Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Специальная (коррекционная) общеобразовательная

школа-интернат V вида»

УТВЕРЖДЕНО: СОГЛАСОВАНО:

Заседание Педагогического совета №1 Зам. директора по ВР

От «31 » августа 2021 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.А. Балданова

Директор ГБОУ «С(К)ОШИ V вида» Руководитель МО педагогов-психологов \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.П. Загвозкина \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.В. Арьяева

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«Секреты общения»**

**для обучающихся 1-4 классов**

**Составители:** педагоги-психологи

Афанасьева Марина Михайловна

Арьяева Светлана Валерьевна

Серебренникова Ольга Деомидовна

Тодоева Ирина Сергеевна

**г. Улан-Удэ**

**2022 – 2023 гг.**

**Пояснительная записка**

Актуальность программыобусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС НОО) и направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Содержание программы «Секреты общения» ориентировано на развитие 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 является психологическое здоровье. А ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Данная программа способствует поиску эффективных путей преодоления возникающих трудностей в совместной учебной деятельности обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе начального общего образования для детей с тяжелыми нарушениями речи (вар. 5.2.) далее АООП НОО.

Курс коррекционно-развивающих занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;

- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;

- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;

- способность справляться со страхами, обидами, гневом;

- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;

- умение справляться с негативными эмоциями;

- стремление к изучению своих возможностей и способностей;

- успешная адаптация в социуме.

Программа «Секреты общения» составлена на основе программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему «Я» (1-4 классы)», программы Т.А. Аржакаевой, И.В. Вачкова «Психологическая азбука», программы А. Лопатиной, М. Скребцовой, «Начало мудрости. 50 уроков о добрых качествах».

# Нормативно-правовые документы, на основании которых разработана программа «Секреты общения»:

* Федеральный закон от 29.12.2012 № 273«Об образовании в Российской Федерации»;
* Федеральный закон от 24.07.1998 № 124 (ред. от 02.12.2013) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
* Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 6.10.2009 № 373

«Об утверждении и введении в действие ФГОС НОО» (с изменениями 29.10.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357);

* Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 №1598

«Об утверждении ФГОС НОО обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

* СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил.
* СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным образовательным программам для обучающихся с ОВЗ» утвержденный постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10.07.2015 № 26.
* Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования для обучающихся с ТНР ГБОУ «С(К)ОШИ V вида» г. Улан-Удэ.
* Устав ГБОУ «С(К)ОШИ V вида» г. Улан-Удэ.

**Цель программы:**

создание условий для сохранения психологического здоровья младших школьников и их успешной адаптации в обществе.

# Задачи:

* создание психологически комфортных условий, способствующих успешной адаптации обучающихся к школьной жизни;
* развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сфер младших школьников;
* гармонизация психоэмоционального состояния обучающихся;
* создание условий для оптимального развития индивидуальных способностей ребенка и раскрытие его творческого потенциала;
* формирование социальной компетентности младших школьников;
* формирование осознанной саморегуляции познавательной деятельности и поведения;
* стимулирование познавательной активности, а также интереса к себе, окружающему предметному и социальному миру, осознанию имеющихся трудностей, формирование школьной мотивации.

**Планируемые результаты:**

* обучающиеся определяют цели своего обучения, формулируют новые задачи познавательной деятельности, справляются с возникающими трудностями;
* сформирована внутренняя позиция школьника;
* устанавливают дружеские межличностные отношения в классном коллективе;
* сформировано эмоционально-положительное отношение к школе;
* понимают свое эмоциональное состояние, а также эмоциональное состояние других людей;
* начинают управлять своим эмоциональным состоянием и поведением;
* наблюдается снижение психоэмоционального напряжения, страхов;
* наблюдается развитие воображения, символических представлений, креативности;
* умеют сотрудничать в учебной ситуации и осуществлять совместную деятельность со сверстниками и учителями;
* умеют регулировать конфликтные ситуации посредством учета интересов сторон и поиска компромисса.

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

**1 класс**

*Регулятивные УУД:*

* овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
* определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;
* учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
* строить речевое высказывание в устной форме.

*Познавательные УУД:*

* уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя;
* учиться исследовать свои качества и свои особенности;
* учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя;
* учиться наблюдать;
* моделировать ситуацию с помощью учителя.

*Коммуникативные УУД:*

* учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
* учиться работать в паре и в группе;
* выполнять различные роли;
* слушать и понимать речь других ребят;
* осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

**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;
* учиться высказывать своё предположение в ходе работы с различными источниками информации.
* 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;
* 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;
* учиться делать осознанный выбор в сложных ситуациях;
* осознавать свою долю ответственности за всё, что с ним происходит;
* реалистично строить свои взаимоотношения друг с другом и взрослыми;
* планировать цели и пути самоизменения с помощью взрослого;
* соотносить результат с целью и оценивать его.

*Познавательные УУД:*

* планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей;
* наблюдать, сравнивать по признакам, сопоставлять;
* учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения;
* оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости;
* адекватно воспринимать оценку учителя.

*Коммуникативные УУД:*

* ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;
* учиться контролировать свою речь и поступки;
* 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.

**Возрастная группа:** данная программа ориентирована на обучающихся с 6,5 до 11 лет.

**Организационная структура занятий**

Программа рассчитана на обучающихся по АООП НОО (1-4 классы).

* 1 класс – 33 часа, с периодичностью 1 раз в неделю, время занятия составляет 30-40 минут.
* 2-4 класс – 34 часа, с периодичностью 1 раз в неделю, время занятия составляет 30-40 минут.

# Формы и методы:

**Форма организации** - групповые занятия.

**Методы** - игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), метод творческого самовыражения(литературное, художественное и другие виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

* ритуал приветствия;
* разминку;
* основное содержание занятий;
* ритуал прощания.

Для **отслеживания результатов** предусматриваются следующие **формы контроля**:

**Стартовый:** определение исходного уровня развития учащихся (по методикам);

**Текущий:** рефлексивный;

**Итоговый:** мониторинг психического развития и творческие работы учащихся.

**Содержание программы**

Содержание программы включает в себя 5 блоков, разделенных по классам. В каждом классе предполагается входная и итоговая диагностика, позволяющая определить мотивацию к обучению, эмоциональное состояние обучаю щихся в образовательном учреждении, уровень самооценки и мышления.

В **1-х дополнительных классах** предполагается проведение занятий, направленных на формирование внутренней позиции школьника, формирование положительной учебной мотивации, сплочение классного коллектива,формирование эмоциональной стабильности и положительной самооценки у детей младшего школьного возраста

**В 1-х классах** предполагается проведение занятий, направленных на формирование внутренней позиции школьника, формирование положительной учебной мотивации, сплочение классного коллектива, ознакомление с содержательным наполнением собственных эмоциональных состояний

Во **2-х классах** работа строится с акцентом на развитии эмоциональной грамотности у обучающихся. Занятия предполагают актуализацию у учащихся знаний об эмоциональной сфере, развитие самоанализа и рефлексии, способности к поиску путей преодоления трудностей, развитии интереса и понимания как собственного так и внутреннего мира окружающих людей.

