 2 |
| II | Средства общения | 1 | 2 | 3 |
| III | Общение в разных жизненных ситуациях | 1 | 1 | 2 |
| IV | Я расту, я изменяюсь | 1 | 1 | 2 |
| ***Итого:*** |  | 4 | ***5*** | ***9*** |

**Структура курса план для 3 –их классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы**  **(этапы образовательного процесса)** | **Теория** | **Практика** | **Количество**  **часов** |
| I | Умение понимать себя и других | 1 | 1 | 2 |
| II | Умение снимать эмоциональное напряжение | 1 | 1 | 2 |
| III | Умение просить, принимать помощь и приходить на помощь | 1 | 1 | 1 |
| IV | Умение выходить из конфликтных ситуаций | 1 | 1 | 2 |
| ***V*** | Умение слушать других людей | 1 | 1 | ***2*** |
| ***Итого:*** |  | ***5*** | ***5*** | ***9*** |

**Структура курса для 4 –ых классов**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Разделы и темы**  **(этапы образовательного процесса)** | **Теория** | **Практика** | **Количество**  **часов** |
| I | Что можно узнать о себе? | 1 | 1 | 2 |
| II | Умение выходить из конфликтных ситуаций | 1 | 2 | 3 |
| III | Умение слушать других людей | 1 | 1 | 2 |
| IV | Умение быть терпимым и доброжелательным к другим | 1 | 1 | 2 |
| ***Итого:*** |  | ***4*** | ***5*** | ***9*** |

**Календарно-тематический план для 1-ых классов (1 час в неделю)**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Дата** | **Тема и раздел занятия** | **Всего часов** | **Содержание деятельности** | | **Воспитательная работа** |
| **Теория** | **Практика** |
| **Сентябрь** |  | **I.Я-ученик** | **6** |  |  | Воспитывать интерес к занятиям, Прививать аккуратность трудолюбие к занятиям |
| 2.09-4.09 | Знакомство | 1 |  | Игровые упражнения |
| 9.09-11.09 | Знакомство.  Наши правила (знаки «Я», «Хор») | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |
| 16.09-19.09 | Режим дня | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |  |
| 23.09-25.09 | Делаем домашнее задание | 1 |  | Групповая работа | Формировать ответственность и самостоятельность |
| **Октябрь** | 30.09-2.10 | Как справиться с усталостью? | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |  |
| 7.10-9.10 | Мой класс | 1 |  | Групповая работа | Прививать аккуратность трудолюбие к занятиям |
|  | **II. Кто Я? Какой Я?** | **8** |  |  |  |
| 14.10-16.10 | Я и моё имя | 1 | дискуссия | Игровые упражнения | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 21.10-23.10 | Моя внешность | 1 |  | Игровые упражнения |  |
| 28.10-30.10 | Я-это кто? | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |  |
| **Ноябрь** | 11.11-13.11. | Мой характер | 1 |  | Групповая работа | Прививать аккуратность трудолюбие к занятиям |
| 18.11-20.11 | Самооценка | 1 | дискуссия |  |  |
| 25.11-27.11 | Моя семья | 1 | дискуссия |  | Формировать ответственность и самостоятельность |
| **Декабрь** | 2.12-4.12 | Моё самочувствие в школе | 1 |  | Групповая работа |  |
| 9.12-11.12 |  | 1 | дискуссия |  | Формировать ответственность и самостоятельность |
|  | **III.Мой внутренний мир** | **11** |  |  |  |
| 16.12-18.12 | Эмоции и чувства | 1 | дискуссия | Игровые упражнения | Формировать ответственность и самостоятельность |
|  | 23.12-25.12 | Учимся понимать и выражать эмоции | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |  |
| **Январь** | 13.01-15.01 | Страх. Как справиться со страхом? | 1 | дискуссия | Проигрывание этюдов | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 20.01-22.01 | Гнев. С какими чувствами он дружит? | 1 | дискуссия | Проигрывание этюдов | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 27.01-29.01 | Злость | 1 | дискуссия | Проигрывание этюдов | Формировать ответственность и самостоятельность |
| **Февраль** | 3.02-5.02 | Любопытство и любознательность | 1 | дискуссия | Проигрывание этюдов | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 10.02-12.02 | Речь и эмоции | 1 | дискуссия | Игровые упражнения |  |
| 17.02-19.02 | Настроение | 1 |  | Игровые упражнения | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 24.02-26.02 | Цвет и настроение | 1 | дискуссия | Игровые упражнения | Формировать ответственность и самостоятельность |
| **Март** | 3.03-5.03 | Как справиться с плохим настроением? | 1 | дискуссия | Игровые упражнения | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 10.03-12.03 | Человек-часть природы | 1 | дискуссия |  |  |
|  | **IV.Мои способности** | **8** |  |  |  |
| 17.03-19.03 | Привычки полезные и вредные | 1 | дискуссия | Групповая работа | Формировать ответственность и самостоятельность |
| **Апрель** | 31.03-2.04 | Мои умственные способности | 1 | дискуссия | Игровые упражнения | Прививать аккуратность трудолюбие к занятиям |
| 7.04-9.04 | Моё воображение | 1 |  | практикум |  |
| 14.04-16.04 | Моё внимание | 1 |  | практикум | Прививать аккуратность трудолюбие к занятиям |
| 21.04-23.04 | Развиваем своё внимание | 1 | дискуссия | практикум | Формировать ответственность и самостоятельность |
| 28.04-30.04 | Кем быть? | 1 |  | практикум |  |
| **Май** | 5.05-7.05 | Дружим со спортом | 1 |  |  |  |
| 12.05-14.05 | Итоговое занятие.  Индивидуальная диагностика | 1 |  | практикум |  |
|  | **Всего:** | **33ч** |  |  |  |

