

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Тулуна  
«Средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено: на заседании  
ШМО классных руководителей  
Протокол № 1  
от 31 августа 2023 года

Рук-ль ШМО  
Ивенкова О.А.

Согласовано:  
заместитель  
директора по УВР  
Ю.С. Московских

Утверждаю: директор  
МБОУ СОШ №1

И.Г.Иванцова  
Приказ №245-п  
от 31.08.2023 г.



**Программа внеурочной деятельности**  
**Психологический курс «Учимся без проблем»**  
**(начальное основное образование)**

Составил(а):  
Пахоменкова Анна Николаевна,  
педагог-психолог,  
первая квалификационная категория

## 1. Планируемые результаты освоения программы внеурочной деятельности

### Личностные результаты

<p>В рамках <i>когнитивного</i> компонента будут сформированы:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</li> <li>• формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;</li> <li>• установка осознанного выбора и построение дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;</li> <li>• на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;</li> <li>• широкие познавательные интересы, инициатива и любознательность, мотивы познания и творчества.</li> </ul>
<p>В рамках <i>ценностного и эмоционального</i> компонентов будут сформированы:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование готовности и способности вести диалог с другими сверстниками и взрослыми и достигать в нем понимания</li> <li>• уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;</li> <li>• потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;</li> <li>• позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении;</li> <li>• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.</li> </ul>
<p>В рамках <i>деятельностного (поведенческого)</i> компонента будут сформированы:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• усвоение правил индивидуального и коллективного безконфликтного поведения;</li> <li>• формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;</li> <li>• умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;</li> <li>• ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;</li> <li>• осознание значения семьи в жизни человека, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;</li> <li>• формирование моральных качеств и нравственного поведения.</li> </ul>
<p><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</li> <li>• участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;</li> </ul>	

- устойчивому следованию в поведении моральным нормам и этическим требованиям;
- эмпатии, как пониманию и сопереживанию чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

## Метапредметные результаты

### Регулятивные универсальные учебные действия

#### Обучающийся научится:

- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей;
- основам саморегуляции в учебной деятельности форме осознанного управления своим поведением;
- основам саморегуляции эмоциональных состояний;
- развитие самоорганизации, самоконтроля, снятие эмоционального напряжения (мышечное расслабление);
- умение планировать пути достижения целей на основе самостоятельного анализа условий и средств их достижения;
- выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ, осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
- умение организовывать и планировать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, определять общие цели и распределение функций и ролей участников, способы взаимодействия, планировать общие способы работы;
- уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации;
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.

### Коммуникативные универсальные учебные действия

#### Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
- продуктивно разрешать конфликты на основе учета интересов и позиций всех участников, поиска и оценки альтернативных способов разрешения конфликтов;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
- вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, участвовать в дискуссии и аргументировать свою позицию;
- следовать морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества на основе уважительного отношения к ученикам, внимания к личности другого, адекватного межличностного восприятия, готовности адекватно реагировать на нужды других, в частности оказывать помощь и эмоциональную поддержку партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности.

### Познавательные универсальные учебные действия

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно включаться в творческую деятельность;
- 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;
- уметь классифицировать, обобщать, проводить аналогии;

### Предметные результаты.

Обучающийся получит возможность научиться:

- предупреждение экстремистских проявлений среди обучающихся МБОУ СОШ №1 и укрепление межнационального согласия;
- формирование у обучающихся позитивных ценностей и установок на уважение, принятие и понимание богатого многообразия культур народов, их традиций и этнических ценностей посредством воспитания культуры толерантности и межнационального согласия;
- формирование у обучающихся навыков цивилизованного общения в Интернет-пространстве, этикета общения в чатах и форумах.
- Обеспечение информационной безопасности учащихся школы.
- Профилактики участия школьников в организациях, неформальных движениях, осуществляющих социально негативную деятельность.

