

Министерство образования Самарской области
Юго-Западное управление

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа № 10
имени Героя России Сергея Анатольевича Хихина
городского округа Чапаевск Самарской области

РАССМОТРЕНО

Председатель МО
классных руководителей

_____ М.А.Артюхина

Протокол № 1
от «29» августа 2025 г.

ПРОВЕРЕНО

Зам. директора по ВР

_____ М.А. Артюхина

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ СОШ № 10
г.о. Чапаевск

_____ Н.В. Пылева

Приказ №
от «29» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Камертон»

для обучающихся 2-4 классов

г. о. Чапаевск, 2025 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность и назначение программы

Проблема наркомании на сегодняшний день одна из самых актуальных в современном обществе. Она волнует педагогов, родителей и многих других неравнодушных людей. И от того, как мы будем решать эту проблему, зависит будущее нашей молодежи и страны в целом.

Закладка установок, способных в дальнейшем повлиять на поведение ребенка в отношении одурманивающих веществ, происходит очень рано – в 4-5 лет. Именно в этом возрасте дети начинают оценивать и регулировать свое поведение, общаться с друзьями, преодолевать первые трудности.

У 5-6-летних детей есть уже первые представления о конкретных одурманивающих веществах. Они видят на улице и по телевидению, как употребляют одурманивающие вещества люди, слышат разговоры взрослых, видят курящих и выпивающих, одурманивающие вещества люди, родителей. И дети еще не способны адекватно оценить это. Поэтому очень важно дать им правильную установку, представление о том, что «хорошо», а что «плохо», и задолго до того, как возникнет опасность первого опыта или реального знакомства ребенка с одурманивающими веществами, необходимо сформировать у него устойчивое негативное отношение к употреблению этих веществ.

В то же время эта работа не может вестись «в лоб». Она не должна содержать негативные примеры и ситуации, незнакомые детям. Отталкиваться нужно от того опыта, который имеют дети.

Профилактика наркотизации в младшем школьном возрасте должна быть направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации. Очень важно сформировать у детей культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему опасно знакомство с одурманивающими веществами.

Одна из самых важных проблем ранней профилактики – воспитать у ребенка ценностное отношение к здоровью. Ребенку сложно понять, зачем нужно заботиться о здоровье, если оно «и так есть». Прогнозировать же последствия своего

отношения к здоровью в настоящем на перспективу способен не каждый взрослый, не говоря уже о ребенке.

Чтобы младший школьник мог сознательно регулировать поведение, нужно научить его адекватно выражать чувства, находить конструктивные способы выхода из сложных ситуаций. Если не сделать этого, неотрагированные чувства будут долго определять жизнь ребенка, создавая все новые субъективные трудности.

В младшем школьном возрасте у детей особенно активно происходит формирование произвольности, внутреннего плана действий, начинает развиваться способность к рефлексии. Поэтому именно на этом этапе ребенок может успешно овладевать средствами и способами анализа своего поведения и поведения других людей.

Именно поэтому решено было ввести на 1 ступени обучения в школе программу внеурочной деятельности «Камертон» в рамках социального направления.

Данная программа состоит из двух блоков: 1 блок (1 класс) «Я учусь владеть собой» (автор Н.П. Слободняк), 2 блок (2-4 классы) «Все цвета, кроме черного» (авторы Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А.). Каждый блок имеет логическую связь с предыдущим, темы занятий дополняют одна другую. Все занятия имеют общую гибкую структуру, которая была разработана с учетом возрастных особенностей детей младшего школьного возраста.

Цель и задачи изучения курса внеурочной деятельности

1 блок: «Я учусь владеть собой» (автор Н.П. Слободняк) для обучающихся 1 классов.

Цель: оказание психологической помощи детям в адаптации к обучению в школе.

Задачи:

- развитие эмоциональной регуляции поведения детей;
- предупреждение и снижение тревожности и страхов;
- повышение уверенности в себе.

2 блок: «Все цвета, кроме черного» (авторы Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А.) для обучающихся 2-4 классов.

Цель: формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Задачи:

- формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценивать себя и других людей;
- формирование представления об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребности в признании, общении, получении новых знаний;
- просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждения вредных привычек.

Место курса внеурочной деятельности «Камертон» в учебном плане

В соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ № 10 г.о.Чапаевск курс «Камертон» реализует социальное направление, предназначен для обучающихся 1-4 классов. Программа рассчитана на 4 учебных года, включает в себя 135 часов внеурочной деятельности (33 часа – 1 класс, по 34 часа – 2-4 класс). Данная программа составлена в соответствии с возрастными особенностями обучающихся начальной школы. Программа построена на основании современных

научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста, раскрывает особенности физического, психологического и социального здоровья.

Взаимосвязь с программой воспитания

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на социальное, но и на нравственное, интеллектуальное развитие обучающихся. Это проявляется:

- в приоритете личностных результатов реализации программы внеурочной деятельности, нашедших своё отражение и конкретизацию в примерной программе воспитания;
- в возможности включения школьников в деятельность, организуемую образовательной организацией в рамках модуля социального направления программы воспитания;
- в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную с педагогом и другими детьми деятельность и возможность образования на её основе детско-взрослых общностей, ключевое значение которых для воспитания подчёркивается программой воспитания.