**Календарно-тематический план (1 час в месяц) 2 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Дата** | | **Тема и раздел занятия**   1. **Что можно узнать о себе?** | | **Всего часов** | **Содержание деятельности** | |  | | **Воспитательная работа** | |
| **Теор. часть** | **Практчасть** |  | |  | |
| **Сентябрь** |  | | Я-второклассник | | 1 | Дискуссия | Групповая работа | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии | | |
| **Октябрь**    **рь**  **Ноябрь** |  | | Я не такой, как все, и все мы разные | | 1 | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе  работа в паре | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий;  обучать навыкам работы в группе | | |
|  | |  | |  |
| **Ноябрь** | **2.Средства общения** | | | | | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе  работа в паре  формировать ответственность и самостоятельность | | | | |
|  | | Общение в жизни человека | | 1 |
| **Декабрь** |  | | Какие бывают эмоции? Где живут мои эмоции? | 1 | | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе  работа в паре | | | | обучать навыкам работы в паре;  обучать навыкам личностной рефлексии |
|  | |  | | |
|  | | |
|  | |  | | | | | | |
| **Январь** |  | Чувства полезные и вредные  Злость и агрессия | | | 1 | Дискуссия | Практические занятия | | воспитывать интерес к занятиям; | | |
| **Февраль** | **3. Общение в разных жизненных ситуациях** | | | | | дискуссия |  | | Воспитывать интерес к занятиям | | |
|  | | Сочувствие | | 1 |
| **Март**  **Март** |  | | Я умею договариваться с людьми | | 1 | Мини-лекция | Тренинговая работа | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий;  обучать навыкам работы в группе | | |
| **Апрель**  **Апрель**  **Май** | **4.Я расту, я изменяюсь** | | | | | Дискуссия | Ролевая игра | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать | | |
|  | | Ценности | | 1 |
| **Май** |  | | Уверенность в себе- залог успеха в жизни  (итоговое обследование **коммуникативных действий**, «Дорога к дому») | | 1 | дискуссия | Групповая работа | | обучать навыкам личностной рефлексии | | |
|  | | | | **9ч** |
| **Итого:** | | | |

