

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №84"

РАССМОТРЕНО

на заседании ШМО
МОУ «СОШ № 84»


Руководитель ШМО

 Н.Я.Добровольская

протокол от 30.08.2023 г. № 1

СОГЛАСОВАНО

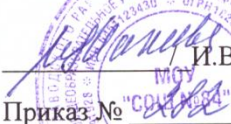
заместитель директора по
УВР МОУ «СОШ № 84»

 /О.Н. Филатова/

от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «СОШ № 84»

 И.В. Максева/

Приказ № 

31.08.2023 г.



Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Тропинка к своему Я»
для начального общего образования
Срок освоения программы 4 года (с 1 по 4 класс)

Составители:

Агибалова О.А.

2023

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, на основе Требований к результатам освоения программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (далее — ФГОС НОО)¹, а также ориентирована на целевые приоритеты, сформулированные в Программе воспитания, на основе программы «Тропинка к своему Я» (уроки психологии в начальной школе), автор – Хухлаева О.В.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

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

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Предлагаемая программа психологических занятий уделяет серьезное внимание способам формирования учебной установки в близких и доступных детям формах, прежде всего в форме игры и сказок. Через игровые роли и сказочные образы дети получают возможность осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления. Ситуации, в которые попадают герои сказок, проецируются на реальные школьные проблемы, ребенок получает возможность посмотреть на них со стороны и в то же время идентифицировать проблемы героя с собственными проблемами. В результате к концу первого года обучения дети привыкают адекватно анализировать свои проблемы.

Цель программы — помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

Задачи:

Обучающие:

- научить детей контролировать свои действия и поступки,
- научить детей самостоятельно справляться с различными ситуациями,
- формировать умение решение конфликтных ситуаций.

Воспитательные:

- создавать творческую атмосферу и устанавливать контакт с воспитанниками, а также с их родителями;
- воспитывать чувства коллективизма, взаимопомощи, ответственности;
- воспитывать нравственные качества учащихся.

Развивающие:

- создавать условия для развития личности каждого воспитанника, раскрытия его способностей к творчеству;
- развивать образное и пространственное мышление, память, воображение, внимание;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;
- развивать моторику рук.

Программа включает в себя 2 части. Первая часть «Я- школьник» включает в себя занятия посвященные знакомству со школой, с учениками своего класса, привыканию к требованию обучению. Вторая часть «Мои чувства» - помогает детям научиться понимать и контролировать свои эмоциональные состояния.

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Общая характеристика предмета:

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

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

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

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

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотrudничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Планируемые результаты освоения программы

1 класс

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

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

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

Коммуникативные УУД:

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

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

учиться графически оформлять изучаемый материал

моделировать различные ситуации

усваивать разные способы запоминания информации

Коммуникативные УУД:

учиться позитивно проявлять себя в общении

учиться договариваться и приходить к общему решению

учиться понимать эмоции и поступки других людей

овладевать способами позитивного разрешения конфликтов

3 - 4 класс

Регулятивные УУД:

осознавать свои телесные ощущения, связанные с напряжением и расслаблением

извлекать необходимую информацию из текста

определять и формулировать цель в совместной работе

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

обогащать представление о собственных возможностях и способностях

учиться наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения

оценивать правильность выполнения действий и корректировать при необходимости

учиться моделировать новый образ на основе личного жизненного опыта

находить ответы на вопросы в тексте, перерабатывать информацию

адекватно воспринимать оценку учителя

Коммуникативные УУД:

ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии

учиться контролировать свою речь и поступки

учиться толерантному отношению к другому мнению

учиться самостоятельно решать проблемы в общении

осознавать необходимость признания и уважения прав других людей

формулировать своё собственное мнение и позицию

учиться грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге.

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

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

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

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

Межпредметные связи:

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

Межпредметные связи могут выражаться:

в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);

в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);

в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Место предмета в базисном учебном плане

Учебное содержание программы «Тропинка к собственному Я»

Я – школьник. Мои чувства. 1 класс. 17 ч, 0,5ч в неделю;

Вспомним чувства. Чем люди отличаются друг от друга? Какой Я - Какой Ты? 2 класс. 17 ч, 0,5 ч в неделю;

Я – фантазер. Я и моя школа. Я и мои родители. Я и мои друзья. Что такое сотрудничество? 3 класс. 17ч, 0,5 ч в неделю;

Кто Я? Мои силы и возможности. Я расту, я изменяюсь. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? 4 класс. 17 ч, 0,5 ч в неделю.