Особенности работы педагога по программе внеурочной деятельности «Камертон»

Предлагаемый курс рассчитан на младших школьников, соответственно, программа строится с учетом их возрастных интересов. Ребятам предлагаются такие темы, которые могут быть важны для них в силу возрастных особенностей развития.

Занятия проводятся в доступной и интересной для детей форме. В основном используются следующие методы:

- имитационные и ролевые игры;

- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- элементы групповой дискуссии;
- техника и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения.

Все эти методы являются хорошим средством формирования у детей навыков эмоциональной регуляции поведения. Отработка навыков происходит в три этапа:

- получение информации о содержании того или иного навыка;
- применение полученных знаний в конкретных ситуациях (отработка навыка);
- перенос навыков, освоенных на занятиях, в повседневную жизнь ребенка.

Способы подачи материалов могут меняться в зависимости от состава и особенностей каждой конкретной группы детей. Занятия проводятся в доступной и интересной для детей форме. Одной из важных форм деятельности в младшем школьном возрасте является игра. А значит, организация игр-тренингов в процессе обучения оптимальна для целенаправленного воздействия на младшего школьника. Через игру у ребенка можно сформировать и культуру здоровья, и здоровьесберегающее поведение. В процессе игры дети постепенно осваивают поведенческие схемы, которые становятся полезными навыками. Подчинение правилам игры дается младшему школьнику довольно легко, ведь игра имеет эмоциональную окраску. В игре развивается мотивационная основа потребностей ребенка. В игре ребенок контролирует свои мимолетные желания, подчиняясь внешнему контролю со стороны других участников игры. Благодаря этому формируется произвольность поведения. Именно поэтому в ходе занятий предусмотрены различные виды игр: сюжетно-ролевая, игра по правилам, образно-ролевая.

В ходе реализации программы необходимо использовать только безопасные техники и приемы, т.к. занятия являются универсальными и проводятся с широким кругом учащихся данного возраста.

Работа по данной программе не предусматривает теоретической подготовки подростков, а ориентирована на обращение к тем проблемам, причем только в

недирективной форме, которые могут быть важными для них в силу из возрастных особенностей, на оказание помощи ребенку в поиске ответа на интересующие его вопросы.

Курс занятий доступен всем обучающимся, игры и психологические упражнения помогают ребятам лучше узнать себя и других, добиться успехов в различных жизненных ситуациях.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «КАМЕРТОН»

Личностные результаты:

У обучающихся будут сформированы:

основы российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

формирование ценностей многонационального российского общества;

становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;

социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;

начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;

самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;

эстетические потребности, ценности и чувства;

этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственная отзывчивость,

понимание и сопереживание чувствам других людей;

навыки сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях,

умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Обучающиеся получают возможность для формирования:

внутренней позиции обучающегося на уровне положительного отношения к образовательной организации, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;

выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;

устойчивое следование в поведении моральным нормам и этическим требованиям;

установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках.

Регулятивные результаты:

Обучающиеся научатся:

принимать и сохранять учебную задачу;

учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;

планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;

адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей вносить необходимые коррективы в действие после его завершения;

Обучающиеся получают возможность научиться:

в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;

проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

самостоятельно учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале;

самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце действия.

Коммуникативные результаты:

Обучающиеся научатся:

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач; строить монологическое высказывание;

владеть диалогической формой коммуникации, используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;

допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе несовпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

задавать вопросы;

контролировать действия партнёра;

использовать речь для регуляции своего действия;

адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

Обучающиеся получают возможность научиться:

учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию; аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

с учётом целей коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнёру необходимую информацию как ориентир для построения действия;

осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

Познавательные результаты:

Обучающиеся научатся:

осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;

осуществлять запись выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;

проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;

строить сообщения в устной и письменной форме;

ориентироваться на разнообразие способов решения задач;

Обучающиеся получают возможность научиться:

осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;

записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;

осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;

осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

Метапредметные результаты

В результате реализации курса «Все цвета, кроме черного» при получении начального общего образования обучающиеся приобретут первичные навыки работы с содержащейся в текстах информацией в процессе чтения соответствующих возрасту литературных, учебных, научно-познавательных текстов, инструкций.

Обучающиеся научатся осознанно читать тексты с целью удовлетворения познавательного интереса, освоения и использования информации. Обучающиеся овладеют элементарными навыками чтения информации, представленной в наглядно-символической форме, приобретут опыт работы с текстами, содержащими рисунки, таблицы, диаграммы, схемы.

Обучающиеся научатся использовать такие читательские действия, как поиск информации, выделение нужной для решения практической или учебной задачи информации, систематизация, сопоставление, анализ и обобщение имеющихся в тексте идей и информации, интерпретация и преобразование этих идей и информации.

Обучающиеся смогут использовать полученную из разного вида текстов информацию для установления несложных причинно-следственных связей и зависимостей, объяснения, обоснования утверждений, а также принятия решений в простых учебных и практических ситуациях.

Обучающиеся получают возможность научиться самостоятельно, организовывать поиск информации.

Они приобретут первичный опыт критического отношения к получаемой информации, сопоставления её с информацией из других источников и имеющимся жизненным опытом.