Содержание программы в **3-х классах** направлено на развитие индивидуальных способностей и раскрытие творческого потенциала обучающихся. На занятиях предполагается формирование интереса к исследованию своего характера, своих возможностей, развитие воображения, символических представлений, развитие навыков общения к коллективе сверстников. Также обучающимся предоставляется возможность отреагировать свои чувства по отношению к учителю, родителям.

В **4-х классах** работа направлена на формирование социальной компетентности. Предполагается формирование у обучающихся уверенности в собственных силах, в своих возможностях. Формируется представление о роли эмоций в общении, позитивном решении конфликтных ситуаций.

**Блок 1. «Адаптация первоклассников и преодоление трудностей в обучении»**

**(1-е дополнительные классы)**

**Цель**: создание психологически комфортных условий, способствующих успешной адаптации первоклассников.

# Задачи:

* содействовать осознанию позиции школьника;
* формировать дружеские отношения в классном коллективе;
* развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях;
* повышать уровень мотивации к обучению;
* развивать и корректировать психические функции обучающихся.

# Планируемые результаты:

* сформировано положительное отношение обучающихся к коррекционным занятиям, понимания их необходимости для дальнейшего успешного обучения;
* обучающиеся способны определять цели своего обучения, формулировать новые задачи познавательной деятельности, справляться с возникающими трудностями;
* сформирована внутренняя позиция школьника, ученики знают правила поведения в образовательном учреждении;
* учащиеся проявляют дисциплинированность в учебной деятельности для достижения значимых результатов;
* сформированы дружеские межличностные отношения в классном коллективе;
* сформировано эмоционально-положительное отношение к школе;
* сформирована учебная мотивация к обучению.

# Тематическое планирование

**«Адаптация первоклассников и преодоление трудностей в обучении»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Тема занятия,*  *основные цели* | *Содержание*  *занятия* | *Кол-во*  *часов* |
| 1. | Определение уровня готовности к школьному  обучению | Проведение диагностики уровня готовности к школьному обучению. | 1 |
| 2. | Определить мотивацию к обучению, эмоциональное  состояние первоклассников в школе | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально-личностной сфер | 1 |
| 3. | Знакомство.  Введение в мир психологии.  Определение техники  безопасности на уроках психологии. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игры с мячом «Знакомство», «Наши ласковые имена», задание «Правила наших занятий», рисунок «Мое ожившее имя». | 1 |
| 4. | Сплочение одноклассников. Формирование положительного отношения к коррекционным занятиям. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», «Прошепчи свое имя», игра «Снежный ком», «Паровозик и вагончики», игра с мячом «Мне нравится … А тебе?». | 1 |
| 5. | Я теперь школьник. Ознакомить с правилами школьной жизни,  определить их необходимость. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игра «Взялись за руки», задание «Правила школьной жизни», рисунок «Самое важное правило в школе». | 1 |
| 6. | Что значит быть школьником?  Помочь в осознании социальной позиции школьника. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игра «Ты кто?», беседа по теме «Что значит быть школьником», рисунок «Я – школьник». | 1 |
| 7. | Зачем нужно ходить в школу?  Формирование позитивной мотивации к обучению в школе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, упражнение «Закончи предложения», игра «Какой урок важнее?», работа со сказкой. | 1 |
| 8. | Какие ребята в моем классе?  Способствовать  формированию дружеских отношений в классе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», «Мое имя начинается с буквы», «Сколько в моем классе?», «Закончи предложения», «Мы», «Вспомним хорошие поступки», «Мы любим», работа со сказкой. | 1 |
| 9. | Мои друзья в классе. Сплочение одноклассников. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая гимнастика, «Тропинка к сердцу», «Найди своего друга», рисунок «Мой дружный класс». | 1 |
| 10. | Трудности первоклассника в школе. Я умею преодолевать трудности. Выявление  основных трудностей  первоклассника, поиск путей по их преодолению. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Копилка трудностей», «Какой вы можете дать совет», «Закончи предложения», «Изобрази ситуацию». | 1 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11. | Учимся управлять собой. Развитие воли,  дисциплинированности в учебной деятельности. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, игра «Черепашьи бега». | 1 |
| 12. | Мои успехи в школе.  Развитие уверенности в себе, дружеских отношений в  классном коллективе. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Закончи предложения», «Буратино забыл слова», «Спасибо, что помог», рисунок «Мне помогли», игра «Считалка», работа со сказкой. | 1 |
| 13. | Моя «учебная сила».  Развитие уверенности в своих учебных возможностях. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Я тоже», «Встаньте, у кого есть…», «Главная учебная сила», работа со сказкой. | 1 |
| 14. | Моя школьная жизнь. Формирование позитивной мотивации к обучению, эмоционально-положительного отношения к школе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игры «День и ночь», «Для чего ходят в школу», рисуем комикс «Один день из моей школьной жизни». | 1 |
| 15. | Школа моей мечты.  Формирование эмоционально-положительного отношения к школе,  дружеских межличностных отношений в классе. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу»,  психологическая разминка, «Волшебный кубик», командный рисунок «Школа моей мечты». | 1 |
| 16. | Я учусь владеть собой  Создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них, ознакомить детей с понятием "настроение". | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», работа с рассказом, игра-разминка, работа с музыкальными отрывками и раскрасками. | 1 |
| 17. | Я учусь владеть собой  Учить детей управлять своим настроением, учить детей искать выход из трудных ситуаций. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», упражнение «Подарим друг другу улыбку», работа с текстом, опыт «Сломанная игрушка». | 1 |
| 18. | Я учусь владеть собой  Зкрепить умение менять отношение к трудной ситуации. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», упражнение «Даже если…», упражнение «Я справился!». | 1 |
| 19. | «Мой выбор»  Ознакомить детей с понятием "выбор", учить прогнозировать ситуацию. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», работа с рассказом «Памси выбирает», игровые ситуации. | 1 |
| 20. | «Мой выбор»  Ознакомить детей с понятием ответственности за свой выбор. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая игра «Магазин». | 1 |
| 21. | «Мой выбор»  Закрепить знания о правилах осуществления выбора, учить детей анализировать свои поступки и поступки других людей. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу»,Упражнение "Рисуем картинки в уме" Игра-упражнение "Догадайся, из какой коробки?" Игра-упражнение "Догадайся о выборе, если..." | 1 |
| 22. | «Успех»  Дать представление о понятии "успех". | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», работа с рассказом, Упражнение "Я смогу!" | 1 |
| 23. | «Успех»  Дать детям знание об условиях достижения успеха и наглядное представление о составляющих успеха. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», работа с рассказом «Контрольная работа», плакат "Звезда удачи". | 1 |
| 24. | «Успех»  Закрепить представление о составляющих успеха, учить детей применять полученные знания. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», Ролевые игры, Упражнение "Рисуем картинки в уме". | 1 |
| 25. | «Помоги себе сам»  Выработать у детей умение самостоятельно помогать себе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», Упражнение-тренинг | 1 |
| 26. | «Помоги себе сам»  Дать детям представление об индивидуальности, неповторимости каждого из них, диагностика самооценки. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», упражнение «Лесенка», работа с рассказом «Разноцветные камешки», рисование. | 1 |
| 27. | Учимся дружить  Развивать коммуникативные навыки, вырабатывать доброжелательное отношение друг к другу, развивать положительную самооценку. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», Упражнение "Мостик дружбы", "Подари камешек", Игра "Если нравится тебе, то делай так!" | 1 |
| 28. | Саморегуляция  Дать детям представление о саморегуляции в критических ситуациях; —ввести понятие "тайм-аут". | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», работа с рассказом «Кто хозяин в песочнице?», Игра "Если нравится тебе, то делай так" | 1 |
| 29. | Саморегуляция  Тренировка умения останавливаться, регулировать свое агрессивное поведение, т.е. брать тайм-аут, развитие коммуникативных навыков | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», Разыгрывание ситуаций | 1 |
| 30. | Страхи  Предупреждение и коррекция страхов. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», рассказ "Ночные страхи", рисуем свой страх,Игра "Найди способ выйти из круга" | 1 |
| 31. | Творческая мастерская  развитие умения передавать эмоции художественными средствами. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», Взлохмаченные человечки (создание портретов) | 1 |
| 32. | Творческая мастерская  развитие умения передавать эмоции художественными средствами. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», «Русские горки» (вагончики эмоций) | 1 |
| 33. | Итоговое занятие.  Мы владеем разными эмоциями.  Помочь осознать  относительность оценки чувств. | Психологические упражнения и игры:  «Покажи дневник маме», «Закончи предложения», «Море волнуется», «Волны разных эмоций». | 1 |

