

Департамент образования Администрации города Екатеринбурга  
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр внешкольной работы «Новая Авеста»

Принята на заседании  
Педагогического совета  
От 30.05.2022г.  
Протокол №4



Утверждаю  
Директор МБУ ДО Центр «Новая Авеста»  
Г.П.Заева  
Приказ № 34-0\_ от 31.05.2022г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
социально-гуманитарной направленности

**«Учиться легко»**

Возраст обучающихся: 8 - 10 лет  
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:  
Калгина Елена  
Александровна,  
педагог-психолог 1 к.к.

г. Екатеринбург, 2022

## Содержание

| №    | Наименование                                               | Стр. |
|------|------------------------------------------------------------|------|
| 1.   | Комплекс основных характеристик                            |      |
| 1.1. | Пояснительная записка                                      | 3    |
| 1.2. | Цель и задачи общеразвивающей программы                    | 5    |
|      | Содержание общеразвивающей программы                       |      |
| 1.3. | Учебный (тематический) план. 1 год обучения.               | 6    |
|      | Стартовый уровень                                          |      |
|      | Содержание учебного (тематического) плана. 1 год обучения. | 10   |
|      | Стартовый уровень                                          |      |
| 1.4. | Учебный (тематический) план. 2 год обучения.               | 13   |
|      | Базовый уровень.                                           |      |
|      | Содержание учебного (тематического) плана. 2 год обучения. | 17   |
|      | Базовый уровень                                            |      |
| 1.5. | Планируемые результаты                                     | 21   |
| 2.   | Комплекс организационно-педагогических условий             |      |
| 2.1. | Календарный учебный график 1,2 годов обучения              | 22   |
| 2.2. | Условия реализации программы                               | 27   |
| 2.3. | Формы аттестации и оценочные материалы                     | 28   |
| 2.4. | Список литературы                                          | 30   |

## **1. Комплекс основных характеристик**

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Учиться легко» составлена в соответствии с **нормативными документами:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

3. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением правительства Российской Федерации от 04.09.2014г. № 1726-р).

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

5. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

**Направленность программы** – социально-гуманитарная. Программа ориентирована на развитие личностных и интеллектуальных качеств, формирование учебного поведения, профилактику агрессии, укрепление психического здоровья в целом. Составлена с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся, роли и значения видов деятельности и форм общения младших школьников для определения целей образования и воспитания и путей их достижения.

**Актуальность программы:** процесс психического развития **младшего школьника** опирается на гармоничное соответствие между психофизиологическими возможностями ребенка и требованиями, предъявляемыми социальным окружением. Известно, что основы знаний закладываются в **младшем школьном возрасте**, упущенное в этом возрасте трудно будет восполнить впоследствии. В связи с этим возрастает актуальность прогнозирования и профилактики школьных трудностей у **младших школьников**.

**Отличительные особенности программы:** программа делает упор на игровые формы занятий. В совместной игровой деятельности, ведущими мотивами ребенка становится - проявить себя в нем с наилучшей стороны. Таким образом, внимание ребенка отвлекается от отрабатываемых в игровой форме навыков, переводит их на произвольный уровень, снимает напряжение и страх, что способствует увеличению общей активности, мобилизации потенциальных возможностей.

**Педагогическая целесообразность** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы состоит в следующем: принцип комплексного воздействия, т.е. сочетание в каждом цикле занятий методов двигательной, когнитивной и эмоционально-личностной активности. Это связано с тем, что одна и та же психическая функция одновременно формируется с помощью когнитивной и с помощью двигательной активности. Обязательным является сочетание когнитивных и двигательных методов на каждом занятии.

**Адресат программы:** обучающиеся 8-10 лет.

Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Группы формируются из обучающихся одного возраста, состав группы постоянный.

**Количество обучающихся в группе:** 8-12 человек.

**Возрастные особенности обучающихся:**

Третий класс: к началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу. Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в группе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в

большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

**Четвертый класс:** главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях, дают нравственную оценку поступкам, как своим, так и других. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

**Адресат программы:** обучающиеся 8-10 лет.

Набор детей в группы проводится без предварительного отбора. Группы формируются из обучающихся одного возраста, состав группы постоянный.

**Количество обучающихся в группе:** 8-12 человек.

**Возрастные особенности обучающихся:**

**Третий класс:** к началу третьего класса у ребенка уже четко сформирован отчетливый образ хорошего ученика, он ясно представляет себе, что надо делать, чтобы соответствовать этому образу. Важной темой остается и тема взаимоотношений со сверстниками, дружбы и сотрудничества в группе. Отношения с друзьями в этот период становятся более значимыми, меньше зависят от оценок учителя и школьных успехов. Самооценка ребенка теперь в большей степени строится на отношениях с друзьями. Занятия на тему дружбы неизменно вызывают у третьеклассников живой интерес и воодушевление.

**Четвертый класс:** главная особенность четвероклассников – появление глубокого интереса к своему внутреннему миру. Они легко включаются в беседы о прошлом и будущем, пытаются анализировать происходящие в них изменения, размышляют о своих способностях и возможностях, дают нравственную оценку поступкам, как своим, так и других. Теперь для них важны не столько успехи в учебе, сколько признание окружающими их внутренней ценности и уникальности.

**Режим занятий:** 1 раз в неделю, 2 часа (1 час равен 45 минутам и 15 минут перерыва).

**Объем общеразвивающей программы:**

1 год обучения с 15 сентября – 72 часа в год (2 часа в неделю),

2 год обучения с 1 сентября – 76 часов в год (2 часа в неделю).

**Срок освоения:** 2 года.

Общеразвивающая программа реализуется в течение всего учебного года, включая каникулярное время (9 месяцев).

**Общеразвивающая программа состоит из 2 уровней:**

1 год – стартовый уровень,

2 год – базовый уровень.

1 год – стартовый уровень. Предполагает знакомство с основными представлениями, не требующими владения специализированными предметными знаниями и концепциями, участие в решении заданий и задач, обладающих минимальным уровнем сложности, необходимым для освоения содержания программы. Задания этого уровня просты, носят в основном репродуктивный характер, имеют шаблонные решения.

2 год – базовый уровень. Предполагает участие в постановке и решении таких заданий и задач, для которых необходимо использование специализированных предметных знаний, концепций. Расширяет материал начального уровня, доказывает, иллюстрирует и конкретизирует основное знание, показывает применение понятий. Этот уровень несколько увеличивает объем сведений, помогает глубже понять основной материал, делает общую картину более цельной. Требуется глубокое знание системы понятий, умения решать проблемные ситуации в рамках программы.

Домашнего задания не предусмотрено.

**Формы обучения:** фронтальная, индивидуально-групповая, индивидуальная.

**Виды занятий:** беседа, практическое занятие, тренинг, игровая деятельность с использованием различных нейропсихологических, арт-терапевтических и здоровьесберегающих технологий, так же применяются нетрадиционные формы организации обучающих занятий: мозговой штурм, круглый стол и т.д.

**Формы подведения результатов:** беседа, открытое занятие.

## 1.2. Цель и задачи общеразвивающей программы

**Цель программы:** развитие личностных качеств обучающихся через освоение конструктивных навыков для социализации в обществе и профилактики школьной дезадаптации.