Предметные результаты

1 блок «Я учусь владеть собой»

В ходе занятий ребята должны научиться общаться, сохраняя хорошие отношения с другими людьми, решать конфликты, слушать и понимать других, следуя при этом собственным внутренним знаниям и желаниям. Учащимся необходимо научиться работать в коллективе, плодотворно сотрудничая с самыми разными людьми для того, чтобы добиться успехов в различных жизненных ситуациях. Кроме того, очень важно создать положительный эмоциональный фон в классе, сформировать у ребят чувство принадлежности к классному коллективу.

Главным ожидаемым результатом данной программы является снижение количества дезадаптированных детей в 1 классах, при этом критериями хорошей социальной адаптации должны являться хорошая эмоциональная регуляция собственного поведения у детей, сформированность психических новообразований, необходимых для успешного обучения в начальной школе (в первую очередь произвольности).

2 блок «Все цвета, кроме черного»

Полученные знания позволят детям понять, почему им надо заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни.

Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия;

Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;

Дети получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

В результате работы по программе внеурочной деятельности «Камертон» у младших школьников происходит формирование культуры здоровья, понимание ценности здорового образа жизни, развитие познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания и т. д. Все эти свойства и качества обеспечивают ребенку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям, а значит, снижают вероятность его знакомства с наркотическими веществами.

Программа позволяет достигнуть воспитательных результатов трех уровней:

Первый уровень результатов – приобретение школьником социальных знаний (взаимодействие ученика с педагогами как значимыми для него носителями социального знания и повседневного опыта), приобретение знаний об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе, приобретение опыта решения задач по различным направлениям. Результат выражается в понимании детьми сути курса ВУД, умении поэтапно решать поставленные задачи.

Второй уровень результатов – формирование у школьника опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом (равноправное взаимодействие школьника с другими школьниками на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной ему среде), получение

первого практического подтверждения приобретённых социальных знаний, активном использовании школьниками метода курса. Освоение обучающимися специальных знаний, а также развитие умений и навыков, необходимых в исследовательском поиске, привлекая для этой цели знания из разных областей, освоение опыта представления работы внутри класса. Результат проявляется в активном использовании школьниками метода курса ВУД, приобретении опыта самостоятельного поиска.

Третий уровень результатов – получение школьником опыта самостоятельного социального действия: взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде, определению, самостоятельно выбранному направлению. Результаты обучающихся могут быть представлены через презентации, участие в конкурсах и играх. На первом году обучения программа предусматривает достижение первого уровня результатов. На втором году обучения программа предусматривает достижение второго уровня результатов. На третьем, четвёртом году обучения программа предусматривает достижение третьего уровня результатов

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «КАМЕРТОН»

1 блок «Я учусь владеть собой»

1 класс

Раздел 1. Помоги себе сам (14 часов)

Такие разные настроения. Что такое настроение. Позитивные и негативные мысли. Наглядные образы, символизирующие настроение. Мысли и настроения. Взаимосвязь между мыслями и настроением. Различия между эмоциональными ощущениями. Способы выражения эмоций. Как справиться с плохим настроением? Умение управлять своим настроением. Трудная ситуация. Поиск выхода из трудной ситуации. Умение самостоятельно помогать себе.

Раздел 2. Мысли и поведение (18 часов)

Уверенность в себе. Развитие уверенности в себе. Связь между мыслями и поведением. Способы саморегуляции. Чашка доброты. Как делать выбор?

Прогнозирование ситуации. Ответственность за свой выбор. Правила осуществления выбора. Анализ своих поступков и поступков других людей. Как добиться успеха? Условия достижения успеха. Составляющие успеха. Трудное слово «Нет». Умение говорить: «Нет!». Как победить свой страх?

Раздел 3. Заключение. Давайте жить дружно! (1 час)

Коммуникативные навыки. Доброжелательное отношение друг к другу.

2 блок «Все цвета, кроме черного»

2 класс

Раздел 1. Твои новые друзья (4 часа)

Знакомство с новыми друзьями. Твой режим дня. Как справиться с трудностями?

Раздел 2. Как ты растешь (4 часа)

Работа твоего организма. Здоровье и поведение человека.

Раздел 3. Что ты знаешь о себе (3 часа)

Изучаем свой организм. Режим дня и работоспособность человека.

Раздел 4. Твое настроение (4 часа)

Что такое настроение? Изменения настроения. Как избавиться от плохого настроения?

Раздел 5. Как ты познаешь мир (3 часа)

Органы чувств. Как развивать органы чувств?

Раздел 6. Твои чувства (4 часа)

Что такое чувства? Чувства и здоровье человека. Как управлять своими чувствами?

Раздел 7. Как исправить настроение (3 часа)

Сказка «Грусть-тоска». Как исправить плохое настроение? Мир твоих увлечений.

Раздел 8. Твои поступки (4 часа)

Хорошие и плохие поступки. Примеры для подражания.

Раздел 9. Твои привычки (4 часа)

Что такое привычка? Полезные и вредные привычки.

Раздел 10. Игра «Твой день» (1 час)

Урок-обобщение.