**Блок 2. «Развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы»**

**(1-е классы)**

**Цель:** развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сферы младших школьников.

# Задачи:

* способствовать снижению психоэмоционального напряжения;
* обучать распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей;
* формировать адекватные формы психологической защиты;
* формировать адекватную самооценку, развивать способность к самоанализу;
* способствовать снижению уровня страхов;
* развивать коммуникативные навыки.

# Планируемые результаты:

* обучающиеся понимают свое эмоциональное состояние, а также эмоциональное состояние других людей;
* осознают относительность оценки чувств;
* начинают управлять своим эмоциональным состоянием и поведением;
* наблюдается снижение психоэмоционального напряжения, страхов;
* сформирована адекватная самооценка, развивается способность к саморефлексии;
* наблюдается развитие коммуникативных навыков.

# Тематическое планирование

**«Адаптация первоклассников, развитие эмоционально-волевой и коммуникативной сфер»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Тема занятия,*  *основные цели* | *Содержание*  *занятия* | *Кол-во*  *часов* |
| 1. | Определение уровня готовности к школьному  обучению | Проведение диагностики уровня готовности к школьному обучению. | 1 |
| 2. | Определить мотивацию к обучению, эмоциональное  состояние первоклассников в школе | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально-личностной сфер | 1 |
| 3. | Знакомство.  Введение в мир психологии.  Определение техники  безопасности на уроках психологии. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игры с мячом «Знакомство», «Наши ласковые имена», задание «Правила наших занятий», рисунок «Мое ожившее имя». | 1 |
| 4. | Сплочение одноклассников. Формирование положительного отношения к коррекционным занятиям. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», «Прошепчи свое имя», игра «Снежный ком», «Паровозик и вагончики», игра с мячом «Мне нравится … А тебе?». | 1 |
| 5. | Я теперь школьник. Ознакомить с правилами школьной жизни,  определить их необходимость. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игра «Взялись за руки», задание «Правила школьной жизни», рисунок «Самое важное правило в школе». | 1 |
| 6. | Что значит быть школьником?  Помочь в осознании социальной позиции школьника. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игра «Ты кто?», беседа по теме «Что значит быть школьником», рисунок «Я – школьник». | 1 |
| 7. | Зачем нужно ходить в школу?  Формирование позитивной мотивации к обучению в школе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, упражнение «Закончи предложения», игра «Какой урок важнее?», работа со сказкой. | 1 |
| 8. | Какие ребята в моем классе?  Способствовать  формированию дружеских отношений в классе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», «Мое имя начинается с буквы», «Сколько в моем классе?», «Закончи предложения», «Мы», «Вспомним хорошие поступки», «Мы любим», работа со сказкой. | 1 |
| 9. | Мои друзья в классе. Сплочение одноклассников. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая гимнастика, «Тропинка к сердцу», «Найди своего друга», рисунок «Мой дружный класс». | 1 |
| 10. | Трудности первоклассника в школе. Я умею преодолевать трудности. Выявление  основных трудностей  первоклассника, поиск путей по их преодолению. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Копилка трудностей», «Какой вы можете дать совет», «Закончи предложения», «Изобрази ситуацию». | 1 |
| 11. | Учимся управлять собой. Развитие воли,  дисциплинированности в учебной деятельности. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, игра «Черепашьи бега». | 1 |
| 12. | Мои успехи в школе.  Развитие уверенности в себе, дружеских отношений в  классном коллективе. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Закончи предложения», «Буратино забыл слова», «Спасибо, что помог», рисунок «Мне помогли», игра «Считалка», работа со сказкой. | 1 |
| 13. | Моя «учебная сила».  Развитие уверенности в своих учебных возможностях. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу», ролевая психогимнастика, «Я тоже», «Встаньте, у кого есть…», «Главная учебная сила», работа со сказкой. | 1 |
| 14. | Моя школьная жизнь. Формирование позитивной мотивации к обучению, эмоционально-положительного отношения к школе. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Приветствие по кругу», игры «День и ночь», «Для чего ходят в школу», рисуем комикс «Один день из моей школьной жизни». | 1 |
| 15. | Школа моей мечты.  Формирование эмоционально-положительного отношения к школе,  дружеских межличностных отношений в классе. | Психологические упражнения и игры:  упражнение «Приветствие по кругу»,  психологическая разминка, «Волшебный кубик», командный рисунок «Школа моей мечты». | 1 |
| 16. | Учимся слушать других. Развитие умения слушать других людей, развитие  коммуникативных навыков. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Сосулька», «Слушаем тишину», другие игры на развитие умения слушать. | 1 |
| 17. | Я умею слышать мнение другого человека.  Развитие умения слушать других людей, развитие  коммуникативных навыков, самоконтроля. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра «Четыре стихии», «Кто умеет слышать мнение другого?». | 1 |
| 18. | Учимся на своих ошибках. Снижение страха перед ошибками, повышение эмоциональной  устойчивости. | Психологические упражнения и игры: игра «Печатаем на компьютере», «На ошибках учатся», лепка из пластилина. | 1 |
| 19. | Я умею делать задания  вместе с другими. Развитие коммуникативных навыков, умения действовать  совместно с другими людьми, развитие  самоконтроля. | Психологические упражнения и игры:  «Постройся в ряд по признаку», «Лучик внимания», «Передай предмет без рук», «Прыжок без парашюта». | 1 |
| 20. | Я учусь решать конфликты. Развитие коммуникативных навыков, умения решать конфликты приемлемыми путями. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Росток под солнцем», «Ассоциации к слову конфликт», групповая дискуссия на тему «Как я справляюсь с конфликтами». | 1 |
| 21. | Я умею решать конфликты. Повышение эмоциональной устойчивости, развитие  самоконтроля. | Психологические упражнения и игры: игра «Кто что делает?», «Типичные конфликты первоклассников»,  разыгрывание конфликта. | 1 |
| 22. | Я умею быть  доброжелательным.  Развитие способности к саморефлексии, формирование адекватной самооценки. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, лепка из пластилина, упражнение «Испытания», «Кому письмо?», «Ищем хорошее качество, благодарим, извиняемся». | 1 |
| 23. | Мимика и Жесты — язык мира эмоций. Ознакомление с невербальными  проявлениями эмоций. | Психологические упражнения и игры:  «Зайчик рассмеялся – зайчик испугался», «Раз, два, три, позу за мной повтори», «Закончи предложения», «Язык мира эмоций», «Передай сообщение», рисунок «Мои эмоции  в школе, дома, на улице, с друзьями». | 1 |
| 24. | Радость. Как ее доставить другому человеку?  Рассмотреть особенности содержательного  наполнения «радости». | Психологические упражнения и игры:  «Превратись в животное», «Закончи предложения», «Как доставить радость другому человеку», «Корзинка добрых  слов». | 1 |
| 25. | Грусть. Ознакомление с особенностями  содержательного  наполнения «грусти». | Психологические упражнения и игры:  «Котенок», «Закончи предложения», «Грустные ситуации», рисунок для грустного человека. | 1 |
| 26. | Страх.  Ознакомление с особенностями  содержательного  наполнения «страха». | Психологические упражнения и игры:  «Мысленная картинка», «Конкурс страхов», «Закончи предложения», «Лабиринты», смешной рисунок страха. | 1 |
| 27. | Как справится со страхом?  Снижение  психологического  напряжения, страхов. | Психологические упражнения и игры:  «Чужие рисунки», «Испугаем по- разному», «Страшная маска». | 1 |
| 28. | Гнев.  Ознакомление с особенностями  содержательного  наполнения «гнева».  Развитие самоконтроля. | Психологические упражнения и игры:  «Разозлились – одумались», «Разборчивый грибник», «Закончи предложения», работа со сказкой,  «Стакан гнева». | 1 |
| 29. | Обида. Ознакомление с  особенностями  содержательного  наполнения «обиды». | Психологические упражнения и игры:  «Пусть всегда будет…», «Закончи предложения», «Какая у меня обида». | 1 |
| 30. | Прощение растворяет  обиды. | Психологические упражнения и игры:  «Напрасная обида», лепим из пластилина «Весеннее настроение». | 1 |
| 31. | Определить уровень  самооценки, развитие познавательных процессов. | Проведение диагностики самооценки,  развития познавательных процессов. | 1 |
| 32. | Определить мотивации к  обучению, эмоционального состояния школьников в  школе. | Проведение диагностики мотивационной  и эмоционально-личностной сфер. | 1 |
| 33. | Итоговое занятие.  Мы владеем разными эмоциями. Помочь осознать  относительность оценки чувств. | Психологические упражнения и игры:  «Покажи дневник маме», «Закончи предложения», «Море волнуется», «Волны разных эмоций». | 1 |