### **Задачи программы:**

#### *Обучающие:*

- обучить новым моделям поведения в ситуации взаимодействия.
- обучить теоретическим и практическим знаниям, умениям и навыкам, необходимым для социально-психологической адаптации и продуктивной жизнедеятельности.

#### *Развивающие:*

- развить контроль импульсивных реакций;
- развить эмоциональный интеллект;
- развить коммуникативные навыки: общение и взаимодействие в группе сверстников;
- развить способность к рефлексии, самопознанию.

#### *Воспитательные:*

- воспитать общую культуру личности, привить обучающимся этические и нравственные нормы поведения через развитие коммуникативных навыков;
- воспитать бережное отношение к своим чувствам и чувствам других людей;
- воспитать психологическую культуру личности для обеспечения эффективного взаимодействия в социуме.

**1.3. Учебный (тематический) план.  
1 год обучения.  
Стартовый уровень**

| №                                                   | Название раздела, темы                | Количество часов |            |            | Формы аттестации/контроля                              |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|------------|------------|--------------------------------------------------------|
|                                                     |                                       | Всего            | Теория     | Практика   |                                                        |
| 1.                                                  | Создание группы. Сплочение коллектива | 2                | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, устный опрос                               |
| <b>Раздел I. Развитие эмоциональной сферы</b>       |                                       | <b>10</b>        | <b>1,5</b> | <b>8,5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 2.                                                  | Эмоции. Какие они бывают              | 2                | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 3.                                                  | Я себя знаю!                          | 2                | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 4.                                                  | Волшебство эмоций                     | 2                | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 5.                                                  | «Я могу!»                             | 2                | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 6.                                                  | Я тебя понимаю!                       | 2                | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел II. Развитие навыков работы в команде</b> |                                       | <b>10</b>        | <b>1,5</b> | <b>8,5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 7.                                                  | Команда. Как она создается            | 2                | 1          | 1          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 8.                                                  | Работа в команде                      | 2                | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 9.                                                  | Мое - общее                           | 2                | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 10.                                                 | У нас много общего                    | 2                | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия                                  |

|                                       |                         |          |            |            |                                                        |
|---------------------------------------|-------------------------|----------|------------|------------|--------------------------------------------------------|
|                                       |                         |          |            |            | результатов занятия                                    |
| 11.                                   | «Мы – одно целое»       | 2        | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел III. Развитие внимания</b>  |                         | <b>8</b> | <b>1</b>   | <b>7</b>   | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 12.                                   | Внимание. Что это?      | 2        | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 13.                                   | Мое внимание            | 2        | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 14.                                   | Развиваем наше внимание | 2        | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 15.                                   | Кто самый внимательный? | 2        | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел IV. Развитие памяти</b>     |                         | <b>8</b> | <b>1</b>   | <b>7</b>   | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 16.                                   | Память. Что это?        | 2        | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 17.                                   | Моя память              | 2        | 0,5        | 1,5        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 18.                                   | Как запомнить больше?   | 2        | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 19.                                   | Развиваем память        | 2        | -          | 2          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел V. Развитие воображения</b> |                         | <b>8</b> | <b>1,5</b> | <b>6,5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |

|                                       |                                    |          |          |          |                                                        |
|---------------------------------------|------------------------------------|----------|----------|----------|--------------------------------------------------------|
| 20.                                   | Воображение. Что это?              | 2        | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 21.                                   | Моя фантазия                       | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 22.                                   | Как развить воображение            | 2        | 0,5      | 1,5      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 23.                                   | Развиваем воображение              | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел VI. Развитие восприятия</b> |                                    | <b>6</b> | <b>1</b> | <b>5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 24.                                   | Восприятие. Что это?               | 2        | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 25.                                   | Секреты восприятия                 | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 26.                                   | Удивительный мир нашего восприятия | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел VII. Развитие мышления</b>  |                                    | <b>8</b> | <b>1</b> | <b>7</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 27.                                   | Мышление. Что это?                 | 2        | 0,5      | 1,5      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 28.                                   | Особенности нашего мышления        | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 29.                                   | Как развивать мышление?            | 2        | 0,5      | 1,5      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 30.                                   | Развиваем мышление                 | 2        | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов                      |



|                                          |                                   |           |           |           |                                                             |
|------------------------------------------|-----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-------------------------------------------------------------|
|                                          |                                   |           |           |           | занятия                                                     |
| <b>Раздел VIII. Развитие устной речи</b> |                                   | <b>8</b>  | <b>1</b>  | <b>7</b>  | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий      |
| 31.                                      | Устная речь. Что это?             | 2         | 0,5       | 1,5       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| 32.                                      | Моя речь. Учимся красиво говорить | 2         | -         | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| 33.                                      | Речь и культура общения           | 2         | 0,5       | 1,5       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| 34.                                      | Развиваем устную речь             | 2         | -         | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| <b>Раздел IX. Подведение итогов</b>      |                                   | <b>4</b>  | <b>-</b>  | <b>4</b>  | Наблюдение, устный опрос, рефлексия<br>Итоговая диагностика |
| 35.                                      | Познай себя                       | 2         | -         | 2         | Наблюдение, диагностика                                     |
| 36.                                      | Чему мы научились за год          | 2         | -         | 2         | Открытое занятие                                            |
| <b>Итого:</b>                            |                                   | <b>72</b> | <b>10</b> | <b>62</b> |                                                             |

## **Содержание учебного (тематического) плана. 1 год обучения. Стартовый уровень**

### **Тема 1. Создание группы. Сплочение коллектива.**

Теория: задачи программы. Правила ТБ. Правила группы. Беседа о правилах: где они присутствуют в жизни? Для чего они нужны? Утверждение перечня правил. Торжественный ритуал принятия правил.

Практика: упражнения: «Оригинальное знакомство» (с использованием мячика), «Все новое и хорошее», «Угадай, кто позвал». Рефлексия занятия.

### **Раздел I. Развитие эмоциональной сферы**

#### **Тема 2. «Эмоции. Какие они бывают»**

Теория: знакомство с понятиями «эмоции».

Практика: Упражнения: «Моё настроение сегодня», «Песок», «Солнышко и тучка», «Новая планета». Игра «Черепашьи бега». Рефлексия занятия.

#### **Тема 3. «Я себя знаю!»**

Теория: знакомство с понятиями «самоконтроль» и «общение». Анализ взаимосвязи понятий.

Практика: Упражнения: «Реклама», на самоанализ «О себе», на релаксацию, формирование навыка произвольного расслабления, эмоционального самоконтроля. «Лучшее место на земле», «Встреча инопланетян» на взаимодействие. Анализ ситуаций общения. Рефлексия занятия.

#### **Тема 4. «Волшебство эмоций»**

Практика: Упражнения: «Пожалуйста», на развитие адекватной самооценки «Интервью», «Цветок», «Приглашение на бал», ««Руки-ноги-голова». Анализ ситуаций. Рефлексия занятия.

#### **Тема 5. «Я могу!»**

Практика: Упражнения: «Гора с плеч», «Замри», «Качели», «Спящий котенок». Анализ ситуаций. Рефлексия занятия.