## 2. Содержание программы.

### 1 класс

№ занятия	Тема занятия	Характер деятельности обучающегося	Форма занятия	Планируемые результаты освоения материала
Модуль 1. Коррекция когнитивных процессов. «Чтобы хорошо учиться». 5 часов.				
1	Вводное занятие.	Будем знакомы!	Беседа Игра Составление плана работы	Обсуждают формы и методы работы на занятиях. Проговаривают правила техники безопасности во время занятий в кабинете.
2	Кто жить умеет по часам	Режим дня. Умеешь ли ты распределять свое время. Работоспособность.	Игра Загадки Составление режима дня	Проговаривают последовательность действий на уроке. Составляют свой режим дня с точки зрения его влияния на здоровье. Планируют и записывают режим дня с учетом особенностей своей учебной, внеурочной нагрузки, занятости дома.
Модуль 2. Изучение внимания и памяти человека. 7 часов.				
3	Внимание: Внимание!	Коррекция внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов. Коррекция мышления и мыслительных	Упражнения на поиски ходов в простых лабиринтах, составление простых узоров из карточек по	Анализируют роль внимания для успешной учебы. Оценивают собственное внимание. Прививать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установку на

		<p>операций. Развитие внутреннего плана действий.</p> <p>Коррекция памяти.</p> <p>Обучение приёмам запоминания.</p> <p>Коррекция восприятия.</p> <p>Релаксация – напряжение.</p> <p>Развитие рефлексивных навыков.</p>	<p>образцу.</p> <p>Упражнения на поиски ходов в простых лабиринтах с опорой на план и составление собственных планов к лабиринтам.</p> <p>Аналитические задачи с прямым утверждением.</p>	<p>здоровый образ жизни.</p> <p>Соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.</p> <p>Формировать основы психологического здоровья.</p> <p>Воспитывать нравственные чувства и этического сознания.</p> <p>Формировать позитивное отношение к своему «Я».</p>
4	Секреты нашей памяти	<p>Виды памяти. Какие виды памяти должны быть развиты у представителей различных профессий.</p> <p>Это интересно.</p>	<p>Беседа.</p> <p>Викторина.</p> <p>Упражнение на снятие эмоциональной и поведенческой закрепленности; формирование навыков искренних высказываний для анализа сущности "Я".</p> <p>Рефлексия.</p>	<p>Характеризуют виды памяти.</p> <p>Оценивают роль памяти для успешной деятельности человека.</p> <p>Анализируют уровень развития различных видов собственной памяти, оценивают личностные особенности памяти.</p>

Модуль 3. Коррекция социальных и коммуникативных умений. *«Среди людей»*. 7 часов.

5	«Какой я и какие другие»	<p>Освоение приёмов активного общения «Я и другие»</p> <p>Раскрытие качеств, необходимых для активного общения «Какой я и какие другие».</p> <p>Знакомство с принципами хорошего слушания «Я слушаю»</p> <p>Расширение представлений о способах самоанализа «Какое решение верное»</p> <p>Обучение владению собой</p> <p>Отстаивание своей точки зрения и аргументации «Моё мнение».</p>	<p>Игры: «Сделай как я»,</p> <p>«Наоборот»,</p> <p>«Брыкание»,</p> <p>«Зеркало».</p> <p>Подвижная игра «Башмачник».</p> <p>Упражнения «Котенок спит»,</p> <p>«Расскажи, что почувствовал»,</p> <p>«Займи стул».</p> <p>Режиссерская игра «Знакомство»,</p> <p>«Слепая Алена»,</p> <p>«Сиамские близнецы»,</p> <p>«Понять состояние»,</p> <p>«Найти друга»,</p> <p>«Передай ритм».</p> <p>Коммуникативная игра «Путешествие на</p>	<p>Работают в группе, учитывают мнения партнеров, отличные от собственных.</p> <p>Обращаются за помощью.</p> <p>Формулируют свои затруднения.</p> <p>Формулируют собственное мнение и позицию.</p>
---	--------------------------	--	---	--