# Блок 3. «Развитие эмоциональной грамотности

**(2 класс)**

**Цель программы:** гармонизация психоэмоционального состояния учащихся.

# Задачи программы:

* актуализировать у учащихся знаний об эмоциональной сфере;
* способствовать развитию осознания наличия различных положительных качеств в себе и окружающих людях;
* обучать навыкам эффективного взаимодействия, способствовать сплочению классного коллектива;
* формировать способности анализировать сложные ситуации взаимодействия людей;
* формировать способности правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям;
* развивать эмпатию, умение чувствовать партнера;
* повышать мотивацию к обучению, формировать положительное отношение к школе.

# Планируемые результаты:

* осознают свои достоинства и недостатки;
* проявляют потребность в самопознании и самоизменении;
* осознают актуальные желания и мотивы;
* проявляют сдержанность, терпение, вежливость в процессе взаимодействия;
* адекватно анализируют собственные проблемы;
* умеют работать в парах, расширен поведенческий репертуар.

# Тематическое планирование

**«Развитие эмоциональной грамотности»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Тема занятия,*  *основные цели* | *Содержание*  *занятия* | *Кол-во*  *часов* |
| 1. | Определить уровень мотивации к обучению, эмоционального состояния в образовательном учреждении. | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально- личностной сфер | 1 |
| 2. | Определить самооценку, уровень  развития мышления | Проведение диагностики самооценки и притязаний учащихся, развития мышления | 1 |
| 3. | Мы рады встрече.  Ознакомить с целями занятий, формой работы, принятие правил поведения на уроках  психологии, создание мотивации на совместную работу. | Психологические упражнения и игры: упражнение «Необычное приветствие», задание «Ассоциации», упражнение  «Внимательный слушатель», упражнение «Расскажи о впечатлениях другого». | 1 |
| 4. | Психология – знакомая незнакомка.  Актуализация имеющихся знаний по психологии, способствовать развитию навыков коллективного сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: «Представь другого», игра «Пусть пересядут те…», упражнение «И я …», «Собери слова», «Найди пару», «Я на лесенках характера». | 1 |
| 5. | Мой класс.  Актуализация интереса к себе и своим одноклассникам, способствовать развитию навыков коллективного сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка  «Внешний и внутренние миры», упражнение «Маленький принц», творческое задание «Галактика нашего класса». | 1 |
| 6. | Мой успех в школе.  Прояснение целей на время обучения во втором классе, акцентирование внимания на имеющихся возможностях, повысить мотивацию к обучению. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка «Успех в школе», беседа «Мом цели», «Что помогает нам достигать целей?». | 1 |
| 7. | Мимика и жесты – язык мира  эмоций. Повторение материала о  неречевых средствах общения. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка, беседа, «Тренировка мимики, жестов, позы». | 1 |
| 8. | Мой мир каракуль.  Актуализация у учащихся знаний об эмоциональной сфере, развитие самоанализа и  рефлексии. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка, рисунок «Мир каракуль». | 1 |
| 9. | Моя тайна.  Развитие интереса к собственному внутреннему миру. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка «Ассоциации», «Лишнее слово», «Закончи предложения», лепка из пластилина. | 1 |
| 10. | Мой мир эмоций.  Актуализация у учащихся знаний об эмоциональной сфере, развитие самоанализа и  рефлексии. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Лишнее слово», «Что такое внутренний мир?», игра «Испорченный телефон эмоций», рисунок «Мой мир эмоций»,  «Анкета». | 1 |
| 11. | Понимаем чувства другого.  Развитие интереса и понимания внутреннего мира окружающих людей. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Лишнее слово», упражнение  «Сочини рассказ», «Режим дня». | 1 |
| 12. | Мы испытываем разные чувства.  Развитие интереса и понимания внутреннего мира окружающих людей. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Кто сегодня чувствовал…»,  «Пластилиновое чувство», «Реши пример». | 1 |
| 13. | Мои желания.  Ознакомление с понятиями  «желание» и «потребность»,  содействие в осознании своих желаний и развитие рефлексии. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка  «Передача движения по кругу», задание «Цветик-семицветик». | 1 |
| 14. | Борьба мотивов.  Показать разнообразие мотивов, познакомить с феноменом борьбы мотивов, содействовать осознанию своих мотивов. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Мое самое сильное желание», релаксационное упражнение «Реализация желаний». | 1 |
| 15. | Мои мотивы.  Содействие осознанию своих мотивов поведения, способствование развитию позитивных мотивов. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка, упражнение «Мотивы наших  поступков», задание «Такие разные мотивы», упражнение «Борьба мотивов». | 1 |
| 16 | Какие мотивы у других?  Содействовать в осознании детьми мотивов своего поведения, научить анализировать мотивы поведения других людей. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Мои выборы», задание «Мои желания для других», игра «Говорящие мотивы», Психологические упражнения и игры: задание «Границы моих  желаний». | 1 |