#### **Тема 6. «Я тебя понимаю!»**

Теория: знакомство с понятием «эмпатия».

Практика: Упражнения: «Передача чувств», «Цвета эмоций», «Подарок другу», «Передай улыбку по кругу», «Руки знакомятся, руки ссорятся, руки мирятся». Рефлексия занятия.

### **Раздел II. Развитие навыков работы в команде**

#### **Тема 7. «Команда. Как она создается»**

Теория: обсуждение понятия «команда», основных принципов работы в команде.

Практика: игра «Коварный лис». Упражнения: «Образуем круг», «Город группы». Рефлексия занятия.

#### **Тема 8. «Работа в команде»**

Практика: Упражнения: «Вавилонская башня», «Узелок», «Дух группы», «Тропинка», «Волшебная лампа». Рефлексия занятия.

#### **Тема 9. «Мое - общее»**

Теория: знакомство с понятиями «личное», «чужое».

Практика: «Нет!», «Я сильный - я слабый». Рефлексия занятия.

#### **Тема 10. «У нас много общего»**

Практика: Упражнения: «7 факторов», «Шишки», «Воздушный шар», «Путаница», «Расскажите историю». Рефлексия занятия.

#### **Тема 11. «Мы – одно целое»**

Практика: Упражнения: «Связующая нить», «Да здравствует команда!», «Мост», «Доверие», «Час пик», «Солнечная система». Рефлексия занятия.

### **Раздел III. Развитие внимания**

#### **Тема 12. «Внимание. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «внимание», свойства внимания.

Практика: настольные игры «Мэмо», «Веселый зоопарк». Упражнения: «Волшебный клубок», «Минутка», «Живая картинка». Рефлексия занятия.

#### **Тема 13. «Мое внимание»**

Теория: знакомство с понятием «внимание», свойства внимания.

Практика: настольные игры «Спящие королевы», «УНО». Упражнения: «Слова–невидимки», «Восстановить пропущенное слово», «Счет по командам». Рефлексия занятия.

#### **Тема 14. «Развиваем наше внимание»**

Практика: настольные игры «Свинтус», «Мэмо». Упражнения: «Четыре числа», «Кто старше?», «Анаграммы». Рефлексия занятия.

#### **Тема 15. «Кто самый внимательный?»**

Практика: настольные игры «Веселый зоопарк», «Спящие королевы». Упражнения: «Опаздывающее зеркало», «Придумай предмет», «Небо – земля – вода». Рефлексия занятия.

### **Раздел IV. Развитие памяти**

#### **Тема 16. «Память. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «память», виды памяти.

Практика: настольная игра «Мэмо». Упражнения: «Поезд», «Небылицы», «10 слов». Рефлексия занятия.

#### **Тема 17. «Моя память»**

Теория: знакомство с понятием «память», виды памяти.

Практика: настольная игра «Таракан». Упражнения: «Пиктограмма», «Складно-неладно», «Снежный ком». Рефлексия занятия.

#### **Тема 18. «Как запомнить больше?»**

Практика: настольная игра «Ничего человеческого». Упражнения: «Воспроизведение рассказов», «Испорченный видеомаягнитофон», «Сантики – фантики – Лимпопо», «Живое домино». Рефлексия занятия.

#### **Тема 19. «Развиваем память»**

Практика: настольная игра «УНО». Упражнения: «Открытка», «Запомни все», «Раскрась одним цветом одинаковые фигуры», «Испорченный телефон», «Летает – не летает». Рефлексия занятия.

### **Раздел V. Развитие воображения**

#### **Тема 20. «Воображение. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «воображение».

Практика: настольная игра «Диксит». Упражнения: «Животные», «Говори наоборот», «Море волнуется – раз...», «Квадраты». Рефлексия занятия.

#### **Тема 21. «Моя фантазия»**

Практика: настольная игра «Крокодил». Упражнения: «Нарисуй чувства», «Составь предложение», «Составление рассказа по картинке», «Почему это произошло?». Рефлексия занятия.

#### **Тема 22. «Как развить воображение»**

Теория: знакомство со способами развития воображения.

Практика: настольная игра «Вето». Упражнения: «Отгадывай-показывай», «Облака-загадки», «Чтение цветов», «Силуэты фигур». Рефлексия занятия.

#### **Тема 23. «Развиваем воображение»**

Практика: настольная игра «Диксит». Упражнения: «Что может произойти?», «Не может быть!», «Заколдованный лес», «Придумай зарядку». Рефлексия занятия.

### **Раздел VI. Развитие восприятия**

#### **Тема 24. «Восприятие. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «восприятие».

Практика: настольная игра «Веселый зоопарк». Упражнения: «Отгадай фигуру», «Покажи дорожку», «Воспроизведение геометрических фигур», «Что в свертке». Рефлексия занятия.

#### **Тема 25. «Секреты восприятия»**

Практика: настольная игра «Друг-Утюг». Упражнения: «Дорисуй фигуры», «Срисовывание по клеточкам», «От маленького к большому», «Сравни по длине, ширине, высоте». Рефлексия занятия.

#### **Тема 26. «Удивительный мир нашего восприятия»**

Практика: настольная игра «Диксит». Упражнения: «Спрятанные изображения», «Собери картинку», «Выложи из палочек», «Кто (что) где?». Изографы. Рефлексия занятия.

## **Раздел VII. Развитие мышления**

### **Тема 27. «Мышление. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «мышление», виды мышления.

Практика: настольная игра «Веселый зоопарк». Упражнения: «Сравнение предметов», «Найди окончание», «Продолжи узор». Ребусы. Рефлексия занятия.

### **Тема 28. «Особенности нашего мышления»**

Теория: знакомство с понятием «мышление», виды мышления.

Практика: настольная игра «Крокодил». Упражнения: «Назови слова», «Инструкция», «Наведем порядок», «Правда и ложь». Логические задачи. Рефлексия занятия.

### **Тема 29. «Как развивать мышление?»**

Теория: знакомство со способами развития мышления.

Практика: настольная игра «Крокодил». Упражнения: «Подбери слово», «Назови одним словом», «Земля, вода, огонь, воздух», «Домики». Логические задачи. Рефлексия занятия.

### **Тема 30. «Развиваем мышление»**

Практика: настольная игра «Вето». Упражнения: «Закончи предложение», «Слова-невидимки», «Другая буква». Ребусы. Рефлексия занятия.

## **Раздел VIII. Развитие устной речи**

### **Тема 31. «Устная речь. Что это?»**

Теория: знакомство с понятием «речь», виды речи.

Практика: настольная игра «Друг-утюг». Упражнения: «Хлоп-хлоп», «Играем со словом», «Придумай новое слово». Рефлексия занятия.

### **Тема 32. «Моя речь. Учимся красиво говорить»**

Практика: настольная игра «Вето». Упражнения: «Кружок», «Длиннее - короче», «Вторая половинка», «Кто? Что?». Рефлексия занятия.

### **Тема 33. «Речь и культура общения»**

Теория: знакомство с понятием «речь». Речь и общение.