3 класс

Раздел 1. Что изменилось за год? (2 часа)

Дневник наблюдений. Режим дня

Раздел 2. Как научиться разговаривать с людьми (7 часов)

Слова и чувства. Правила доброго общения.

Раздел 3. Что такое интонация (5 часов)

Слова и интонация. Урок актерского мастерства

Раздел 4. Как научиться преодолевать трудности (5 часов)

Какой Я? Поддержка и помощь в общении. Твой выбор.

Раздел 5. Как понять друг друга без слов (5 часов)

Мимика и жесты. Как мы выражаем эмоции. Практикум невербального общения.

Раздел 6. Для чего нужна улыбка (5 часов)

Когда мы улыбаемся? Учимся улыбаться.

Раздел 7. Умеешь ли ты дружить (4 часа)

Законы дружбы. Скажи мне, кто твой друг...

Раздел 8. Конкурс знатоков (1 час)

Урок-обобщение.

4 класс

Раздел 1. Что вы знаете друг о друге (4 часа)

Расскажи о себе. Твой сосед по парте. Дневник наблюдений.

Раздел 2. Твой класс (3 часа)

Кто важен для меня? Неделя настроения.

Раздел 3. Кто твой друг (4 часа)

Хороший друг. Дружба – это... Что ты ценишь в других?

Раздел 4. Как научиться жить дружно (4 часа)

Почему возникают ссоры. Что делать?

Раздел 5. Как помириться после ссоры (4 часа)

Давайте жить дружно!

Раздел 6. Какой у тебя характер (6 часов)

«Хороший» и «плохой» характер. Твой характер.

Раздел 7. Как воспитать свой характер (4 часа)

«Посеешь поступок – пожнешь привычку...». «Хочу» и «могу». Люди, которыми мы гордимся.

Раздел 8. Как сказать «Нет» и отстоять свое мнение (2 часа)

Умение сказать «Нет»

Раздел 9. Фантастическое путешествие (2 часа)

Путешествие на другую планету.

Раздел 10. Конкурс знатоков (1 час)

Урок-обобщение.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Виды, формы контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Лекци- онные	Практи- ческие			
1.	Помоги себе сам	14	3,5	10,5			
1.1.	Такие разные настроения	4	1	3	Рефлексия	Знакомство. Прослушивание и обсуждение рассказов о дракончике Памси. Игра –разминка «Поезд». Дыхательная гимнастика. Раскрашивание картинок под	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. , Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь https://mults.info/mults/?id=264 Мультфильм «Паровозик из Ромашково»

						веселую музыку.	
1.2.	Мысли и настроение	4	1	3	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси. Беседа о мыслях и настроении. Работа с пособием «Цветочки». Игры-разминки «Поезд», «Птенчик». Раскрашивание картинок под веселую музыку.	Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
1.3.	Как справиться с плохим настроением?	2	0,5	1,5	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси. Знакомство с понятиями: хорошее и плохое настроение. Анализ мыслей, которые помогают сделать настроение хорошим. Ответы на вопросы: Что делать, если у тебя плохое настроение? Почему	Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь

						настроение бывает плохим? Как исправить настроение. Игры-разминки «Поезд», «Птенчик». Раскрашивание картинок под веселую музыку.	
1.4.	Трудная ситуация	4	1	3	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси. Знакомство с понятием: трудная ситуация. Дыхательная гимнастика. Просмотр мультфильма. Игры-разминки «Поезд», «Птенчик». Раскрашивание картинок под веселую музыку.	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
2.	Мысли и поведение	18	4,75	13,25			
2.1.	Уверенность в себе	2	0,5	1,5	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси. Рольевые игры. Чтение и	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь

						инсценировка сказки «Храбрый заяц». Игры-разминки «Поезд», «Птенчик». Раскрашивание картинок.	https://mults.info/mults/?id=1160 Мультфильм «Храбрый заяц»
2.2.	Чашка доброты	2	0,5	1,5	Рефлексия	Релаксация «Чашка добра». Раскрашивание картинок. Дыхательная гимнастика. Игры-разминки «Поезд», «Птенчик».	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь https://kopilkaurokov.ru/psihologu/prochee/uprazhneniiaadliarazvitiialichnostnykhuniversalitynykhuchiebnnykhdieistvii упражнения на развитие эмоций
2.3.	Как делать выбор?	4	1	3	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение рассказов о дракончике Памси. Диалог о том, как научиться говорить «Нет!». Раскрашивание картинок. Игры-разминки «Поезд», «Птенчик».	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь

2.4.	Как добиться успеха?	4	1	3	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси Ответы на вопросы: Зачем делать добро другим людям? Что надо, чтобы сделать правильный выбор? Разминка «Танец маленьких утят»	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
2.5.	Трудное слово «Нет»	3	1	2	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси. Учебный диалог о том, зачем надо уметь говорить слово «Нет». Игры-разминки «Поезд», «Птенчик».	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
2.6.	Учимся говорить себе: «Стоп!»	2	0,5	1,5	Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси Игры-разминки «Поезд», «Птенчик». Раскрашивание картинок под веселую музыку	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
2.7.	Как победить свой страх?	1	0,25	0,75	Рисунки детей Рефлексия	Прослушивание и обсуждение историй о Памси	Крюкова С.В. , Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь,