**Календарно-тематический план (1 час в месяц) 3 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Дата** | **Тема занятия**  **1.Умение понимать себя и других** | | **Всего часов**  **2** | **Содержание деятельности** | | |  | | **Воспитательная работа** |
| **Теор. часть** | **Практ часть** | |  | |  |
| **Сентябрь** |  | Ярмарка достоинств | | 1 | Дискуссия | Групповая работа | | | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии |
| **Октябрь** |  | Культура поведения | | 1 | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе  работа в паре | | | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий; |
|  |  | |  |  |
|  |  |  | |
|  |  | |
|  |  | |  |  | | | |  |
| **Ноябрь** |  | **2. Умение снимать эмоциональное напряжение** | | **2** |  |  | | | |  |
|  | Нужна ли агрессия? | | 1 | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе  работа в паре | | | | формировать ответственность и самостоятельность учащихся в |
| **Декабрь** |  | Саморегуляция | | 1 | Дискуссия | работа в паре | | | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии |
| **Январь** |  | **3.Умение просить, принимать помощь и приходить на помощь** | | **2** |  | |  | |  | |
|  | Предложи помощь другому | | 1 | Дискуссия | | Работа в группе | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии | |
| **Февраль** |  | Волшебство слов (этикет) | | 1 | Дискуссия | Работа в парах | | | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий;  обучать навыкам работы в группе |
| **Март**  **Март** |  | **4.Умение выходить из конфликтных ситуаций** | | **1** |  |  | | | |  |
|  | Что мешает жить дружно | 1 | | Дискуссия | Ролевая игра | | | | обучать навыкам работы в паре;  обучать навыкам личностн рефлексии |
|  | |  |
| **Апрель**  **Апрель** |  | **5.Умение слушать других людей** | | **2** |  |  | | | |  |
|  | Учимся слышать друг друга | | 1 | дискуссия | Ролевая игра  Работа в парах | | | | обучать навыкам работы в паре;  обучать навыкам личности рефлексии |
| **Май** |  | Настоящая дружба  (итоговое занятие)  (итоговое обследование **коммуникативных действий**, «Кто прав?») | | 1 | дискуссия | Сюжетно-ролевая игра | | | | обучать навыкам личностной  рефлексии |
| **Итого:** | | | **9ч** |

**Календарно-тематический план (1 час в месяц) 4класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **месяц** | **Дата** | **Тема занятия**   1. **Что можно узнать о себе?** | **Всего часов**  **1** | **Содержание деятельности** | |  | **Воспитательная работа** |
| **Теор. часть** | **Практ часть** |  |  |
| **Сентябрь** |  | Моё настроение.  Мои интересы и увлечения. | 1 | Дискуссия | Групповая работа | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии |
| **Октябрь** | **2.Умение выходить из конфликтных ситуаций** | | **2** |  |  | |  |
|  | Барьеры общения | 1 | дискуссия | работа в группе | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий;  обучать навыкам работы в группе; |  |  |
| **Ноябрь** |  | Обиды | 1 | Дискуссия  мини-лекция | работа в группе | | формировать ответственность и самостоятельность учащихся в процессе практических занятий |
| **Декабрь** | **3.Умение слушать других людей** | | **1** |  |  | |  |
|  | Ищу друга | 1 | Дискуссиямини-лекция | работа в группе | | обучать навыкам работы в паре;  обучать навыкам личностной рефлексии |
|  |  |
| **Январь**  **Январь** | **4.Умение быть терпимым и доброжелательным к другим** | | **5** |  |  | |  |
|  | Комплименты или лесть | 1 | Дискуссия | Практические занятия | | воспитывать интерес к занятиям;  обучать навыкам личностной рефлексии |
| **Февраль**  **Февраль**  **Март**  **Март** |  | Привычки | 1 | Мини-лекции | Ролевые игры | | формировать самостоятельность у учащихся во время занятий;  обучать навыкам работы в группе |
| **Март** |  | Сочувствие | 1 | Мини-лекция |  | | формировать ответственность и самостоятельность учащихся в процессе практических занятий; |
|  |  | |  |
|  |  |
| **Апрель**  **Апрель**  **Май** |  | Азбука перемен | 1  1 | дискуссия | Ролевая игра | | обучать навыкам работы в паре;  обучать навыкам личностной рефлексии |
| **Май** |  | Культура поведения  (итоговое обследование **коммуникативных действий**, « Ваза с яблоками») |  | Дискуссия | Работа в парах | | обучать навыкам личностной  рефлексии |
|  |  | **Итого:** | **9ч** |  |  | |  |