			воздушном шаре». Рефлексия	
Модуль 4. Коррекция поведения. «Познавая себя и других». 7 часов.				
6	Какой ты человек	<p>Я - это я! Знаю ли я себя.</p> <p>Я и мои чувства. Что такое доброта? (Занятие в технологии французской мастерской).</p> <p>Добрым быть на свете веселей.</p> <p>Добрым быть полезно</p> <p>Правда, ложь, фантазия.</p> <p>Учимся управлять своими эмоциями.</p> <p>Я тебя понимаю.</p> <p>Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?</p> <p>Настоящий друг. (Сказкотерапия, видеотренинг)</p> <p>Спокойствие. Учимся правильно дышать.</p> <p>Индивидуальность или чем я отличаюсь от других.</p>	<p>Занятие в технологии французской мастерской.</p> <p>Упражнения на дыхание.</p> <p>Упражнения: «Благодарность», «В добрый путь», «Дружба», «Забота о животном», «Любовь и злость», «Мне в тебе нравится ...», «Многоликость чувств», «Мое любимое занятие», «Покажи того, кого боишься».</p> <p>Видеотренинг. Сказкотерапия.</p>	<p>Характеризуют особенности своего характера. Дают адекватную оценку собственным поступкам и поступкам окружающих. Делают выводы о характере человека.</p>
7	Что я знаю о себе?	<p>Мои возможности.</p> <p>Упражнения для тренировки своих способностей.</p> <p>Тест «Мои возможности»</p>	<p>Беседа.</p> <p>Тестирование</p> <p>Игра рисунки</p>	<p>Делают выводы об адекватной самооценке. Выявляют представления о роли личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним.</p>
Модуль 5. Коррекция эмоционально-личностной сферы. «Мои эмоции». 7 часов.				
8	«Я учусь владеть собой».	<p>Основы саморегуляции</p> <p>Послушание</p> <p>Застенчивость</p> <p>Агрессию - под контроль.</p>	<p>Упражнения: «Котенок спит», «Мне в тебе нравится ...», «Многоликость чувств», «Песок», «Медвежата»,</p>	<p>Осуществлять взаимный контроль.</p> <p>Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>

			«Любопытная Варвара», «Шарик», «Письмо на ладони». Рефлексия.	
9	Итоговое занятие.	Твоя основная работа – учеба. Какие качества характера мешают тебе учиться.	Дискуссия в форме круглого стола.	Обобщают все, что они узнали о себе, своих психофизиологических особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу.

## 2 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Форма занятия	Характеристика вида деятельности
<b>Модуль 1. «Коррекция когнитивных процессов». 10 часов</b>				
1	Вводный урок. Выявление уровня развития познавательных процессов	<p>Упражнение «Графический диктант». Игры «Муха»; «Внимательный художник»; «Точки и мы»; «Запутанные дорожки», «Кто быстрее и точнее».</p> <p>Задачи на группировку: «Исключи лишнее», «Сходство и различие», «Продолжи закономерность».</p> <p>«Подбери по аналогии». Запоминание с опорой на схемы, ассоциации.</p> <p>Упражнения на запоминания 5-7 предметов учетом местоположения.</p> <p>Игры «Снежный ком», «Наложённые рисунки», «Нахождение заданной фигуры из предложенных» изображений.</p> <p>«Дорисуй фигуру», «Зашумлённые» рисунки</p>	<p>групповая дискуссия, игровые методы, психогимнастические упражнения.</p>	<p>Игровая, познавательная деятельность, направленная на развитие свойств внимания, а так же процессов мышления, умений классифицировать, обобщать, проводить аналогии.</p>
2	Тренировка внимания			
3	Логически-поисковые задания. Развитие аналитических способностей			
4	Тренировка слуховой памяти			
5	Тренировка зрительной памяти			
6	Развитие способности рассуждать. Занятие-путешествие			
7	Совершенствование воображения. Задания с использованием спичек			
8	Выявление уровня развития внимания, восприятия, воображения, памяти и мышления			
<b>Модуль 2. «Коррекция восприятия». 9 часов.</b>				
1.	Кого можно назвать фантазёром?	<p>Упражнения: «Графический диктант» «Наложённые рисунки» «Нахождение заданной</p>	<p>Игровая терапия, сказкотерапия</p>	<p>Игровая деятельность, направленная на развитие речи,</p>
2.	Я умею фантазировать			
3.	Мои сны			