						Учебный диалог о том, чего боятся люди и почему. Раскрашивание картинок под веселую музыку. Дыхательная гимнастика.	боюсь, хвастаюсь и радуюсь
3.	Заключение	1	0,25	0,75			
	Давайте жить дружно!				Рефлексия	Прослушивание и обсуждение рассказа о дракончике Памси. Подведение итогов занятий. Вручение дипломов каждому ребенку. Дыхательная гимнастика.	Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь
	Итого		33	8,5	24,5		

2 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Виды, формы контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Лекционные	Практические			

1.	Твои новые друзья	4	1,75	2,25			
1.1.	Знакомство с новыми друзьями.	1	0,25	0,75	Рефлексия	Работа с рабочими тетрадями. Беседа: Как работать с учебником? Знакомство с новыми друзьями в книжке. Чтение по ролям.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
1.2.	Твой режим дня	2	1	1	Рефлексия	Учебный диалог о дружеских отношениях в классе. Разговор о режиме дня. Работа с заданиями книжке. Осознание позиции школьника через выполнение заданий в книжке.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
1.3.	Как справиться с трудностями?	1	0,5	0,5	Рефлексия	Беседа о школьных и домашних трудностях, о том, как с ними справиться? Анализ режима дня. Игра-	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс

						разминка. Просмотр мультфильма. Дыхательная гимнастика.	https://mults.info/mults/?id=412 мультфильм «Что такое хорошо и что такое плохо?»
2.	Как ты растешь	4	1	3			
2.1.	Работа твоего организма	2	0,5	1,5	Рефлексия	Учебный диалог о том, как растет человек. Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Работа с картинкой.	https://nra- russia.ru/pic/projects/2 020/04/20/02/2-klass- uchus-ponimat-sebya- rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
2.2.	Здоровье и поведение человека	2	0,5	1,5	Рефлексия Рисунок	Профилактическ ая беседа о вредных привычках. Разговор о том, что такое здоровый образ жизни? Полезное и вкусное. Вредные привычки. Гигиенические навыки: уход за зубами, ушами, кожей. Правильная осанка - стройная спина.	https://nra- russia.ru/pic/projects/2 020/04/20/02/2-klass- uchus-ponimat-sebya- rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс

						Профилактическая беседа о вреде курения и других вредных привычках. Выполнение рисунка в тетрадах «Нет курению!».	
3.	Что ты знаешь о себе	3	1	2			
3.1.	Изучаем свой организм	2	0,5	1,5	Рефлексия Таблица	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа о работе сердца и легких. Измерение пульса и частоты дыхания. Заполнение таблицы.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
3.2.	Режим дня и работоспособность человека	1	0,5	0,5	Рефлексия Рисунок	Учебный диалог о режиме дня. Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Выполнение заданий на внимательность. Дыхательная гимнастика.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс

						Работа с картинками.	
4.	Твое настроение	4	1	3			
4.1.	Что такое настроение?	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог: «Положительные эмоции - хорошее настроение». Раскрашивание картинок. Игра «Ты мне, я – тебе».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
4.2.	Изменения настроения	1	0,25	0,75	Рефлексия	Учебный диалог о настроении. Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Чтение сказки «Золушка». Наблюдение за сменой настроения героини. Игра «Угадай настроение».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
4.3.	Как избавиться от плохого	1	0,25	0,75	Таблица	Чтение по ролям. Выполнение	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf

	настроения?					заданий в книжке. Ответы на вопросы: Как справиться с гневом? Может ли гнев принести пользу? Как можно выразить свои чувства? Игры «Разыщи радость», «Подари улыбку». Заполнение таблицы настроения в тетради.	uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
5.	Как ты познаешь мир	3	0,75	2,25			
5.1.	Органы чувств	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа об органах зрения и слуха. Ответы на вопрос: Что поможет сохранить зрение и слух. Диалог «Мир ощущений. Как уберечь себя от травм?». Проведение	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс

						эксперимента на осязание, ощущение вкуса, обман зрения.	
5.2.	Как развивать органы чувств?	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Выполнение упражнений на сохранение зрения. Выработка правил ЗОЖ. Игра «Угадай предметы».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
6.	Твои чувства	4	1,5	2,5			
6.1.	Что такое чувства?	1	0,5	0,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог: «Добрые чувства – помощники в жизни». Работа с картинками. Раскрашивание картинок. Упражнение «Я чувствую, я делаю».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
6.2.	Чувства и здоровье человека	1	0,5	0,5	Рисунок	Чтение по ролям. Выполнение заданий	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf

						книжке. Беседа о том, как чувства влияют на здоровье человека. Рисунок «Мои чувства»	uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
6.3.	Как управлять своими чувствами?	2	0,5	1,5	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о чувствах: «Отрицательные чувства – чувства тревоги, страха. Беспокойства, неуверенности и как с ними бороться». Обсуждение историй из жизни. Выполнение заданий в парах «Что я чувствую, когда...». Творческое задание «Чувства бывают разные». Анализ задания.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
7.	Как исправить настроение	3	0,5	2,5			