Практика: настольная игра «Крокодил». Упражнения: «Закончи предложение», «Составь фразу», «Пропавшие слова», «Объясни», «Что имеется в виду?». Рефлексия занятия.

### **Тема 34. «Развиваем устную речь»**

Практика: настольная игра «Диксит». Упражнения: «Правильно или нет?», «Подбери рифму», «Игра в слова», «Признаки», «Слова – приятели». Рефлексия занятия.

## **Раздел IX. Подведение итогов**

### **Тема 35. «Познай себя»**

Практика: методика «Что мне нравится в школе» (рисунок), методика «Краски». Диагностика мотивации учения, внимания, памяти, воображения, мышления, уровня тревожности.

### **Тема 36. «Чему мы научились за год?»**

Практика: групповой коллаж «Наша группа» (техника Арт-терапии). Рефлексия занятия. Ритуал прощания.

**1.4. Учебный (тематический) план.  
2 год обучения. Базовый уровень**

| №                                                                          | Название раздела, темы                | Количество часов |            |             | Формы аттестации/контроля                              |
|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------|------------|-------------|--------------------------------------------------------|
|                                                                            |                                       | Всего            | Теория     | Практика    |                                                        |
| 1.                                                                         | Создание группы. Сплочение коллектива | 2                | 0,5        | 1,5         | Наблюдение, устный опрос                               |
| <b>Раздел I. Развитие эмоционального самоконтроля</b>                      |                                       | <b>16</b>        | <b>1,5</b> | <b>14,5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 2.                                                                         | Что такое эмоции и чувства?           | 2                | 0,5        | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 3.                                                                         | Я и мои эмоции                        | 2                | 0,5        | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 4.                                                                         | «Диалог с самим собой»                | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 5.                                                                         | Я умею себя контролировать            | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 6.                                                                         | Мои корни                             | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 7.                                                                         | Я чувствую!                           | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 8.                                                                         | Размываем обиду красками              | 2                | 0,5        | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 9.                                                                         | Прощание с негативными эмоциями       | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел II. Развитие навыков эффективного социального взаимодействия</b> |                                       | <b>10</b>        | <b>2</b>   | <b>8</b>    | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 10.                                                                        | Что такое общение и дружба?           | 2                | 1          | 1           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 11.                                                                        | Как завести друзей?                   | 2                | -          | 2           | Наблюдение, рефлексия                                  |

|                                                                                                                          |                                                               |           |          |          |                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------|----------|----------|--------------------------------------------------------|
|                                                                                                                          |                                                               |           |          |          | результатов занятия                                    |
| 12.                                                                                                                      | Я умею дружить                                                | 2         | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 13.                                                                                                                      | Мои особенности                                               | 2         | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 14.                                                                                                                      | Все мы разные                                                 | 2         | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел III. Развитие эмоционально-личностной сферы обучающихся (раскрытие потенциальных возможностей обучающихся)</b> |                                                               | <b>12</b> | <b>3</b> | <b>9</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 15.                                                                                                                      | Мой мир                                                       | 2         | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 16.                                                                                                                      | Я и мой мир                                                   | 2         | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 17.                                                                                                                      | Чего я боюсь?                                                 | 2         | 0,5      | 1,5      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 18.                                                                                                                      | Я - личность                                                  | 2         | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 19.                                                                                                                      | Я глазами других                                              | 2         | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 20.                                                                                                                      | Мое здоровье (развитие основ культуры здорового образа жизни) | 2         | 0,5      | 1,5      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел IV. Укрепление семейных ценностей</b>                                                                          |                                                               | <b>6</b>  | <b>1</b> | <b>5</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 21.                                                                                                                      | Моя семья                                                     | 2         | 1        | 1        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 22.                                                                                                                      | Я и моя семья                                                 | 2         | -        | 2        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |

|                                                    |                     |           |          |           |                                                        |
|----------------------------------------------------|---------------------|-----------|----------|-----------|--------------------------------------------------------|
| 23.                                                | Мое будущее         | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел V. Развитие навыков работы в команде</b> |                     | <b>14</b> | <b>1</b> | <b>13</b> | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 24.                                                | Я и другие          | 2         | 1        | 1         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 25.                                                | Мы – друзья!        | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 26.                                                | Общение в группе    | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 27.                                                | Я тебя слышу!       | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 28.                                                | Командный дух       | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 29.                                                | Мы – команда!       | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 30.                                                | «Наш мир»           | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| <b>Раздел VI. Развитие коммуникативных навыков</b> |                     | <b>6</b>  | <b>1</b> | <b>5</b>  | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий |
| 31.                                                | Давай общаться!     | 2         | 1        | 1         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 32.                                                | Пойми меня без слов | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |
| 33.                                                | Секреты общения     | 2         | -        | 2         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия              |

|                                                                                  |                          |           |             |             |                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-----------|-------------|-------------|-------------------------------------------------------------|
| <b>Раздел VII. Обучение навыкам конструктивного решения конфликтных ситуаций</b> |                          | <b>6</b>  | <b>1,5</b>  | <b>4,5</b>  | Контроль «уровня достижений по разделу» в виде заданий      |
| 34.                                                                              | Что такое конфликт       | 2         | 0,5         | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| 35.                                                                              | Линии конфликта          | 2         | 0,5         | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| 36.                                                                              | Мир без конфликтов       | 2         | 0,5         | 1,5         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия                   |
| <b>Раздел VIII. Подведение итогов</b>                                            |                          | <b>4</b>  | <b>-</b>    | <b>4</b>    | Наблюдение, устный опрос, рефлексия<br>Итоговая диагностика |
| 37.                                                                              | Познай себя              | 2         | -           | 2           | Наблюдение, диагностика                                     |
| 38.                                                                              | Чему мы научились за год | 2         | -           | 2           | Открытое занятие                                            |
| <b>Итого</b>                                                                     |                          | <b>76</b> | <b>11,5</b> | <b>64,5</b> |                                                             |



## **Содержание учебного (тематического) плана. 2 год обучения. Базовый уровень**

### **Тема 1. Создание группы. Сплочение коллектива**

Теория: задачи программы. Правила ТБ. Правила группы. Беседа о правилах: где они присутствуют в жизни? Для чего они нужны? Утверждение перечня правил. Торжественный ритуал принятия правил.

Практика: упражнения: «Кто ты?», «Поменяйтесь местами...», «Любимая игра». Рефлексия занятия.

### **Раздел I. Развитие эмоционального самоконтроля**

#### **Тема 2. Что такое эмоции и чувства?**

Теория: знакомство с понятиями «эмоции» и «чувства». Какие они бывают. В чем их отличие. Знакомство с понятиями «самоконтроль» и «саморегуляция».

Практика: упражнения, направленные на формирование способности выражать собственные эмоции, различать положительные и отрицательные эмоции, различать чувства и настроения окружающих, обучение навыкам саморегуляции, отреагирование негативных эмоций, коррекция детских обид.

Упражнения: «Мое настроение». Беседа на тему «Какое мое настроение сегодня?». Беседа: От чего настроение может измениться? На что оно похоже? Упражнение «Я и мои эмоции». Рефлексия занятия.