4.	Я умею сочинять	фигуры из предложенных изображений». «Дорисуй фигуру» «Зашумлённые» рисунки. Арг-терапевтические игры		графомоторных навыков, навыков конструирования
5.	Мои мечты			
6.	Фантазия и ложь			
Коррекция поведения. Модуль 3. «Мои чувства. Эмоции под контроль». 15 часов.				
1.	Радость. Что такое мимика	Игры: «Я радуюсь, когда...», «На полянке», «Рассмеша принцессу-несмеяну», «Удиви мышку», «Прогони злость», «Угадай эмоцию», «Про Обидку и Грустинку», «Подарок другу». Упражнения: «Зеркало», «Посмеемся над страхами». Этюды: «Котенок, который хотел порадовать свою маму», «Еж и Лягушка»	тренинг	Игровая, познавательная деятельность, направленная на снятие эмоционального напряжения; развитие умения слушать и концентрировать внимание; стимулировать общение; развитие способности различать звуки; высвобождение энергии; развитие тактильных ощущений, формирование выдержки, терпимого отношения к физическому контакту с другими людьми; развитие произвольности поведения; отработка негативных эмоций, развитие целеустремленности, снятие агрессивности
2.	Радость. Как доставить радость другому человеку			
3.	Жесты. Как можно передать радость прикосновением и/или взглядом			
4.	Страх			
5.	Как справиться со страхом			
6.	Гнев. С какими чувствами он дружит?			
7.	Может ли гнев принести пользу?			
8.	Разные чувства			
9.	«Я и Другой, непохожий на меня»			
10.	Галерея портретов			
11.	Я и моя школа			
12.	Я и мой учитель, одноклассники			
13.	Что такое лень?			
14.	Как справиться с «Немогучками»?			

### 3 класс

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Форма занятия	Характеристика вида деятельности
<b>Модуль 1. Коррекция когнитивных процессов. 10 часов.</b>				
1.	«Начинаем мы учиться!»	Упражнения «Графический диктант».	групповая дискуссия, игровые методы, психогимнастические упражнения.	фронтальные и игровые виды деятельности, направленные на развитие свойств внимания, процессов мышления, умений классифицировать, обобщать, проводить
2.	Тренировка внимания и его свойств	Игра «Муха»; «Внимательный художник»;		
3.	Тренировка мышления	«Точки и мы»;		
4.	Тренировка памяти	«Запутанные дорожки»		
5.	Совершенствование воображения			



6.	Выявление уровня развития внимания, мышления, воображения и восприятия	Игра «Кто быстрее и точнее». Задачи на группировку: «Исключи лишнее». «Сходство и различие». «Продолжи закономерность». «Подбери по аналогии». Запоминание с опорой на схемы, ассоциации. Упражнения на запоминания 5-7 предметов учетом местоположения. Игра «Снежный ком». «Наложенные рисунки» «Нахождение заданной фигуры из предложенных» изображений». «Дорисуй фигуру» «Зашумлённые» рисунки		анalogии. Увеличение объёма кратковременной зрительной и слухоречевой памяти, повышение эффективности процессов запоминания. Развитие речи, графомоторных навыков, навыков конструирования
----	--	---	--	--

**Модуль 2. Коррекция социальных и коммуникативных умений. 14 часов.**

1.	«Ты, я, он, она - одноклассников семья»	Игры: «Истории из мешка», «Создание статуи», «Утка с утятами», «Что было бы, если...», «Я – тот, кто...», «Я хорошо слушаю». Упражнения: «Благодарность», «В добрый путь», «Любовь и злость», «Мне в тебе нравится...», «Многоликость чувств», «Мое любимое занятие».	Сказкотерапия. Видеотренинги. Занятия в технологии французской мастерской. Упражнения на дыхание.	Развитие чувства эмпатии. Развитие навыков саморегуляции. Развитие навыков совместной деятельности. Овладение приёмами активного слушания, само презентации, понимания себя и других
2.	«Я – член команды»			
3.	Что мешает дружбе. Умею ли я дружить?			
4.	Я и мои «колочки»			
5.	Ссора и драка			
6.	Что такое одиночество?			
7.	<b>Помогаем сами и принимаем помощь</b>			
8.				
9.	Я и мои родители			
10.	«Урок мудрости» (Уважение к старшим)			
11.	Я умею просить прощения			