7.1.	Сказка «Грусть- тоска»	1	0,25	0,75	Рефлексия Рисунок	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Чтение сказки «Как Грусть-Тоска превратилась в Радость- Веселье». Придумать продолжение. Рисование иллюстрации к сказке. Обсуждение.	https://nra- russia.ru/pic/projects/2 020/04/20/02/2-klass- uchus-ponimat-sebya- rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
7.2.	Как исправить плохое настроение?	1		1	Творчес- кая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа о том, как можно исправить плохое настроение. Работа в парах: «Правила хорошего настроения». Творческое задание «На что похоже настроение»	https://nra- russia.ru/pic/projects/2 020/04/20/02/2-klass- uchus-ponimat-sebya- rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
7.3.	Мир твоих увлечений	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа о	https://nra- russia.ru/pic/projects/2 020/04/20/02/2-klass- uchus-ponimat-sebya-

						том, какие бывают увлечения. Демонстрация своих увлечений. Упражнение «Угадай увлечение». Работа с картинками.	rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
8.	Твои поступки	4	1	3			
8.1.	Хорошие и плохие поступки	2	0,5	1,5	Практическая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа «Что такое хороший поступок?». Выполнение задания «Твой самый важный поступок».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
8.2.	Примеры для подражания	2	0,5	1,5	Рефлексия	Учебный диалог: «Хорошие поступки литературных героев». Обсуждение примеров из жизни.	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
9.	Твои привычки	4	1	3			

9.1.	Что такое привычка?	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Беседа «Полезные привычки сохраняют здоровье. Вредные привычки вредят человеку». Упражнение «Покажи привычку». Анализ упражнения. Выполнение задания в тетради «Я хочу, я делаю».	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
9.2.	Полезные и вредные привычки	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Просмотр мультфильма «Сестрички-привычки». Выполнение заданий по выявлению вредных и полезных привычек. Учебный диалог:	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс https://mults.info/mults/?id=1028 Мультфильм «Сестрички-привычки»

						Как избавиться от вредных привычек? Упражнение «Я и мои привычки»	
10.	Урок-обобщение	1	0,25	0,75			
10.1.	Игра «Твой день»	1	0,25	0,75	Рефлексия Игра	Подведение итогов программы за учебный год. Проведение игры «Твой день». Вручение дипломов	https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
	Итого	34	9,75	24,25			

3 класс

№ п\п	Тема занятия	Количество часов			Виды, формы контроля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Лекционные	Практические			
1.	Что изменилось за год?	2	1	1			
1.1.	Дневник наблюдений	1	0,5	0,5	Рефлексия Таблица	Знакомство с рабочими тетрадями. Чтение по ролям. Наблюдение за	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме

						изменениями, произошедшими в своем организме. Заполнение таблицы в тетради	черного»
1.2.	Режим дня	1	0,5	0,5	Рефлексия Устный опрос	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о режиме дня, об изменениях в этом учебном году. Задание в парах «Мой режим дня».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
2.	Как научиться разговаривать с людьми		7	1,75	5,25		
2.1.	Слова и чувства	3	0,75	2,25	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Знакомство с формулами общения. Учебный диалог о культуре общения, о роли интонации в общении людей,	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						о трудностях в общении людей и способах их преодоления. Упражнение «Вырази чувства словами». Работа со схемами и картинками.	
2.2.	Правила доброго общения	4	1	3	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Выполнение творческого задания в группах «Правила доброго общения». Анализ задания. Чтение литературных произведений, подготовленных дома, об общении людей. Игры на общение.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
3.	Что такое интонация	5	1,25	3,75			
3.1.	Слова и интонация	3	0,75	2,25	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради

						заданий в книжке. Учебный диалог о роли интонации. Просмотр и обсуждение мультфильма «Вовка в тридевятом царстве». Игры на общение.	«Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=68 мультфильм «Вовка в тридевятом царстве»
3.2.	Уроки актерского мастерства	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям сказки К. Чуковского «Телефон». Просмотр и обсуждение мультфильма. Раскрашивание картинки. Упражнение «Угадай, кто я». Игры на общение.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=992 мультфильм «Телефон»
4.	Как научиться преодолевать трудности	5	1	4			
4.1.	Какой Я?	2	0,5	1,5	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о своем Я.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						Творческое задание в парах: рассказать о себе без слов. Обсуждение задания.	
4.2.	Поддержка и помощь в общении	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о роли поддержки в общении людей. Упражнение «Поддержка». Работа с картинками.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
4.3.	Твой выбор	1		1	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о том, как мы выбираем. Работа в парах «Я выбираю, мы выбираем». Анализ задания. Решение психологических примеров.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
5.	Как понять друг друга без слов	5	1	4			

5.1.	Мимика и жесты	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в рабочей тетради книжке. Беседа о «Все цвета, кроме роли мимики и жестов в общении. Выполнение упражнений «Подарок без слов», «Подари улыбку».	https://vk.com/wall-208796406_26
5.2.	Как мы выражаем эмоции	2	0,5	1,5	Практическая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в рабочей тетради книжке. Учебный диалог «Какие эмоции и когда мы выражаем». Практическая работа в группах «Как мы выражаем эмоции». Обсуждение задания.	https://vk.com/wall-208796406_26
5.3.	Практикум невербального общения	1		1	Коллаж	Психологическая игра «Общаемся без слов». Анализ игры. Изготовление коллажа по	http://teremoc.ru/index.php Развивающие игры для детей