#### **Тема 3. Я и мои эмоции**

Практика: Беседа на тему: «Эмоции. Какие бывают эмоции». Рисование собственной эмоции. Упражнение «Звезда чувств». Беседа на тему: «Положительные и отрицательные эмоции». Рисование «Обида. Злость». Упражнение «Прощание с обидой и злостью». Упражнение «Слушание окружающего мира». Упражнение «Рисуем человека». Рисование состояния покоя, защищенности (К. Дебюсси «Танец снежинок»). Рефлексия занятия.

#### **Тема 4. «Диалог с самим собой»**

Практика: упражнение «Свободный рисунок в круге». Упражнение «Парное рисование». Упражнение «Рисуем человека». Упражнение «Прощание со страхами». Рисование карандашами. Беседа на тему «Страхи». Упражнение «Нитки». Упражнение «Снежинка». Обучающиеся вырезают снежинки из бумаги. Предлагается каждому рассмотреть свою снежинку и рассказать, что она чувствует. Рисование конечного эмоционального состояния (Г. Свиридов Вальс «Метель»). Рефлексия занятия Рисование состояния покоя, защищенности (К. Дебюсси «Танец снежинок»).

Упражнение «Снежинка». Обучающиеся вырезают снежинки из бумаги. Предлагается каждому рассмотреть свою снежинку и рассказать, что она чувствует. Рефлексия занятия.

#### **Тема 5. Я умею себя контролировать**

Практика: упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения, развитие у обучающихся ощущения свободы, воображения, умения расслабляться.

Упражнение «Живые облака», «Кляксы». Упражнение на релаксацию «Плаваем на облаках». Рефлексия занятия.

#### **Тема 6. Мои корни**

Практика: Упражнение для релаксации «Безопасное место», «Гора с плеч», «Качели», «Спящий котенок». Рефлексия занятия.

#### **Тема 7. Я чувствую!**

Практика: Упражнение «Каракули», «Цветок», «Путаница». Релаксация. Рефлексия занятия.

#### **Тема 8. Размываем обиду красками**

Теория: знакомство с понятиями «обида» и «гнев».

Практика: упражнение «Облачко обиды». Релаксация. Рефлексия занятия.

#### **Тема 9. Прощание с негативными эмоциями**

Практика: упражнение «Выговариваем печаль чёрным цветом». Упражнение «Ниточная фантазия». Релаксация. Рефлексия занятия.

### **Раздел II. Развитие навыков эффективного социального взаимодействия**

### **Тема 10. Что такое общение и дружба?**

Теория: знакомство с понятиями «дружба», «общение».

Практика: беседа «Что такое дружба?». Упражнения «Карандаши», «Пять добрых слов», «Цветок». Рефлексия занятия.

### **Тема 11. Как завести друзей?**

Практика: упражнения «Мой идеальный друг», «Дружба», «Встреча глазами», игра «Пойми меня», «Лотерея вопросов» (о дружбе). Рефлексия занятия.

### **Тема 12. Я умею дружить**

Практика: упражнения «Выступ скалы», «Согласованные движения». Игра «Найди друга» Притча о дружбе. Рефлексия занятия.

### **Тема 13. Мои особенности**

Теория: обсуждение понятия «самооценка».

Практика: упражнения, направленные на формирование у обучающихся критериев оценки положительных и отрицательных качеств, способности к самоанализу, формирование положительной самооценки, развитие коммуникативных навыков.

Упражнение «Я не такой как все, и все мы разные». Психологическая игра «Подбор ассоциаций». Рефлексия занятия.

### **Тема 14. Все мы разные**

Практика: Беседа на тему «Что ты знаешь о своем друге». Упражнение «Корзина дружеских качеств». Анализ сказки «О ссоре птиц». Упражнение «Чья ладонь?». Упражнение «Рисование ладонями». Рефлексия занятия.

## **Раздел III. Развитие эмоционально-личностной сферы обучающихся (раскрытие потенциальных возможностей обучающихся)**

### **Тема 15. Мой мир**

Теория: знакомство с понятиями «потенциал», «индивидуальные особенности», «саморазвитие».

Практика: упражнения, направленные на раскрытие потенциальных возможностей обучающихся, развитие положительных эмоциональных переживаний, творческое саморазвитие. Создание группового коллажа «Мой мир». Просмотр картинок с изображением коллажей. Рефлексия занятия.

### **Тема 16. Я и мой мир**

Практика: Просмотр картинок с изображением коллажей. Рассказ «Я и мой мир». На основе полученных коллажей обучающиеся составляют рассказ, историю о получившихся мирах. Рассказ о местных жителях, их жизни и т.д. Рефлексия занятия.

### **Тема 17. Чего я боюсь?**

Теория: знакомство с понятиями «страх». Виды страхов.

Практика: Беседа на тему «Мои страхи». Упражнение «Как я?». Рефлексия занятия.

### **Тема 18. Я - личность**

Теория: обсуждение понятий «личность», «уникальность».

Практика: упражнения, направленные на эмоционально-личностное развитие, осознание ценности и уникальности собственной личности, развитие положительного, целостного образа «Я», самопринятия, развитие креативности, творческого мышления.

Упражнения «Мое дерево», «Прошлое /настоящее/ будущее», «Я - глазами других», «Маски», «Я в натуральную величину», «Карта моего внутреннего мира». Рефлексия занятия.

### **Тема 19. Я глазами других**

Практика: упражнения «Мой портрет глазами группы», «Мой сосуд», «Наполняем сосуд», «Разукрась свой сосуд», «Зеркало», «Мое имя», «Портреты имен». Рефлексия занятия.

### **Тема 20. Мое здоровье**

Теория: обсуждение понятия «здоровье».

Практика: упражнения, направленные на формирование базисных основ культуры здоровья: Анализ сказки «Два ручья». Коллаж «Я и мое здоровье». Упражнение «Опасности, которые нас подстерегают». Беседа «Что может вредить вашему организму?» Упражнение «Рисунок «Мои полезные привычки». Рефлексия занятия.

## **Раздел IV. Укрепление семейных ценностей**

### **Тема 21. Моя семья**

Теория: знакомство с понятиями «семья». В чем ценность семьи.

Практика: упражнения, направленные на то, чтобы зафиксировать позитивное отношение к родителям, осознать родственные чувства, чувства безопасности.

Упражнения: «История», «Моя школа». Рефлексия занятия.

#### **Тема 22. Я и моя семья**

Практика: упражнения «Мир, в котором я живу». Упражнение «Моя семья», «Я и мои друзья», «Эмоциональные связи». Рефлексия занятия.

#### **Тема 23. Мое будущее**

Практика: упражнения «Мое будущее», «Цветок добрых слов», «Все, что я люблю». Упражнение «Герб моей семьи». «Наша группа». Рефлексия занятия.

### **Раздел V. Развитие навыков работы в команде**

#### **Тема 24. Я и другие**

Теория: обсуждение понятий «группа, «индивид».

Практика: упражнения, направленные на создание положительного эмоционального состояния, дружественной атмосферы, формирование социального доверия, сплоченности, принадлежности к группе.

Упражнение «Прошепчи имя», «Двое с одним мелком». Рефлексия занятия.