12.	Почему родители наказывают детей?			
<b>Коррекция поведения</b>				
<b>Модуль 3. «Умение владеть собой». 10 часов.</b>				
1.	Я – третьеклассник	Игры: «Я радуюсь, когда...», «На полянке», «Рассмеша принцессу-несмеяну», «Прогони злость», «Подарок другу». Упражнения: «Зеркало», «Посмеемся над страхами». Этюды: «Чёрное и белое».	Упражнения на снятие эмоциональной и поведенческой закрепощенности; формирование навыков искренних высказываний для анализа сущности "я".	Развитие навыков саморегуляции и самоконтроля. Овладение приёмами активного слушания. Отработка негативных эмоций, развитие целеустремленности, снятие агрессивности. Выработка навыков эффективного взаимодействия: группового поведения
2.	Я и мои цели			
3.	Хозяин своего Я			
4.	Не хочу быть плохим			
5.	Мой любимый герой (примеры для подражания)			
6.	Добро и зло (совесть)			
7.	Что такое хорошо и что такое плохо (хорошие и дурные привычки)			
8.	Конфликт. Моё поведение в трудных ситуациях			
9.	Умей расслабиться			
10.	Я – третьеклассник			

#### 4 класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Содержание	Форма учебного занятия	Характеристика вида деятельности
<b>Модуль 1. «Кто я? Мои силы, мои возможности». 9 часов.</b>				
1.	Кто я?	Игры «Всезнайка», «Поиск противоположных предметов», «Выводы», «Хорошо - плохо» «Конструирование по образцу», "Волшебное яйцо", «Дорисуй предмет» Упражнения на составление предметов и образов из различных геометрических фигур, «Волшебные нитки». Работа с пиктограммами. Рефлексия.	Корректирующие пробы. Сюжетно-ролевые игры.	Осуществлять взаимный контроль. Адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.
2.	Какой я? Большой или маленький?			
3.	Мои способности.			
4.	Мой выбор мой путь.			
5.	Мой внутренний мир.			
6.	Кто в ответ за мой внутренний мир.			
7.	Уникальность моего внутреннего мира.			
8.	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?			
9.	Что означает верить?			
<b>Модуль 2. «Я расту, я изменяюсь». 3 часа.</b>				
10.	Моё детство.	«Я – художник». Работа с пиктограммами. Упражнения на дыхание. Рефлексия.	Беседа. Режиссёрская игра. Арт-терапевтическая игра.	Прививать самостоятельность и личную ответственность за свои поступки, установку на здоровый образ жизни.
11.	Нужно ли человеку изменяться?			
12.	Я расту, я изменяюсь.			