						группам «Со словами и без слов».	
6.	Для чего нужна улыбка	5	1,25	3,75			
6.1.	Когда мы улыбаемся?	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о том, для чего нужна улыбка. Упражнение «Подари улыбку».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради в «Все цвета, кроме черного»
6.2.	Учимся улыбаться	2	0,5	1,5	Рефлексия Рисунок	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о значении доброжелательных отношений между людьми. Упражнение «Улыбка для друга». Релаксация «Волшебный мир». Рисунок в тетради.	http://teremoc.ru/index.php Развивающие игры для детей
6.3.	Улыбнемся вместе	2	0,5	1,5	Рисунок	Выполнение заданий в	https://vk.com/wall-208796406_26

						книжке. Просмотр и обсуждение мультфильма. Исполнение песни «Улыбка». Рисование строчки из песни. Релаксация «Улыбнемся вместе».	Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=199 мультфильм «Крошка Енот»
7.	Умеешь ли ты дружить	4	1	3			
7.1.	Законы дружбы	2	0,5	1,5	Практическая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о ценности дружбы. Рассказ «Настоящий друг». Анализ рассказов. Задание по группам «Законы дружбы». Анализ задания.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
7.2.	Скажи мне, кто твой друг...	2	0,5	1,5	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Ответы на вопросы: Умею ли я	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						дружить и можно ли этому научиться? Почему друзья иногда ссорятся и даже дерутся? Какие чувства возникают во время ссоры и драки? Как нужно вести себя, чтобы избежать ссоры? Творческое задание по группам «Как не стать одиноким среди своих сверстников?». Анализ задания.	
8.	Урок-обобщение	1		1			
8.1.	Конкурс знатоков	1		1	Рефлексия Викторина	Подведение итогов занятий. Работа в парах: Что значит понимать другого и как можно этому научиться? Как научиться договариваться с людьми? Что такое коллективная	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						работа? Проведение викторины. Вручение дипломов каждому ребенку.	
	Итого	34	8,25	25,75			

4 класс

№ п\п	Тема занятия	Количество часов			Виды, формы контро- ля	Формы деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Лекци- онные	Практи- ческие			
1.	Что вы знаете друг о друге	4	1,25	2,75			
1.1.	Что изменилось за год?	1	0,5	0,5	Творчес- кое задание	Знакомство с рабочей тетрадью. Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Анализ изменений, произошедших за год. Творческое задание «Расскажи о	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						себе».	
1.2.	Расскажи о себе	1	0,25	0,75			
1.3.	Дневник наблюдений	2	0,5	1,5	Дневник наблюдений	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Заполнение дневника наблюдений в тетради. Выполнение упражнения «Подари радость другому».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
2.	Твой класс	3	0,75	2,25			
2.1.	Ты и твой класс	1	0,25	0,75	Рефлексия Рисуночный тест	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог об отношениях в классе. Творческий рисунок в группах «Мой класс».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
2.2.	Кто важен для меня?	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Упражнение	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						«Выбери друзей» (социометрия). Анализ упражнения.	
2.3.	Неделя настроения.	1	0,25	0,75	Дневник настрое- ния	Чтение по ролям. Выполнение заданий книжке. Упражнение «На что похоже настроение». Ведение дневника настроения.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
3.	Кто твой друг	4	1	3			
3.1.	Хороший друг	2	0,5	1,5	Творчес- кое задание	Чтение по ролям. Обсуждение ситуации в книжке. Творческое задание «Мы с другом...». Обсуждение задания. Прослушивание и анализ рассказов «Подружки», «Мужик и медведь», «Напоказ».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
3.2.	Дружба – это...	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение	https://vk.com/wall-208796406_26

						заданий в книжке. Упражнение «Мой друг». Просмотр и обсуждение мультфильма «Грибок».	Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=3595 мультфильм «Грибок»
3.3.	Что ты ценишь в других?	1	0,25	0,75	Творческая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Выполнение творческой работы по группам «Качества моих друзей». Анализ задания.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
4.	Как научиться жить дружно	4	1	3			
4.1.	Почему возникают ссоры	2	0,5	1,5	Творческое задание Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Творческое задание в парах: нарисовать ссору. Обсуждение задания.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
4.2.	Что делать?	2	0,5	1,5	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради

					Рефлексия	книжке. Творческое задание в группах «Что делать?». Обсуждение задания. Работа с картинками.	«Все цвета, кроме черного»
5.	Как помириться после ссоры	4	1	3			
5.1.	Давайте жить дружно!	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Упражнение «Изобрази друга». Нарисовать ссору. Учебный диалог: «Почему люди ссорятся? Как помириться после ссоры?». Игра «Ссоримся и миримся»	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
5.2.	Когда мои друзья со мной	2	0,5	1,5	Тестирование	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Работа с картинками. Проведение тестирования. Просмотр и обсуждение	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=219 мультфильм «Малыш