Содержание программы «Тропинка к своему Я»

Первый класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 1 класс» (17 ч., 0,5 ч в неделю)

Раздел 1. Я школьник (10 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (7 часов)

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

Второй класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 2 класс» (17 ч., 0,5 ч в неделю)

Раздел 1. «Вспомним чувства» (3 часа)

Мы рады встрече. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства.

Раздел 2. «Качества людей» (9 часов)

Люди отличаются друг от друга своими качествами. Кто такой сердечный человек. Кто такой доброжелательный человек. Какие качества нам нравятся друг в друге. Каждый человек уникален.

Раздел 3. Какой ты, какой я (5 часов)

Трудности второклассника в школе, дома, на улице.

Третий класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 3 класс» 17 ч., 0,5 ч в неделю)

Раздел 1. Я – фантазёр (3 часа)

Я – второклассник. Что интересно второкласснику? Что случится, если на свете не будет ни одной школы? Школа моей мечты - какая она? Что такое фантазия и зачем она нужна человеку? Все ли дети умеют фантазировать? Нужно ли учиться фантазировать? Кого можно назвать фантазёром? Мои сны: что в них правда, а что – фантазии? Мои мечты. О чём я мечтаю? Мечты и фантазии. Фантазии и ложь. Как отличить ложь от фантазии. Ложь может приносить вред окружающим, а фантазии не вредят никому.

Раздел 2. Я и моя школа (3 часа)

Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Какие чувства вызывают у учеников школьные занятия? Когда ученики любят учителя? Когда ученики боятся учителя? Школа на планете «Наоборот». Что произойдёт, если мы будем учиться в такой школе? Я и мои одноклассники. Мы такие разные, но вместе мы – коллектив! Что такое лень и откуда она берётся? Какие у меня есть «Немогучки»? Как можно победить лень и справиться с «Немогучками»? Справиться с ними помогает формула: «Хочу – могу», «Не хочу – не могу».

Раздел 3. Я и мои родители (3 часа)

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

Раздел 4. Я и мои друзья (3 часа)

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

Раздел 5. Что такое сотрудничество? (5 часов)

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

Четвёртый класс

Содержание программы «Тропинка к своему Я. 4 класс» (17 ч., 0,5 ч в неделю)

Раздел 1. «Кто Я? Мои особенности, мои возможности» (5 часов)

Моё лето. Как я провёл лето и чему научился за время летних каникул. После лета меня называют по-новому – четвероклассник. Чем четвероклассник отличается от первоклассника? А от второклассника и третьеклассника? Кто Я? Из каких маленьких частичек я состою: Боялка, Добрушка, Капризулька, Хохотушка, Злючка, Лениюшка...это все мои друзья. Но команду здесь Я. Я – человек! Я – житель планеты Земля! Какой Я – большой или маленький? Что я умею и чем горжусь? Мои способности. Что такое способности и какие нужны способности для успеха в том или ином деле? У каждого человека есть какие-то способности, но некоторые люди не знают о своих способностях и не используют их. Что нужно для успеха? «Успех = способности + трудолюбие». Мой выбор, мой путь. Способности моих родителей. Как эти способности помогли им в жизни. Не всегда самый лёгкий путь приводит к успеху. Часто от нас самих, от нашего выбора зависит, по какой дороге мы пойдём, как сложится наша жизнь. Мой внутренний мир. Вокруг нас много удивительного. Надо только суметь заметить это. Мой внутренний мир тоже уникален и неповторим. В свой внутренний мир я могу впустить только того человека, которому доверяю. Значение взгляда: взгляд может сказать больше слов. Взглядом можно поддержать человека или, наоборот, расстроить, можно приласкать или сделать больно. Что значит верить? Человек, который свято верит в свою мечту, стремится к успеху и верит в него, обязательно своего добьётся!

Раздел 2. «Мой класс и мои друзья» (7 часов)

Моё детство. Вспомним детство. Что я чувствую в роли маленького ребёнка, чему радуюсь, о чём мечтаю? Я – это моё детство, потому что именно детство делает нас такими, какие мы есть. Я изменяюсь. Что я умел раньше и что умею сейчас. Что я знал раньше и что знаю сейчас. Каким я буду, когда вырасту? Почему важно решить для себя, каким ты хочешь стать и что хочешь изменить в себе?

Какие ученики мои одноклассники? Лидерство в классе. Конфликты в классе. Взаимопомощь в классе.

Раздел 3. «Мое прошлое, настоящее, будущее» (5 часов)

Как заглянуть во взрослый мир? Я в настоящем, я в будущем. «Хочу в будущем – делаю сейчас». Чтобы получить какой-то результат в будущем, надо что-то делать для этого уже сейчас. Хочу вырасти здоровым человеком. Что для этого нужно? Что такое «эмоциональная грамотность» и как она связана со здоровьем человека?