#### **Тема 25. Мы – друзья!**

Практика: Проблемная ситуация. «Кто всех глупее». Беседа на тему «Когда мы обижаем тех, кто слабее нас?». Рефлексия занятия.

#### **Тема 26. Общение в группе**

Практика: Рисование «Обиды». Совместное составление советов, которые могут пригодиться в тех случаях, когда бывает трудно честно и открыто сказать о своих чувствах.

Упражнение «Сочинение сказок». Рефлексия занятия.

#### **Тема 27. Я тебя слышу!**

Практика: Упражнения, направленные на налаживание межличностного взаимодействия, развитие умения высказываться и слушать своего собеседника.

Упражнение «Интервью в парах». Упражнение «Мозаика». Упражнение «Рукавички». Рефлексия занятия.

#### **Тема 28. Командный дух**

Практика: Упражнения: «Вавилонская башня», «Узелок», «Дух группы», «Тропинка», «Волшебная лампа». Рефлексия занятия.

#### **Тема 29. Мы – команда!**

Практика: Упражнения: «7 факторов», «Шишки», «Воздушный шар», «Путаница», «Расскажите историю». Рефлексия занятия.

#### **Тема 30. «Наш мир»**

Практика: упражнения, направленные на развитие навыков коммуникации, работы в команде, сплоченности группы. Упражнение «Котелок отличного настроения». Рисование эмблемы группы «Цветной мир». Вопросы для обсуждения: «Что вам удалось изобразить? Что понравилось в работе? Что бы хотелось изменить? Какое участие каждый принимал в создании работы?». Рефлексия занятия.

### **Раздел VI. Развитие коммуникативных навыков**

#### **Тема 31. Давай общаться!**

Теория: обсуждение понятия «общение». Виды общения.

Практика: упражнения, направленные на формирование навыков невербального общения, общения при помощи мимики и жестов.

Беседа на тему «Невербальное общение». Игра-активатор «Невербальное приветствие». Игра-упражнение «Разговор через стекло». Рефлексия занятия.

#### **Тема 32. Пойми меня без слов**

Практика: Игра - активатор «Стыковка». Настольная игра «Крокодил». Упражнения: «Объясни», «Что имеется в виду?». Рефлексия занятия.

#### **Тема 33. Секреты общения**

Практика: упражнения «Подарки», «Пойми меня», «Бездомный заяц». Настольная игра «Крокодил». Рефлексия занятия.

### **Раздел VII. Обучение навыкам конструктивного решения конфликтных ситуаций**

#### **Тема 34. Что такое конфликт**

Теория: обсуждение понятия «конфликт». Виды конфликтов.

Практика: упражнения, направленные на актуализацию конфликтной ситуации, исследование своего поведения в ней, осознание собственных чувств, переживаний. Обсуждение темы «Причины и содержание конфликта». Упражнения «Разговор двух линий», «Я на твоём месте», «Правда или ложь?». Рефлексия занятия.

#### **Тема 35. Линии конфликта**

Теория: обсуждение понятия «конфликт». Виды конфликтов.

Практика: упражнения «Робот», «Гомеостаз», «Учимся понимать друг друга», «Стыковка». Рефлексия занятия.

#### **Тема 36. Мир без конфликтов**

Теория: обсуждение понятия «примирение». Способы выхода из конфликтных ситуаций.

Практика: упражнения «Акробат», «Он – эмоция», «Я - эмоция», «Каким я тебя вижу», «Мнение обо мне». Рефлексия занятия.

### **Раздел VIII. Подведение итогов**

#### **Тема 37. Познай себя**

Практика: диагностика личностных качеств обучающихся.

#### **Тема 38. Чему мы научились за год**

Практика: групповой коллаж «Наша группа» (техника Арт-терапии). Рефлексия занятия. Ритуал прощания.

## **1.5. Планируемые результаты**

### **Планируемые образовательные результаты 1 уровня обучения (стартовый)**

#### **Метапредметные результаты:**

- определять и формулировать цель деятельности на занятии;
- давать эмоциональную оценку своей деятельности на занятии и деятельности группы;
- анализировать, обобщать, сравнивать, классифицировать;
- оформлять свои мысли в устной форме;
- строить понятные для партнера высказывания;
- оценивать результаты своей работы.

#### **Личностные результаты:**

- выстраивать свое поведение в зависимости от социальной ситуации;
- оценивать свое поведение и поведение окружающих с точки зрения социальных норм;
- выполнять различные роли при совместной работе.

#### **Предметные результаты:**

- обучающиеся будут иметь представление о разнообразии человеческих чувств и их влиянии на жизнь человека;
- иметь представление о понятии «конструктивное общение», законах взаимодействия в команде;
- классифицировать и обобщать на основе жизненного опыта.

### **Планируемые образовательные результаты 2 уровня обучения (базовый)**

#### **Метапредметные результаты:**

- анализировать и объективно оценивать результаты собственной деятельности;
- управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми;
- оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.

#### **Личностные результаты:**

- будет воспитана привычка анализировать свою деятельность, находить ее достоинства и недостатки;
- приобретут навыки саморегулирования, саморазвития, личностной рефлексии;
- научатся осуществлять действия и поступки на основе выбранных целевых и смысловых установок;
- умение ставить задачи и достигать их.

#### **Предметные результаты:**

- Обучающиеся будут
- иметь представление о разнообразии человеческих чувств, их оттенков;
- иметь представление о понятии «конструктивное общение», законах взаимодействия в команде;
- осознавать свои «сильные» и «требующие развития» качества.

## 2. Комплекс организационно-педагогических условий

### 2.1. Календарный учебный график

#### 1 год обучения. Стартовый уровень

| №   | Месяц    | Форма занятия        | Количество уч. часов |       | Тема занятия                          | Форма контроля                            |
|-----|----------|----------------------|----------------------|-------|---------------------------------------|-------------------------------------------|
|     |          |                      | теория               | практ |                                       |                                           |
| 1.  | сентябрь | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Создание группы. Сплочение коллектива | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 2.  | сентябрь | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Эмоции. Какие они бывают              | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 3.  | октябрь  | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Я себя знаю!                          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 4.  | октябрь  | Практическое занятие | -                    | 2     | Волшебство эмоций                     | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 5.  | октябрь  | Практическое занятие | -                    | 2     | «Я могу!»                             | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 6.  | октябрь  | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Я тебя понимаю!                       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 7.  | ноябрь   | Практическое занятие | 1                    | 1     | Команда. Как она создается            | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 8.  | ноябрь   | Практическое занятие | -                    | 2     | Работа в команде                      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 9.  | ноябрь   | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Мое - общее                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 10. | ноябрь   | Практическое занятие | -                    | 2     | У нас много общего                    | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 11. | ноябрь   | Практическое занятие | -                    | 2     | «Мы – одно целое»                     | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 12. | декабрь  | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Внимание. Что это?                    | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 13. | декабрь  | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Мое внимание                          | Наблюдение, рефлексия                     |