<b>Модуль 3. «Культура общения». 6 часов.</b>				
13.	Волшебные слова.	Упражнения: «Мы общаемся», «Что будет, если ...», «» Эпюд «История одного Шарика». Рефлексия.	Беседа. Эпюды.	Работать в группе, учитывать мнения партнеров, отличные от собственных. Ставить вопросы. Обращаться за помощью.
14.	Учимся вежливо говорить.			
15.	Мальчик и девочка.			
16.	Мой день рождения.			
17.	Мы смеёмся.			
18.	Я вам пишу.			
<b>Модуль 4. «Что такое сотрудничество». 5 часов.</b>				
19.	Что такое сотрудничество?	Сказкотерапия. Арт-терапия. Эпюд «История одного Шарика». Рефлексия.	Беседа. Режиссёрская игра.	Соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.
20.	Я умею понимать другого.			
21.	Я умею договариваться с людьми.			
22.	Мы умеем действовать сообща.			
23.	Что такое коллективная работа? КГД «На полянке».			
<b>Модуль 5. «Моё будущее». 3 часа.</b>				
24.	Моё будущее.	Эпюд «Когда деревья станут большими». Упражнения: «Грустный клоун – весёлый клоун», «Мы общаемся», «Молекула». Режиссёрская игра: «Настя заблудилась». Рефлексия.	Эпюд. Режиссёрская игра.	Формировать основы психологического здоровья.
25.	Кем бы я хотел стать?			
26.	Хочу вырасти здоровым человеком.			
<b>Модуль 6. «Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно?». 3 часа.</b>				
27.	Кто такой интеллигентный человек?	Игры: «Я – тот, кто...», «Я хорошо слушаю». Рефлексия.	Видеотренинг. Беседа.	Формулировать свои затруднения. Предлагать помощь и сотрудничество. Слушать собеседника.
28.	Хочу вырасти интеллигентным человеком.			
29.	Что такое идеальное «Я»?			
<b>Модуль 7. «Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно?». 5 часов.</b>				
30.	Кто такой свободный человек?	Игры: «Сделай как я», «Наоборот», Подвижная игра «Башмачник», «Понять состояние». Коммуникативная игра «Путешествие на воздушном шаре» Игры на развитие самоконтроля и положительных эмоций: «Я	Режиссерская игра. Психологический практикум.	Предупреждать тревожность и страхи детей. Знакомить с языком чувств и эмоций, качествами характера, моделями
31.	Права и обязанности школьника.			
32.	Что такое «право на уважение».			
33.	Нарушение прав других людей может привести к конфликту.			

34.	Как разрешить конфликт мирным путём?	радуюсь, когда...», «На полянке». Рефлексия.	поведения, создавать возможности для самовыражения.
-----	--------------------------------------	--	---

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

#### 1 Класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов
<b>Модуль 1. Коррекция когнитивных процессов. «Чтобы хорошо учиться» (6 часов).</b>		
1.	Коррекция внимания и его свойства. Развитие произвольности психических процессов.	1
	Коррекция мышления и мыслительных операций. Развитие внутреннего плана действий.	1
	Коррекция памяти. Обучение приёмам запоминания.	1
	Коррекция восприятия.	1
	Релаксация – напряжение.	1
	Развитие рефлексивных навыков.	1
<b>Модуль 2. Коррекция социальных и коммуникативных умений. «Среди людей» (12 часов).</b>		
2.	Освоение приёмов активного общения «Я и другие».	1
	Раскрытие качеств, необходимых для активного общения «Какой я и какие другие».	1
	Знакомство с принципами хорошего слушания «Я слушаю».	1
	Расширение представлений о способах самоанализа «Какое решение верное».	1
	Обучение владению собой.	1
	Отстаивание своей точки зрения и аргументации «Моё мнение».	1
	Сплочение группы. «Учимся общаться».	1
	Устранение барьеров общения «Я + Ты».	1
	Стили общения.	1
	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра «Путешествие на воздушном шаре».	1
	Навыки совместной работы. Коммуникативная игра «Необитаемый остров».	1
	Конфликты и способы их разрешения. Отработка навыков неконфликтного поведения.	1
<b>Модуль 3. Коррекция поведения. «Познавая себя и других» (11 часов).</b>		
3.	Я - это я! Знаю ли я себя.	1
	Я и мои чувства.	1
	Что такое доброта? (Занятие в технологии французской мастерской).	1
	Добрым быть на свете веселей.	1
	Добрым быть полезно.	1
	Правда, ложь, фантазия.	1
	Учимся управлять своими эмоциями.	1
	Я тебя понимаю. Развитие чувства эмпатии. Привет, как твои дела?.	1
	Настоящий друг. (Сказкотерапия, видеотренинг).	1
	Спокойствие. Учимся правильно дышать.	1
	Индивидуальность или чем я отличаюсь от других.	1
<b>Модуль 4. Коррекция эмоционально-личностной сферы. «Мои эмоции» (4 часа) .</b>		
4.	«Я учусь владеть собой». Основы саморегуляции.	1
	Послушание.	1
	Застенчивость.	1