Методические пособия для учителя:

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

Тематическое планирование

1 класс

№	Тема занятий	Кол-во часов	Цель занятия	ЭОР	Форма	Планируемый результат	Дата
«Я – школьник»							
1.	Знакомство.	1	Преодоление внутренних барьеров, мешающих детям познакомиться друг с другом.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
2.	Дружба начинается с улыбки. Друг всегда рядом.	1	Гармонизация эмоционального состояния. Работа с чувствами страха, тревоги, неуверенности в себе.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
3.	Соблюдаю правила. Я умею управлять собой.	1	Создание условий для формирования осознанного отношения к правилам. Создание условий для развития силы воли и самоконтроля.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
4.	Я умею преодолевать трудности. Я умею слушать других.	1	Создание условий для развития силы воли и самоконтроля.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
5.	Я умею учиться у ошибки.	1	Создание условий для осознание позиции школьника.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
6.	Я умею быть доброжелательным	1	Создание условий для формирования дружеской атмосферы в классе.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
7.	Я – общительный или замкнутый?	1	Облегчение принятия позиции «Я – один из многих».		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
8.	Я умею делать задание вместе с другими.	1	Знакомство с преимуществами позитивного восприятия		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

			мира и чуткого отношения друг к другу.				
9.	Как и почему начинаются ссоры?	1	Знакомство с причинами и следствиями конфликтов.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
10.	Я умею разрешать конфликты	1	Создание условий для развития коммуникативных способностей.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Мои чувства»							
11.	Что такое эмоции?Какие бывают эмоции?	1	Гармонизация эмоционального состояния.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
12.	Радость. Как её доставить другому человеку?	1	Работа с чувством радости.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
13.	Грусть.	1	Рассмотреть особенности содержательного наполнения чувства грусти.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
14.	Страх и как его преодолеть.	1	Гармонизация эмоционального состояния. Способствовать снижению уровня страхов.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
15.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1	Рассмотреть особенности содержательного наполнения чувства гнева.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
16.	Обида.	1	Рассмотреть особенности содержательного наполнения чувства обиды.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
17.	Итоговое.	1	Гармонизация эмоционального состояния.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

2 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Цель занятия	ЭОР	Форма	Планируемый результат	Дата проведения
«Вспомним чувства»							
1.	Мы рады встрече.	1	актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
2.	Понимаем чувства другого.	1	актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
3.	Мы испытываем разные чувства.	1	актуализировать у детей знания об эмоциональной сфере человека.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Качества людей»							
4.	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	1	помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств;		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
5.	Хорошие качества людей.	1	помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств;		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
6.	Кто такой сердечный человек.	1	помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств;		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
7.	Кто такой доброжелательный человек.	1	помочь детям осознать наличие у них разнообразных положительных качеств;		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
8.	«Я желаю добра ребятам в классе»	1	учить детей находить положительные качества во всех людях.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
9.	Какие качества нам нравятся друг в друге.	1	учить детей находить положительные качества во всех людях.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
10.	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся.	1	учить детей находить положительные качества во всех людях.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

11.	Каждый человек уникален.	1	учить детей находить положительные качества во всех людях.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
12.	В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.	1	учить детей находить положительные качества во всех людях.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Какой Я – какой Ты»							
13.	Какой Я – Какой Ты?	1	учиться находить положительные качества у себя и у других людей		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
14.	Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	1	учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
15.	Школьные трудности.	1	учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
16.	Домашние трудности.	1	учиться осознавать свои трудности и стремиться преодолевать их		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
17.	Итоговое занятие.	1	уметь договариваться и приходить к общему решению		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

3 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Цель занятия	ЭОР	Форма	Планируемый результат	Дата проведения
«Я - фантазер»							
1.	Я - третьеклассник.	1	учатся наблюдать и осознавать происходящие в самом себе изменения		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
2.	Я умею фантазировать!	1	осознают ценность умения фантазировать		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
3.	Я умею сочинять! Фантазии и ложь	1	развивать креативные способности детей		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Я и моя школа»							
4.	Я и моя школа.	1	определяют и объясняют своё отношение к правилам и нормам человеческого общения		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
5.	Я и мой учитель.	1	развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
6.	Как справляться с «Немогучками»?	1	применяют умения в области самоанализа и саморазвития		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Я и мои родители»							
7.	Я и мои родители.	1	развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
8.	Я умею просить прощения.	1	уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей, учатся выполнять разные роли		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
9.	Почему родители наказывают детей?	1	развитие навыков сотрудничества со взрослыми в разных социальных ситуациях		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Я и мои друзья»							
10.	Настоящий друг.	1	развитие навыков доброжелательного общения со сверстниками;		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