**Методическое обеспечение**

Занятия направлены на сохранение психологического здоровья школьников, для достижения этой цели используются такие формы работы, которые учитывают психологические особенности данного возраста, это: психологические и ролевые игры, психологические тренинги, дискуссии, разыгрывание жизненных ситуаций, арт – терапевтические методы (сказкотерапия) метафорические истории и притчи. Занятия проводятся в неформальной обстановке. Положительный эмоциональный фон занятий способствует раскованности детей, раскрытию психологических возможностей.

Для развития эмоциональной сферы используют приемы, направленные на открытое проявление социально-приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими) эмоций как положительных, так и отрицательных.

Для развития коммуникативных способностей используются такие приёмы как рассматривание иллюстраций с последующим диалогом между взрослым и детьми; работа в парах и мини командах; вопросы и ответы при разыгрывании ситуаций или обсуждение чего-либо во время тренинга; задания, требующие от ребёнка развёрнутого ответа, собственного мнения, суждения.

На занятиях значительное место отводится заданиям, в которых каждый ребенок вне зависимости от школьных успехов чувствует собственную ценность и значимость.

В групповые занятия должны включаться игровые и двигательные задания. А также серьезное внимание необходимо уделять способам формирования учебной установки в форме игры и сказки. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути преодоления.

Для развития культуры применяют приемы, направленные на способность выражать свои мысли и чувства при помощи мимики, пантомимики, движений, осанки, позы.

Эмоциональный фон, на котором проходят занятия, очень важен еще и потому, что он способствует усвоению информации, идущей от взрослого. Чем разнообразнее поведение последнего (мимика, жесты, интонация речи и т. д.), тем легче и быстрее усваивается передаваемая им информация, поскольку фон, на котором преподносится некоторое содержание, постоянно вызывает ориентировочную реакцию у слушателей.

В связи с тем, что многие сегодняшние первоклассники не умеют играть в сюжетно-ролевые игры, взрослому приходится организовывать эти игры в группе и обучать детей ролевой игре, в ходе которой развиваются символическая функция, внутренний план действия фантазия и др.

Специфика младшего школьного возраста состоит в том, что цели деятельности задаются детям преимущественно взрослыми

Это определяет необходимость проведения специальной работы по развитию у детей приемов и способов овладения поведением в эмоционально напряженных ситуациях.

С этой целью психолог может использовать следующие типы заданий.

1. *Анализ отрывков из художественных текстов,* содержащих описание трудных ситуаций и особенностей действий в них человека. Это поможет детям в силу их недостаточной интроспективности лучше осознать свои переживания в аналогичных ситуациях, создаст представление о возможных вариантах действия в затрудненных условиях.

2. *Проигрывание предварительно сконструированных трудных ситуаций из школьной жизни* с демонстрацией различных по конструктивности способов действия. При этом необходимо обсудить особенности поведения каждого персонажа, их переживания и т. д.

3. *Моделирование ситуаций деятельности в затрудненных условиях* (публичное выступление, спортивные соревнования и др.) с целью отработки «знаемых» способов поведения.