| 17. | Мое отношение к оценке.  Формирование у детей правильного отношения к оценке, помощь в осознании критериев оценки, коррекция мотивации. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, игра «Оцени другого», беседа «Мое отношение к оценке», работа со сказкой. | 1 |
| 18. | Люди отличаются друг от друга  своими качествами.  Познакомить с понятием «качества характера». Помочь исследовать свои качества, изучить свои  особенности. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Кто сегодня молодец», «Сердце класса». | 1 |
| 19. | «Светлые» и «темные» качества  людей.  Продолжение знакомства с качествами характера. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Какие качества задуманы», «Я знаю пять хороших качеств», «Качество в подарок». | 1 |
| 20. | Самое важное качество.  Акцентирование внимания на положительных качествах характера. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка,  «Найди лишнее слово», «Отгадай  качество», «Мягкое сердце», «Даром ни одно дело не пропадает», творческое задание «Сердце цветок». | 1 |
| 21. | Чистое сердце.  Формирование дружеских отношений между одноклассниками, способностей и навыков эффективного взаимодействия и  сотрудничества. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка, игра «Цветок примирения», работа со сказкой, сценка «Учимся прощать». | 1 |
| 22. | Трудности второклассника в школе, дома, на улице.  Осознание имеющихся трудностей, поиск путей их преодоления. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Загадай игрушку», «Крылатые качели», рисунок «Трудные ситуации второклассника». | 1 |
| 23. | Школьные трудности.  Развитие способности к  самоанализу, поиск путей преодоления трудностей. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Изобрази ситуацию», «Закончи предложения». | 1 |
| 24. | Домашние трудности.  Развитие способности к самоанализу, поиск путей преодоления трудностей. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка,  «Если я улитка…», «Золотая рыбка». | 1 |
| 25. | Что такое конфликт и для чего  он может быть нужен.  Развитие коммуникативных навыков, умения решать конфликты приемлемыми путями. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Ассоциации», «Закончи предложения», «Лишнее слово», «Плюсы и минусы конфликта». | 1 |
| 26. | Стратегии разрешения  конфликтов.  Повышение эмоциональной устойчивости, развитие самоконтроля. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка,  разыгрывание стратегий разрешения конфликта. | 1 |
| 27. | Я умею понимать другого! Я  умею принимать другого!  Развитие понимания эмоционального состояния других людей. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка,  Игра «Пойми меня», «Наши симпатии», упражнение «Почтовый ящик», групповые рисунки. | 1 |
| 28. | Что такое дружба? Умею ли я  дружить?  Сплочение классного коллектива, формирование навыков эффективного  сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Качества настоящего друга», «Шкала дружбы», лепка из пластилина. | 1 |
| 29. | Меняемся ради дружбы.  Сплочение классного коллектива, формирование навыков эффективного  сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Визуализация», работа со сказкой. | 1 |
| 30. | Кто такой доброжелательный человек? Трудно ли им быть?  Развитие способности к саморефлексии, формирование адекватной самооценки. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, игра «Подумаем о доброте», творческое задание «Осколок доброты», рисунок «Дерево доброты». | 1 |
| 31. | Я желаю добра ребятам в классе.  Формирование дружеских отношений между  одноклассниками, способностей и навыков эффективного взаимодействия и  сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Аналогии», «Шифровальщики», «Я желаю добра», «Светлые мысли и дела». | 1 |
| 32. | Определить уровень мотивации  к обучению, эмоциональное состояние в образовательном учреждении | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально- личностной сфер | 1 |
| 33. | Определить самооценку, уровень развития мышления | Проведение диагностики самооценки и притязаний учащихся, уровня развития мышления | 1 |
| 34. | Мы команда – мы класс!  Итоговое занятие. | Психологические упражнения и  игры: психологическая разминка, игра «Паутина», коллективный коллаж «Мы команда – мы класс!». | 1 |

# Блок 4. «Развитие индивидуальных способностей и раскрытие творческого потенциала»

# (3 класс)

**Цель программы:** создание условий для оптимального развития индивидуальных способностей ребенка.

# Задачи программы:

* актуализировать развитие творческих способностей обучающихся;
* развивать навыки сотрудничества при решении различных проблем;
* способствовать формированию элементарных умений эмоциональной саморегуляции;
* развивать способность к самоанализу, осознание своей уникальности, индивидуальности.

# Планируемы результаты:

* наблюдается развитие воображения, символических представлений, креативности;
* обучающиеся применяют полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;
* умеют договариваться при решении различных проблем;
* осознают ценности душевного здоровья и внутренней гармонии;
* осознают собственную полезность и ценность;
* умеют анализировать художественные произведения с точки зрения эмоционального восприятия.