						мультфильма «Малыш и Карлсон» .	и Карлсон»
6.	Какой у тебя характер	6	1,5	4,5			
6.1.	Что такое характер?	1	0,5	0,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о характере. Работа со схемой о чертах характера. Раскрашивание картинок.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
6.2.	«Хороший» и «плохой» характер	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о том, что такое «хороший» и «плохой» характер. Просмотр и обсуждение мультфильма «Золушка».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» https://mults.info/mults/?id=881 мультфильм «Золушка»
6.3.	Твой характер	1	0,25	0,75	Творческое задание	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Творческое	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						задание «Мой характер». Анализ задания. Игра «Я...».	
6.4.	Исследуем свой характер	1		1	Тестирование	Прохождение рисуночного теста о характере.	http://www.sumina-yuliya.ru/dokument_sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых
6.5.	Характер и окружающие люди	2	0,5	1,5	Практическая работа	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о роли характера в общении людей. Работа парах «Что скажет? Что сделает?».	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
7.	Как воспитать свой характер	4	1,25	2,75			
7.1.	«Посеешь поступок – пожнешь привычку...»	1	0,25	0,75	Рефлексия	Чтение по ролям. Учебный диалог о многообразии черт характера человека, представление о	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						ВОЗМОЖНОСТИ ВОСПИТЫВАТЬ В себе определенные черты характера. Работа с пословицами.	
7.2.	«Хочу» и «могу»	2	0,5	1,5	Рефлексия	Чтение по ролям. Выполнение заданий в книжке. Учебный диалог о роли слова «Хочу» в жизни человека. Работа в тетрадах «Что я хочу и что я могу». Анализ задания.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
7.3.	Люди, которыми мы гордимся	1	0,5	0,5	Рефлексия	Учебный диалог о героях. Чтение рассказов о героических людях. Примеры из жизни.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
8.	Как сказать «Нет» и отстоять свое мнение	2	0,25	1,75			
8.1.	Умение сказать «Нет»	2	0,25	1,75	Рисунок	Чтение по ролям. Учебный диалог о том, зачем уметь говорить слово «Нет!». Рисунок в	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»

						тетради.	
9.	Фантастическое путешествие	2	0,25	1,75			
9.1.	Путешествие на другую планету	2	0,25	1,75	Творческое задание	Просмотр иллюстраций двух планет. Придумать девиз людей, живущих на этих планетах. Работа в командах: нарисовать планету, на которой хотел бы жить.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
10.	Урок-обобщение	1	-	1			
10.1.	Конкурс знатоков			1	Рефлексия Конкурс	Подведение итогов занятий. Проведение конкурса знатоков. Вручение дипломов каждому ребенку.	https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного»
	Итого	34	8,25	25,75			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Материалы для обучающихся

1. Безруких М.М. Макеева А.Г. Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать себя. 2 класс. Рабочая тетрадь. – М., 2009.
2. Безруких М.М. Макеева А.Г. Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать других. 3 класс. Рабочая тетрадь. – М., 2009.
3. Безруких М.М. Макеева А.Г. Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учусь общаться. 4 класс. Рабочая тетрадь. – М., 2009.
4. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Психология. – М., 2000г.

Методические материалы для педагога

1. Безруких М.М. Макеева А.Г. Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: пособие для педагогов. – М., 2003.
2. Захаров А.И. Как преодолеть страх у детей. – М., 2020.
3. Изард К.Е. Эмоции человека. – М., 1989.
4. Крюкова С.В. Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие. – М.: Генезис, 1999.
5. Макеева А.Г. педагогическая профилактика наркомании в школе. – М., 2019.
6. Чистякова Г.И. Психогимнастика. – М., 2020.
7. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. – М., 1986.

Цифровые образовательные ресурсы

1. [Крюкова С.В., Слободняк Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь](#)
2. <https://nra-russia.ru/pic/projects/2020/04/20/02/2-klass-uchus-ponimat-sebya-rabochaya-tetrad.pdf> - Рабочая тетрадь «Все цвета, кроме черного» 2 класс
3. https://vk.com/wall-208796406_26 Рабочие тетради «Все цвета, кроме черного» 2-4 класс

4. <http://teremoc.ru/index.php> Развивающие игры для детей
5. <http://www.maciki.com> Сайт для детей – сказки, стихи, загадки
6. <https://mults.info/mults/> Каталог мультфильмов онлайн
7. http://www.sumina-yuliya.ru/dokument_sait/knigi/Psikhologicheskie_risunochnye_testy_dlya_detey_i_vzroslykh.pdf
Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых
8. <http://www.lukoshko.net/> «Лукошко сказок»
9. <http://www.lumara.ru/> «Сказкотерапия для всех»

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Помещение для занятий.

Помещение должно быть просторным, удобным, с хорошей освещенностью, с естественным доступом воздуха. Столы и стулья должны быть расставлены таким образом, чтобы дети могли хорошо видеть друг друга и ведущего, чтобы психолог мог свободно подойти к каждому. Занятия включают в себя элементы социально-психологического тренинга, поэтому проводятся в кабинете, где участники могут свободно располагаться, передвигаться, в кабинете обязательно должно быть свободное место для того, чтобы учащиеся смогли сесть в круг.

2. Вспомогательные принадлежности:

- диски с музыкой,
- компьютер,
- проектор,
- экран,
- карандаши, фломастеры, маркеры,
- тетради,
- фольга,
- альбомные листы,
- мяч,
- доска, мел,

- плакаты, таблицы и рисунки к урокам,
- мягкие игрушки цветочек, сердечко,
- раздаточный материал