	Агрессию - под контроль. Коммуникативность.	1
Итого: 33 часа		

## 2 класс

№	Тема	Кол-во часов
1.	Вводный урок. Выявление уровня развития познавательных процессов	1
2.	Тренировка внимания	1
3.	Логически-поисковые задания. Развитие аналитических способностей	1
4.	Тренировка слуховой памяти	1
5.	Тренировка зрительной памяти	1
6.	Развитие способности рассуждать. Занятие-путешествие	1
7.	Совершенствование воображения. Задания с использованием спичек	2
8.	Выявление уровня развития внимания, восприятия, воображения, памяти и мышления	1
9.	Кого можно назвать фантазёром?	1
10.	Я умею фантазировать	1
11.	Мои сны	1
12.	Я умею сочинять	2
13.	Мои мечты	2
14.	Фантазия и ложь	2
15.	Радость. Что такое мимика	1
16.	Радость. Как доставить радость другому человеку	1
17.	Жесты. Как можно передать радость прикосновением и/или взглядом	2
18.	Страх	1
19.	Как справиться со страхом	1
20.	Гнев. С какими чувствами он дружит?	1
21.	Может ли гнев принести пользу?	1

8.	«Я – член команды»	1
9.	Что мешает дружбе. Умею ли я дружить?	1
10.	Я и мои «колочки»	1
11.	Ссора и драка	1
12.	Что такое одиночество?	1
13.	Я и мои родители	1
14.	«Урок мудрости» (Уважение к старшим)	1
15.	Я умею просить прощения	1
16.	Почему родители наказывают детей?	1
17.	Игротека	1
18.	Я – третьеклассник	1
19.	Я и мои цели	2
20.	Хозяин своего Я	2
21.	Не хочу быть плохим	1
22.	Мой любимый герой (примеры для подражания)	2
23.	Добро и зло (совесть)	1
24.	Что такое хорошо и что такое плохо (хорошие и дурные привычки)	2
25.	Конфликт. Моё поведение в трудных ситуациях	2
26.	Умей расслабиться	2
Всего: 34 часа		

#### 4 Класс

№ п/п	Тема учебного занятия	Количество часов
Модуль 1. «Кто я? Мои силы, мои возможности» (9 часов).		
1.	Кто я?	1
	Какой я? Большой или маленький?	1
	Мои способности.	1
	Мой выбор мой путь.	1
	Мой внутренний мир.	1
	Кто в ответ за мой внутренний мир.	1
	Уникальность моего внутреннего мира.	1
	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	1
	Что означает верить?	1
Модуль 2. «Я расту, я изменяюсь» (3 часа).		
2.	Моё детство.	1
	Нужно ли человеку изменяться?	1
	Я расту, я изменяюсь.	1
Модуль 3. «Культура общения» (6 часов).		
3.	Волипебные слова.	1
	Учимся вежливо говорить.	1
	Мальчик и девочка.	1
	Мой день рождения.	1
	Мы смеёмся.	1
	Я вам пишу.	1
Модуль 4. «Что такое сотрудничество» (5 часов).		

4.	Что такое сотрудничество?	1
	Я умею понимать другого.	1
	Я умею договариваться с людьми.	1
	Мы умеем действовать сообща.	1
	Что такое коллективная работа? КТД «На полянке».	1
Модуль 5. «Моё будущее» (3 часа).		
5.	Моё будущее.	1
	Кем бы я хотел стать?	1
	Хочу вырасти здоровым человеком.	1
Модуль 6. «Хочу вырасти интеллигентным человеком. Что для этого нужно?»		
6.	Кто такой интеллигентный человек?	1
	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	1
	Что такое идеальное «Я»?	1
Модуль 7. «Хочу вырасти свободным человеком. Что для этого нужно?»		
7.	Кто такой свободный человек?	1
	Права и обязанности школьника.	1
	Что такое «право на уважение».	1
	Нарушение прав других людей может привести к конфликту.	1
	Как разрешить конфликт мирным путём?	1
Итого: 34 часа		