# Тематическое планирование

**«Развитие индивидуальных способностей и раскрытие творческого потенциала»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Тема занятия, основные цели* | *Содержание занятия* | *Кол-во часов* |
| 1. | Определить уровень мотивации к обучению,  эмоциональное состояние в образовательном учреждении | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально-личностной сфер | 1 |
| 2. | Определить самооценку, | Проведение диагностики самооценки и | 1 |
|  | уровень развития мышления | притязаний учащихся, уровня развития мышления |  |
| 3. | Новая встреча с психологией.  Ознакомить с целями занятий, формой работы, принятие правил поведения на уроках психологии. | Психологические упражнения и игры:  «Ассоциации», «Закончи предложения», рисуем фильм «О лете», «Если бы не было на свете школ…». | 1 |
| 4. | Мои цели.  Определение целей и задач на учебный год, развитие умения самостоятельно ставить перед собой цели и добиваться их. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, «Послание в будущее». | 1 |
| 5. | Я взрослею.  Способствовать осознанию происходящих изменений. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка. упражнение «Взрослое имя», «Сумка», «работа со сказкой. | 1 |
| 6. | Я и моя школа.  Повышение мотивации к обучению, формирование позитивного отношения к школе. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, «Мешок хороших качеств», «Неоконченные  предложения», «Радио интервью», рисунок «Школа на планете, где все наоборот». | 1 |
| 7. | Что такое лень?  Ознакомление с содержательным  наполнением понятия «лень», поиск путей преодоления лени для достижения значимых результатов. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, упражнение  «Мусорное ведро», игра «Скульптура», беседа, «Существо по имени лень», лепка из пластилина. | 1 |
| 8. | Я и мой учитель.  Предоставление возможности учащимся отреагировать свои чувства  по отношению к учителю. | Психологические упражнения и игры:  «Родительское собрание», «Что я чувствую в школе», «Неоконченные  предложения», работа со сказкой. | 1 |
| 9. | Я и мои родители.  Осознание требований  родителей, сопоставление с возможностями и желаниями учащихся. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, «Сонное дыхание», «Неоконченные предложения», «Заботимся о родителях», рисунок семьи. | 1 |
| 10. | Я умею просить прощение.  Обучение способам  разрешения конфликтов с родителями. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Изобрази предмет», «Чувства», «Неоконченные  предложения», работа со сказкой. | 1 |
| 11. | Почему родители наказывают детей.  Обучение способам  разрешения конфликтов с родителями (продолжение). | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, «Я сделал дело хорошо», «Неоконченные  предложения», игра «Цветок  примирения», «Добро помни, а зло забывай». | 1 |
| 12. | Благодарность.  Ознакомление с содержательным  наполнением понятия «благодарность», ее роли в нашей жизни. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра  «Благодарное сердце», работа с рассказом, рисунок образа слова  «Спасибо». | 1 |
| 13. | Мой верный попутчик – стремление делать все отлично! | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Куда мы полетим», «Трудимся с любовью», творческое задание «Маленькое дело», работа со сказкой. | 1 |
| 14. | Упорство и труд все перетрут.  Осознание важности упорства и трудолюбия для достижения значимых целей. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра  «Упорный, как мяч», творческое задание  «Упорные герои», рисунок «Упорство и труд», работа со сказкой. | 1 |
| 15. | Мой характер, его «светлые» и «темные» качества. Актуализация интереса к исследованию своего  характера, своих возможностей. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, творческое задание «Доброе дело», «Дерево доброты». | 1 |
| 16. | Умение видеть хорошее.  Развитие воображения, умения видеть хорошее в себе, в окружающих людях. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра  «Хорошее качество», беседа, работа с рассказом, рисунок «Все хорошее», творческое задание «Находим хорошее  вокруг себя». | 1 |
| 17. | Каким меня видят окружающие.  Формирование адекватной реакции на обоснованную критику, расширение  представлений о вежливости. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра «Школа вежливости», сценка «Приветливые люди», «Каким меня видят...», работа со сказкой. | 1 |
| 18. | Преодолеваем себя.  Выявление основных трудностей, поиск путей по их преодолению. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, упражнение  «Преодолевая себя», беседа о трудностях, лепка из пластилина. | 1 |
| 19. | Мои достижения. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, «Изобрази достижение», игра «Круговые хвасталки», «Области достижений»,  «Мой успех похож на…», рисунок. | 1 |
| 20. | Мои ресурсы. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра «Что мне помогает», беседа «Что такое ресурсы?»,  «В трудную минуту мне помогает...». | 1 |
| 21. | Я умею фантазировать.  Развитие воображения, символических  представлений, креативности. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка «Мысленные картинки», «Волшебный компот». | 1 |
| 22 | Фантазии и ложь.  Осознание разницы между фантазиями и ложью, необходимости правдивости в нашей жизни. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка «Мысленные картинки», игра «Сердечко честности», работа со сказкой, творческое задание  «Честные люди». | 1 |
| 23. | Мои сны.  Развитие воображения, символических  представлений, креативности. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка «Мысленные картинки», «Неоконченные  предложения», «Самый интересный сон», рисунок о своем сне. | 1 |
| 24. | Мои мечты.  Развитие воображения, символических  представлений, креативности. | Психологические упражнения и игры:  «Ассоциации», «Моя мечта»,  «Неоконченные предложения», работа со сказкой, рисунок | 1 |
| 25. | Умение общаться.  Развитие способностей и навыков эффективного взаимодействия и  сотрудничества. | Психологические упражнения и игры:  «Общаемся по-разному», «Передай  сообщение», беседа «Из чего состоит умение общаться», «Тренировка терпения», «Тренировка доброжелательности». | 1 |
| 26. | Стили общения.  Ознакомление со стилями общения, содействие в развитии рефлексивной позиции в общении. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра  «Диалоги», «Стили общения», сочинение  «Как я общаюсь с разными людьми». | 1 |
| 27. | Дружба и дружелюбие.  Осознание качеств настоящего друга, подвести к пониманию собственного умения дружить. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка,  «Неоконченные предложения», качества настоящего друга», «Нужно ли уметь  дружить?», рисунок «Дерево дружбы»,  «Колечко дружелюбия». | 1 |
| 28. | Трудности в общении с друзьями, одноклассниками. | Психологические упражнения и игры:  Психологическая разминка, «Одинаковые скульптуры», «Извини меня…». | 1 |
| 29. | Ссоры и драки.  Предоставление возможности учащимся отреагировать свои чувства по отношению к ссорам и дракам между одноклассниками. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Чувства - ассоциации», «Изобрази ситуацию»,  «Какие чувства возникают во время ссоры и/или драки», «Неоконченные  предложения». | 1 |
| 30. | Взаимопомощь в классе.  Способствовать развитию взаимопомощи между одноклассниками. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, игра  «Палочка-выручалочка», рисунок  «Сильные и слабые», творческое задание  «Поможем друг другу». | 1 |
| 31. | Мы умеем действовать сообща.  Сплочение классного коллектива, обучение навыкам конструктивного взаимодействия друг с другом. | Психологические упражнения и игры:  психологическая разминка, игра  «Дружные пальчики», просмотр мультфильма, игра «Строим вместе»,  «Найди себе пару», работа в группах. | 1 |
| 32. | Определить уровень мотивации к обучению, эмоциональное состояние в образовательном учреждении | Проведение диагностики мотивационной  и эмоционально-личностной сфер | 1 |
| 33. | Определить самооценку, уровень развития мышления | Проведение диагностики самооценки и  притязаний учащихся, уровня развития мышления | 1 |
| 34. | Мы – коллектив! Итоговое занятие. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Признаки коллектива», упражнение «Чемодан», игра «Благодарность». | 1 |

# Блок 5. «Формирование социальной компетентности»

# (4 класс)

**Цель:** формирование социальной компетентности обучающихся.

# Задачи:

* способствовать формированию понятий «ответственность», «свобода», «уважение»;
* способствовать развитию понимания своего внутреннего мира и внутреннего мира других людей;
* развивать самоуважение и уважение к другим людям;
* развивать навыки сотрудничества при решении различных проблем в процессе обучения;
* способствовать развитию элементарных умений эмоциональной саморегуляции в общении;
* развивать способность к самоанализу, умение отвечать за свои поступки;

# Планируемые результаты:

* обучающиеся знают понятия «ответственность», «свобода», «уважение»;
* владеют навыками эмоциональной саморегуляции в общении;
* обладают способностью к самоанализу, умеют отвечать за свои поступки;
* умеют сотрудничать в учебной ситуации и осуществлять совместную деятельность со сверстниками и учителями;
* умеют регулировать конфликтные ситуации посредством учета интересов сторон и поиска компромисса;