В программе кружка предусмотрено использование применение методов, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

1. *объяснительно-иллюстративный*- дети воспринимают и усваивают готовую информацию
2. *репродуктивный*- учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности
3. *частично-поисковый -* участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом
4. *исследовательский*- самостоятельная творческая работа учащихся.

Так же на занятиях применяются методы направленные на организацию деятельности учащихся занятия:

1. *фронтальный*- одновременная работа со всеми учащимися
2. *коллективный*- организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми
3. *индивидуально-фронтальный -* чередование индивидуальных и фронтальных форм работы
4. *групповой* - организация работы по малым группам (от 2 до 7 человек)
5. *коллективно-групповой -* выполнение заданий малыми группами, последующая презентация результатов выполнения заданий и их обобщение
6. *в парах* - организация работы по парам
7. *индивидуальный* - индивидуальное выполнение заданий, решение проблем .

Для того чтобы работа в группе принесла ожидаемый результат, необходимо скрупулезное соблюдение методологических принципов*,* заложенных в ее основу. Вот эти принципы:

1) развитие отдельных психических процессов через перестройку и развитие мотивационной сферы ребенка;

2) субъектное отношение к ребенку;

3) развивающая работа должна строиться на основе индивидуального подхода;

4) занятия должны проходить в игровой форме и вызывать у участников группы живой интерес;

5) отношения с детьми должны быть доброжелательными и дружлюбными;

7) успех должен переживаться ребятами как радость; этому способствует положительная эмоциональная оценка любого достижения учащегося со стороны ведущего группы.

Методы, которыми можно пользоваться при анализе и эффективности кружковой деятельности:

*наблюдение* за поведением учеников, организационной и другими видами деятельности, характером общения школьников; результаты этих наблюдений фиксируются в дневниках учителя, в педагогических характеристиках;

использование ряда *специально подобранных ситуаций* (их можно назвать *экспериментальными педагогическими ситуациями),* которые можно включить в естественный ход процесса;

*индивидуальная беседа* с учеником, предполагающая прямые и косвенные вопросы о мотивах, смысле, целях собственного поведения для данного ученика.

На последнем занятии детям даются задания, требующие умения сотрудничать, договариваться, решать спорные вопросы. Успешность выполнения этих заданий является критерием эффективности проведенной работы.

Дидактический материал используемый на занятиях: плакаты «Эмоции», «Как я справляюсь со свои гневом», «Как я справляюсь со своей тревогой», памятки, карты «Черта характера», раздаточный материал, мультимедийные материалы и др.  
Техническое оснащение занятий: зеркала, микрофон, компьютер, мультимедийный проектор.  
Формы подведения итогов: слайдовая презентация для родителей и педагогов.

**Список литературы**

**Для педагогов:**

1. Бильгильдеева Т. «Здравствуй, цветочный город», (серия «Школьный психолог», выпуск 17)
2. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга.- М.: изд-во «Ось»,2001 г.
3. Пилипко Н.В. «Приглашение в мир общения».- УЦ «Перспектива»,2003 год.
4. Фопель К. как научить детей сотрудничать? – М.: Генезис, 2006
5. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе(1 – 4).

-Издательство :ГенезисМ,2006г

1. Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой.-Санкт-Петербург, 2007г.
2. Жизненные навыки Уроки психологии в 1 классе под ред. С.В. Кривцовой.- Генезис М, 2002г

**Для учащихся и их родителей:**

* 1. Пилипко Н.В. Приглашение в мир общения Часть1,2,3,4 Рабочая тетрадь – УЦ «Перспектива», 2001г,2003г
  2. Жизненные навыки Уроки психологии в 1 классе Рабочая тетрадь школьника классе под ред. С.В. Кривцовой.- Генезис М, 2002г
  3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника 1 класс- Издательство: Генезис