|     |         |                      |     |     |                                            |                                           |
|-----|---------|----------------------|-----|-----|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
|     |         |                      |     |     |                                            | результатов занятия                       |
| 14. | декабрь | Практическое занятие | -   | 2   | Развиваем наше внимание                    | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 15. | декабрь | Практическое занятие | -   | 2   | Кто самый внимательный?                    | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 16. | январь  | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Память. Что это?                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 17. | январь  | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Моя память                                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 18. | январь  | Практическое занятие | -   | 2   | Как запомнить больше?                      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 19. | февраль | Практическое занятие | -   | 2   | Развиваем память                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 20. | февраль | Практическое занятие | 1   | 1   | Воображение. Что это?                      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 21. | февраль | Практическое занятие | -   | 2   | Моя фантазия                               | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 22. | февраль | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Как развить воображение                    | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 23. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Развиваем воображение                      | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 24. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Восприятие. Что это?<br>Секреты восприятия | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 25. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Удивительный мир нашего восприятия         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 26. | март    | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Мышление. Что это?                         | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 27. | апрель  | Практическое занятие | -   | 2   | Особенности нашего мышления                | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |

|     |        |                      |     |     |                                                               |                                           |
|-----|--------|----------------------|-----|-----|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 28. | апрель | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Как развивать мышление?                                       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 29. | апрель | Практическое занятие | -   | 2   | Развиваем мышление                                            | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 30. | апрель | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Устная речь. Что это?<br>Моя речь.<br>Учимся красиво говорить | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 31. | май    | Практическое занятие | -   | 2   | Речь и культура общения.<br>Развиваем устную речь             | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 32. | май    | Практическое занятие | -   | 2   | Познай себя                                                   | Наблюдение, диагностика                   |
| 33. | май    | Практическое занятие | -   | 2   | Чему мы научились за год                                      | Открытое занятие                          |

## 2 год обучения. Базовый уровень

| №   | Месяц    | Форма занятия        | Количество уч. часов |       | Тема занятия                             | Форма контроля                            |
|-----|----------|----------------------|----------------------|-------|------------------------------------------|-------------------------------------------|
|     |          |                      | теория               | практ |                                          |                                           |
| 34. | сентябрь | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Создание группы.<br>Сплочение коллектива | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 35. | сентябрь | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Что такое эмоции и чувства?              | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 36. | сентябрь | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Я и мои эмоции                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 37. | сентябрь | Практическое занятие | -                    | 2     | «Диалог с самим собой»                   | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 38. | октябрь  | Практическое занятие | -                    | 2     | Я умею себя контролировать               | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 39. | октябрь  | Практическое занятие | -                    | 2     | Мои корни                                | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 40. | октябрь  | Практическое занятие | -                    | 2     | Я чувствую!                              | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 41. | октябрь  | Практическое занятие | 0,5                  | 1,5   | Размываем обиду красками                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |



|     |         |                      |     |     |                                                               |                                           |
|-----|---------|----------------------|-----|-----|---------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| 42. | ноябрь  | Практическое занятие | -   | 2   | Прощание с негативными эмоциями                               | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 43. | ноябрь  | Практическое занятие | 1   | 1   | Что такое общение и дружба?                                   | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 44. | ноябрь  | Практическое занятие | -   | 2   | Как завести друзей?                                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 45. | ноябрь  | Практическое занятие | -   | 2   | Я умею дружить                                                | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 46. | ноябрь  | Практическое занятие | 1   | 1   | Мои особенности                                               | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 47. | декабрь | Практическое занятие | -   | 2   | Все мы разные                                                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 48. | декабрь | Практическое занятие | 1   | 1   | Мой мир                                                       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 49. | декабрь | Практическое занятие | -   | 2   | Я и мой мир                                                   | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 50. | декабрь | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Чего я боюсь?                                                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 51. | январь  | Практическое занятие | 1   | 1   | Я - личность                                                  | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 52. | январь  | Практическое занятие | -   | 2   | Я глазами других                                              | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 53. | январь  | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Мое здоровье (развитие основ культуры здорового образа жизни) | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 54. | февраль | Практическое занятие | 1   | 1   | Моя семья                                                     | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 55. | февраль | Практическое занятие | -   | 2   | Я и моя семья                                                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 56. | февраль | Практическое занятие | -   | 2   | Мое будущее                                                   | Наблюдение, рефлексия                     |

|     |         |                      |     |     |                                     |                                           |
|-----|---------|----------------------|-----|-----|-------------------------------------|-------------------------------------------|
|     |         |                      |     |     |                                     | результатов занятия                       |
| 57. | февраль | Практическое занятие | 1   | 1   | Я и другие                          | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 58. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Мы – друзья!                        | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 59. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Общение в группе. Я тебя слышу!     | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 60. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Командный дух                       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 61. | март    | Практическое занятие | -   | 2   | Мы – команда!                       | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 62. | апрель  | Практическое занятие | -   | 2   | «Наш мир»                           | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 63. | апрель  | Практическое занятие | 1   | 1   | Давай общаться!                     | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 64. | апрель  | Практическое занятие | -   | 2   | Пойми меня без слов                 | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 65. | апрель  | Практическое занятие | -   | 2   | Секреты общения. Что такое конфликт | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 66. | май     | Практическое занятие | 0,5 | 1,5 | Линии конфликта. Мир без конфликтов | Наблюдение, рефлексия результатов занятия |
| 67. | май     | Практическое занятие | -   | 2   | Познай себя                         | Наблюдение, диагностика                   |
| 68. | май     | Практическое занятие | -   | 2   | Чему мы научились за год            | Открытое занятие                          |

## 2.2. Условия реализации программа

### Материально-техническое обеспечение:

- парты (12 шт);
- стулья (12 шт);
- шкаф (для пособий, документации);
- ковер;
- доска;
- мяч (3 шт).

### Для обучающихся:

- ножницы со скругленными концами;
- краски;
- кисточки;
- альбом;
- тетрадь в клетку 24 листа;
- цветные карандаши;
- простой карандаш, ручка;
- клей.

### Кадровое обеспечение:

В реализации общеразвивающей программы участвует 1 специалист:

Калгина Елена Александровна, педагог-психолог.

Квалификационная категория: первая.

Образование: Высшее. НОУ ВПО «Гуманитарный университет», специальность «Психолог. Преподаватель психологии», 2010 г.

Педагогический стаж работы – 10 лет, по специальности – 7 лет, в данном учреждении – 1 год.

### Методическое обеспечение

#### 1. Настольные игры с инструкциями

для 1 года обучения:

Игры на развитие координации: «Башня», «Твистер»

Игры на развитие внимания: «Веселый зоопарк», «Кто быстрее»; «Уно»; «Свинтус»; «Катавасия».

Стратегия: «Гномы-вредители», «Спящие королевы».

Словесные игры: «Крокодил», «Друг-утюг».

Игры на развитие зрительной памяти: «Мемо. Весь мир», «Мемо. Природные чудеса России», «Мемо. Великие художники».

для 2 года обучения:

Игры на развитие координации: «Башня», «Твистер»

Игры на развитие внимания: «Средневековый переполох», «Веселый зоопарк», «Кто быстрее»; «Уно»; «Свинтус»; «Катавасия».