# Тематическое планирование

# «Формирование социальной компетентности»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *№* | *Тема занятия,*  *основные цели* | *Содержание*  *занятия* | *Кол-во*  *часов* |
| 1. | Определить уровень мотивации к обучению, эмоциональное состояние в образовательном учреждении | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально- личностной сфер | 1 |
| 2. | Определить самооценку, уровень развития мышления | Проведение диагностики самооценки и притязаний учащихся, уровня развития мышления | 1 |
| 3. | Как я изменился этим летом.  Ознакомить с целями занятий, формой работы, принятие правил поведения на уроках психологии. | Психологические упражнения и игры: «Ассоциации», «Закончи предложения», «Я –  четвероклассник», «Пожелания себе и своим одноклассникам», коллективный рисунок «Лето». | 1 |
| 4. | Роли, которые мы исполняем.  Способствовать развитию умений в исследовании своих способностей и возможностей. | Психологические упражнения и игры: «Летом я научился…», «Роли», работа со сказкой. | 1 |
| 5. | Какой я – большой или маленький?  Развитие способности к самоанализу. | Психологические упражнения и игры: «Я горжусь…», «Роли», «Я умею…», беседа «Большие – маленькие», «Я сам». | 1 |
| 6. | Я стал взрослее – новые грани моего «Я».  Мои способности.  Формирование адекватной  самооценки, развитие  способности к самоанализу. | Психологические упражнения и игры: «Ты похож на …», «Конкурс портретов», «Копилка трудностей  четвероклассника», «Чему учат трудности», «Закончи предложения». | 1 |
| 7. | Наши интересы.  Актуализация интереса к самому себе и к своим одноклассникам. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Один, два, интерес», упражнение «Подарок», дискуссия, коллаж. | 1 |
| 8. | Мой путь к успеху.  Развитие уверенности в себе, в своих способностях и возможностях. | Психологические упражнения и игры: «Кого загадал ведущий?», «Выбор пути», рисунок «На перекрестке дорог». | 1 |
| 9. | Мой внутренний мир.  Развитие понимания своего  внутреннего мира. | Психологические упражнения и игры: «Не выходя из комнаты», «Радиопередача», «Чужие рассказы», «Маленький принц». | 1 |
| 10. | Уникальность моего внутреннего мира. Уникальность твоего внутреннего мира.  Развитие понимания уникальности своего внутреннего мира и внутреннего мира других людей. | Психологические упражнения и игры: «Рассмотри и придумай», «Не выходя из комнаты», «Четыре  стихии», рисунок «Маленькая страна». | 1 |
| 11. | Кого я могу впустить в свой  внутренний мир.  Формирование доверия к окружающим людям. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Кому я могу все рассказать о себе?», «Мой самый интересный сон». | 1 |
| 12. | Что мы знаем об общении?  Содействие в развитии рефлексивной позиции в общении. | Психологические упражнения и игры: «Ассоциации», «Зашифрованные слова», «Корабль среди скал». | 1 |
| 13. | Общение – общее дело.  Развитие способностей и навыков эффективного взаимодействия и  сотрудничества. | Психологические упражнения и игры: «Лабиринты», «Зашифрованные слова», «На мостике», «Газета». | 1 |
| 14. | Активное и пассивное слушание.  Содействие развитию умения слушать, предоставить возможность побывать в роли и говорящих, и слушающих. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Любимые вещи», «Кто как слушает?», «Слушаем себя»,  беседа-опрос «Слышать и слушать», «Активное слушание». | 1 |
| 15. | Как важно уметь задавать вопросы.  Практикум активного слушания.  Развитие умения формулировать вопросы для правильного понимания собеседника. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Угадай предмет», «Мячики», «Закрытые и открытые вопросы», игра «Кто этот человек?», конкурс «Кто придумает больше вопросов?», «Умей объяснить – умей понять», «Правильно ли я понял?». | 1 |
| 16. | Поговорим без слов.  Ознакомление с неречевыми средствами общения. | Психологические упражнения и игры: работа со сказкой, «Имя – движение», «Контакт», «Через  стекло», «Знайка и Незнайка», «Я хочу развить в себе», «Изобрази пословицу», «Беседа без слов». | 1 |
| 17. | Речь.  Показать значимость грамотной речи для правильного понимания друг друга в общении. | Психологические упражнения и игры: «Один узор на двоих», «Кто больше?», работа со сказкой. | 1 |
| 18. | Берегите, пожалуйста, речь! Способствовать развитию навыков эффективного речевого взаимодействия. | Психологические упражнения и игры: «Детский словарик», «Переводчик», конкурс плакатов «Берегите речь!». | 1 |
| 19. | В пещере эмоциональных взрывов.  Роль негативных эмоций в общении. Развитие способности к пониманию чужих эмоций по выражению лица, жестам, взглядам, научить выражать свои  эмоции с помощью неречевых средств. | Психологические упражнения и игры: «Театр рук», «Лишнее слово», «Какие мы разные», «Театр эмоций» | 1 |
| 20. | Исследование конфликтов в классе.  Значение конфликта в общении и его последствия, представления о различных  стратегиях поведения в конфликтных ситуациях. | Психологические упражнения и игры: «Желание и возможность», беседа на тему «Конфликт»,  психологическая задача, упражнение  «Если тебя дразнят». | 1 |
| 21. | Разрешение конфликтов мирным путем. Ознакомление с алгоритмом эффективного разрешения конфликтов.  Способствовать осознанию причин возникающих конфликтов и поиску способов разрешения конфликтов. | Психологические упражнения и игры: «Море волнуется», «Точка, точка, запятая», «Сказочные  конфликты», «Найди выход». | 1 |
| 22. | А умеете ли вы спорить?  Развитие умения убеждать, показать важность использования аргументов в споре. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Словарик речевого этикета», «Упрямцы». | 1 |
| 23. | Взаимопомощь в классе.  Формирование дружеских  межличностных отношений в классе. | Психологические упражнения и игры: «Благодарность за помощь», просмотр мультфильма, лепка из пластилина. | 1 |
| 24. | Права и обязанности.  Помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других. | Психологические упражнения и игры: «Синонимы», «Произнеси фразу по-разному», «Если вы  источник света», «Учимся уважать», беседа на тему что такое уважение и что такое право на уважение,  «Закончи предложения», рисунок  «Достойные поступки». | 1 |
| 25. | Кто такой ответственный человек? Моя ответственность.  Ознакомление с особенностями  содержательного наполнения понятия ответственность, сознание своей ответственности. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, «Мы в ответе за тех, кого приручили», «Кто ответственный», «Волшебная ресничка», «Тренировка  ответственности», рисунок «За кого я отвечаю», работа со сказкой. | 1 |
| 26. | Кто такой свободный  человек? Моя свобода – мои права. Осознание личной свободы и свободы других людей. | Психологические упражнения и игры: «Скажи так, чтобы тебе поверили», «Взгляд», «Я так хочу», лепим из пластилина «Символ свободы». | 1 |
| 27. | Моя самостоятельность.  Мотивирование к проявлению самостоятельности. | Психологические упражнения и игры: «Такие разные предметы», «Образ самостоятельности», «Интервью со звездой». | 1 |
| 28. | Сила моего «Я».  Сила моего слова. | Психологические упражнения и игры: «Ассоциации», «Добрые слова», «Говорящие предметы», рисунок «Сила моего слова», лепим из пластилина. | 1 |
| 29. | Мой класс, мои одноклассники.  Какие ученики мои одноклассники? Сплочение классного коллектива. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Раз, два, три», упражнение «Любимое блюдо», работа со сказкой. | 1 |
| 30. | Мое детство, настоящее, будущее.  Содействие в развитии рефлексивной позиции. | Психологические упражнения и игры: «Имя – цветок», «Маленькое имя», «Раньше и сейчас», «Я в будущем», рисунок «Любимая  фотография». | 1 |
| 31. | Мое близкое будущее – 5 класс. Что нового меня ждет в 5 классе. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, упражнение «Кто наблюдательнее», упражнение дискуссия, упражнение «Чей урок важнее», работа со сказкой. | 1 |
| 32. | Определить уровень мотивации к обучению, эмоциональное состояние в образовательном учреждении | Проведение диагностики мотивационной и эмоционально- личностной сфер | 1 |
| 33. | Определить самооценку, уровень развития мышления | Проведение диагностики самооценки и притязаний учащихся, уровня развития мышления | 1 |
| 34. | Я перехожу в пятый класс.  Итоговое занятие. | Психологические упражнения и игры: психологическая разминка, игры и упражнения, которые понравились в течение учебного года. | 1 |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Материально-техническое обеспечение программы**