11.	Трудности в отношении с друзьями.	1	развитие навыков доброжелательного общения со сверстниками;				
12.	Ссора и драка.	1	учиться понимать эмоции и поступки других людей		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Что такое сотрудничество?»							
13.	Что такое сотрудничество?	1	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей		Занятие – игра	Адаптация и развитие ребенка.	
14.	Я умею понимать другого.	1	учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах		Занятие – игра	Адаптация и развитие ребенка.	
15.	Мы умеем действовать сообща.	1	определять и формулировать цель в совместной работе		Занятие – игра	Адаптация и развитие ребенка.	
16.	Что такое коллективная работа?	1	уметь работать в группе, договариваться и приходить к общему решению		Занятие – игра	Адаптация и развитие ребенка.	
17.	Итоговое занятие.	1	осознавать необходимость признания и уважения прав других людей		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

4 класс

№ п.п.	Тема	Кол-во часов	Цель занятия	ЭОР	Форма	Планируемый результат	Дата проведения
«Кто Я? Мои особенности, мои возможности»							
1.	Мое лето.	1	участвовать в составлении и обсуждении устных рассказов о лете.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
2.	Кто Я? Расту=взрослею.	1	исследовать свои способности и возможности в различных видах деятельности		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
3.	Мои способности. Мои интересы.	1	помочь детям усвоить понятие «способности»		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
4.	Мой путь к успеху. Мой внутренний мир.	1	помочь детям усвоить понятие «способности»		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
5.	Уникальность внутреннего мира.	1	помочь каждому ребенку осознать свою уникальность и неповторимость		Занятие – игра	Адаптация и развитие ребенка.	
«Мой класс и мои друзья»							
6.	Мои – девочки и мальчики.	1	осознание своей уникальности и неповторимости.		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
7.	Мой класс.	1	формулировать своё собственное мнение и позицию		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
8.	Мои одноклассники	1	формулировать своё собственное мнение и позицию		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
9.	Какие ученики мои одноклассники?	1	формулировать своё собственное мнение и позицию		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
10.	Лидерство в классе.	1	помочь осознать, что необходимо признавать и уважать права других людей		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
11.	Конфликты в классе.	1	моделировать ситуации, где необходимы согласие, взаимопомощь, личная ответственность		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
12.	Взаимопомощь в классе.	1	моделировать ситуации, где необходимы согласие, взаимопомощь, личная		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

			ответственность				
«Мое прошлое, настоящее, будущее»							
13.	Мое детство.	1	помочь детям научиться осознавать происходящие в них изменения		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
14.	Мое настоящее.	1	моделировать различные жизненные ситуации		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
15.	Моё будущее.	1	познакомиться с понятием «жизненный выбор».		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
16.	Моё близкое будущее 5 класс.	1	помочь детям научиться планировать цели и пути самоизменения		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	
17.	Что нового меня ждет в 5 классе. Итоговое.	1	моделировать и анализировать ситуации		Занятие - игра	Адаптация и развитие ребенка.	

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Следует отметить, что в настоящее время необходимо помогать каждому ребенку в успешной адаптации к обучению в школе. Т.е. необходима помощь в поиске своих ресурсов, утверждении веры в себя и свои возможности, устремлении к преодолению школьных трудностей.

Итогом работы по данной программе является приобретение ребенком чувства уверенности в себе, стремление созидать и узнавать новое; приобретение навыков успешного взаимодействия с одноклассниками и учителями. В результате ребенок будет познавать не только внешний мир, но и самого себя. И в этой гармонии его школьный путь будет непременно успешным и радостным.

СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Хухлаева О.В.* Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1-4). 5-е изд., испр. и доп. – М.: Генезис, 2012. – 312с.
2. *Аржакаева Т.А., Вачков И.В., Попова А.Х.* Психологическая азбука. Начальная школа (Первый год обучения). / Под ред. И.В. Вачкова – М.: Издательство «Ось-89», 2003г. – 168с.
3. *Балова Ж.* «Мульттики + первоклашки» Программа занятий по ускорению адаптационных процессов.// «Школьный психолог» №21, 2008 год.
4. *Казанцева – Залеская О.В.* Настольная развивающая игра из сундучка детского психолога.
5. *Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе/ Под ред. С.В.Кривцовой.*-М.:Генезис, 2002.-208 с.
6. *Панфилова М.А.* Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психологов и родителей. – М.:Издательство ГНОМ иД, 2000. – 160с.