Мультимедийная техника (компьютер, проектор, экран);

Аудиозаписи (музыкальные произведения, звуки природы и др.);

Видеозаписи (классическая детская литературы, живая природа, социальные явления и др.)

Наглядные материалы (картины, репродукции, фото, таблицы и др.);

**Методические пособия для педагога**

1. Алешина, А. В. Эмоциональный интеллект для достижения успеха / А. В. Алешина, С.Т. Шабанов. – Санкт-Петербург : Речь, 2012. – 336 с.

2. Александровская, Э. М. Психологическое сопровождение школьников / Э. М. Александровская, Н. И. Кокуркина, Н. В. Куренкова. – Москва : Академия, 2013. – 208 с.

3. Алябьева, Е. А. Психогимнастика в начальной школе: методические материалы в помощь психологам и педагогам / Е. А. Алябьева. – Москва : Сфера, 2014. – 88 с.

4. Андреева, И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии / И. Н. Андреева. – Новополоцк : ПГУ, 2014. – 388 с.

5. Арушанова, А. Г. Развитие коммуникативных способностей школьника: методическое пособие / А. Г. Арушанова. – Москва: Сфера, 2013. – 80 с.

7. Берк, Л. Е. Развитие ребенка / Л. Е. Берк. – Санкт-Петербург : Питер, 2016. – 1056 с.

8. Додонов, Б. И. Эмоция как ценность. – Москва : Сфера, 2010. – 272 с.

9. Данилина, Т. А. В мире детских эмоций / Т. А. Данилина, В. Я. Зедгенидзе, Н. М. Степина. – Москва : Айрис-пресс, 2014. – 160 с.

10. Иванова Е.С. Исследование взаимосвязи эмоционально-личностных особенностей и активного словаря эмоций. Дисс. канд. психол. наук. - Екатеринбург, 2007. 154с.

11. Иванова Е.С. Возрастные нормативы объема и содержания активного словаря эмоций младших школьников. // В мире научных открытий: Материалы II Межд. Научно-практ. конф. (9 января 2012 г.) / Под ред. С.П. Акутиной. – М.: Изд-во «Спутник+», 2012. – С. 170-173. 43 11. Изард, К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 464 с. 15. Изотова, Е. И. Амплификация эмоционального развития детей в условиях дошкольного учреждения / Е. И. Изотова // Психолог в детском саду. – 2007. – № 1. – С. 57-74.

12. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 752 с. 13. Коробицын, Е. В. Формирование позитивных взаимоотношений родителей и детей 5-7 лет. Диагностика, тренинг, занятия / Е. В. Коробицина. – Волгоград : Издательство «Учитель», 2012. – 133 с. 21.

13. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники. Изд. 3-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2009.

14. Нгуен, М. А. Развитие эмоционального интеллекта / М. А. Нгуен // Начальная школа. – 2013. – № 5. – С. 80-87. 18. Нгуен, М. А. Эмоциональный интеллект или новый взгляд на проблему толерантности / М. А. Нгуен // Психология образования сегодня: теория и практика / под ред. С. И. Коптевой, А. П. Лобанова, Н. В. Дроздовой. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. – 273 с.

15. Никитина, Н. Б. Коррекционно-развивающая работа психолога с эмоциональной сферой ребенка дошкольного и младшего школьного возраста / Н. Б. Никитина // Гуманитарный вектор. – 2015. – № 1. – С. 134- 140. 44

16. Овчарова, Р. В. Практическая психология образования / Р. В. Овчарова. – Москва : Юрайт, 2016. – 448 с.

17. Осипова, А. А. Общая психокоррекция / А. А. Осипова. – Москва : Сфера, 2012. – 510 с.

18. Парыгин, Б. Д. Проблема эмоционального интеллекта в социальной психологии / Б. Д. Парыгин // Динамика социально-психологический явлений в изменяющемся обществе / под ред. А. Л. Журавлева. – Москва : Сфера, 2013. – 532 с.

19. Пиаже, Ж. Психология интеллекта / Ж. Пиаже. – Санкт- Петербург : Питер, 2004. – 192 с.

20. Робертс, Р. Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р. Д. Робертс, Дж. Мэттьюс, М. Зайднер, Д. В. Люсин // Психология. Журнал высшей школы экономики. – 2014. – № 4. – С. 3-26.

21. Рыжов, Д. В. Младший школьный возраст как сенситивный период развития эмоционального интеллекта / Д. В. Рыжов // Среднее профессиональное образование. – 2013. – № 2. – С. 29-37.

22. Семенака, С. И. Уроки добра: Коррекционно-развивающая программа для детей 5-7 лет. – Москва : Издательство АРКТИ, 2013. – 80 с.

23. Цукерман, Г. В. Психологическое обследование младших школьников / Г. В. Цукерман, М. И. Венгер. – Москва : Владос-Пресс, 2013. – 160 с.

24. Чистякова, М. И. Психогимнастика / М. И. Чистякова. – Москва : ВЛАДОС, 2015. – 314 с. 45 29. Щетинина, А. М. Восприятие и понимание младшими школьниками эмоционального состояния человека / А. М. Щетинина // Вопросы психологии. – 2011. – № 3. – С. 60- 66.

25. Эльконин Д. Б. Мышление младшего школьника // Очерки психологии детей. М., 1951

26. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). – 10-е изд. – М.: Генезис, 2020.-312 с.