Стратегия: «Гномы-вредители», «Спящие королевы», «Каркассон»,

Словесные игры: «Крокодил», «Друг-утюг»

Игры на развитие зрительной памяти: «Мемо. Весь мир», «Мемо. Природные чудеса России», «Мемо. Великие художники».

Игры на развитие воображения: «Диксит».

## 2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

**Диагностика** проводится:

2 раза в год для 1 года обучения: в начале учебного года – входная (сентябрь) и в конце года – итоговая (май).

1 раз в год для второго года обучения: в конце года (май).

Текущий контроль осуществляется систематически в процессе проведенных занятий, игр, методами наблюдения, бесед, сопоставлений успехов в двигательной и игровой деятельности.

Самомониторинг обучающиеся проводят в конце каждого занятия с помощью самооценки и рефлексии.

**Формой подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы является открытое занятие для родителей.

**Оценочные материалы:**

**Мотивация учения**

Анкета для оценки уровня школьной мотивации (1-4 кл.)/ методика Н. Г. Лускановой, 1993г.

**Воображение**

Методика Е. Торренса «Неполные фигуры».

**Уровень тревожности**

Проективная методика для диагностики школьной тревожности (А.М.Прихожан).

**Эмоциональный интеллект**

Ассоциативный вербальный тест «Словарь эмоций» и методика «Тест лицевой экспрессии» (Иванова Е. С.).

**Зрительный гнозис**

**1. Пробы на предметный гнозис**

1.1. узнавание реалистических изображений

1.2. узнавание перечеркнутых изображений

2. Интерпретация сюжетных картин

**2. Зрительно-пространственный гнозис**

2.1. самостоятельный рисунок (стол, куб)

2.2. копирование рисунка (стол, куб)

Рисунок выполняется последовательно каждой рукой.

2.3. копирование фигур Рея, Остеррайха

2.4. копирование рисунка с поворотом на 180° (перешифровка)

**Пробы на акустический гнозис и слухо-моторную координацию**

1.1. оценка простых и акцентированных ритмических структур

1.2. воспроизведение простых и акцентированных ритмических структур

**Сомато-сенсорный гнозис (тактильное восприятие)**

1.1. чувство Ферстера (дермолексия)

1.2. проба на локализацию прикосновения

1.3. проба на дискриминацию (проба Тойбера)

1.4. схема тела (соматогнозис)

**Исследование речи.** При исследовании речи используются следующие пробы: оценка спонтанной речи в диалоге и при описании картинок; называние предметных изображений; пробы на автоматизированную речь (числовые ряды в прямом и обратном порядке, дни недели, месяцы); задания на понимание логико-грамматических конструкций.

**1. Оценка спонтанной речи**

1.1. оценка спонтанной речи в диалоге

1.2. оценка спонтанной речи при описании картинок

## **2. Называние предметных изображений**

## **3. Пробы на автоматизированную речь**

## **4. Задания на понимание логико-грамматических конструкций**

4.1. экспериментатор на рисунке просит испытуемого показать: бочку за ящиком, в ящике бочку, ящик на бочке и т.д.

4.2. экспериментатор просит испытуемого выполнить следующие действия: показать кисточку карандашом, положить ручку справа от тетради, положить карандаш в книгу, держать ручку над головой и др.

4.3. экспериментатор просит испытуемого решить задачу: Колю ударил Петя. Кто драчун? Или: Брат отца и отец брата – это одно и то же? Солнце освещается Землёй или Земля освещается Солнцем? И т.п.

4.4. Испытуемого просят ответить, правильно ли говорит экспериментатор: за летом осень, перед весной лето, облако под землёй, над деревом трава. Верные грамматические конструкции чередуются с неправильными.

**Исследование памяти** включает: запоминание 5/6 слов (не связанных по смыслу) в заданном порядке за 5 предъявлений, запоминание двух групп по три слова, запоминание рассказа, запоминание 5/6 зрительных стимулов (фигур). В каждой пробе анализируется непосредственное и отсроченное (после интерференции) воспроизведение.

### **1. Запоминание 5/6 слов (не связанных по смыслу) в заданном порядке**

### **2. Запоминание двух групп по три слова**

### **3. Запоминание рассказа**

### **4. Запоминание 5/6 зрительных стимулов (фигур)**

**Исследование интеллекта.** При исследовании интеллекта используются пробы на понимание смысла рассказов и сюжетных картин, исследование письма и счета (в пределах 10, с переходом через десяток, серийный счет /100 – 7, 30 – 1/2), решение задач, аналогий, понимание пословиц и метафор.

**Исследование письма** включает: пробы на автоматизированное письмо – собственное имя, фамилия, мама и др.; письмо под диктовку – букв, простых (типа «кот») и фонетически сложных слов (типа «кораблекрушение», «кораблестроение»), словосочетаний («Мишина машина» и др.), фраз («В саду за высоким забором росли яблони» и др.). Все задания выполнялись правой и левой рукой.

**Исследование чтения** включает: прочтение простых и наложенных букв; прочтение слогов, высоко- и малочастотных слов, неверно написанных слов; прочтение рассказа.

## **Исследование движений и действий**

При исследовании двигательных функций применяются следующие пробы: на реципрокную координацию, на праксис позы (пальцев руки), перенос позы, на динамический праксис («кулак-ребро-ладонь» и графическая проба), на пространственную организацию движений (пробы Хэда).

### **1. Реципрокная координация**

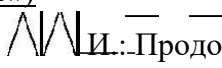
### **2. Праксис позы (пальцев руки)**

**3. Перенос позы (по кинестетическому образцу)** - для оценки межполушарного взаимодействия в сфере кинестетического праксиса.

### **4. Динамический праксис (кинестетический)**

#### **4.1. «кулак-ребро-ладонь»**

#### **4.2. графическая проба («забор»)**

Испытуемому даётся образец:  И.: Продолжи забор, постарайся карандаш от бумаги не отрывать.<sup>1</sup> Поочередно обследуются обе руки.

### **5. Пространственная организация движений (пробы Хэда)**

## 2.4. Список литературы

1. Ахутина Т. В., Пылаева Н. М. Преодоление трудностей учения: нейропсихологический подход. – СПб.: Питер, 2008.
2. Визель Т. Г. Нейропсихологическое блиц-обследование. - М.: В. Секачев, 2005.
3. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста. – М., 2009.
4. Гуткин Н.И. Психологическая готовность к школе. – СПб, 2004.
5. Лурия А.Р., Цветкова Л.С. Нейропсихология и проблемы обучения в общеобразовательной школе. – М., 2008.
6. Микадзе Ю. В. Нейропсихология детского возраста: Учебное пособие – СПб : Питер, 2008.
7. Нижегородцева Н.В., Шадриков В.Д. Психолого-педагогическая готовность ребенка к школе. – М., 2002.
8. Практическая нейропсихология: помощь неуспевающим школьникам / Под ред. Ж. М. Глозман. – М.: Эксмо, 2010.
9. Полонская Н.Н. Нейропсихологическая диагностика детей младшего школьного возраста. – М., 2007.
10. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 3 класс / сост. Е.В. Языканова. – М., 2010.
11. Развивающие задания: тесты, игры, упражнения: 4 класс / сост. Е.В. Языканова. – М., 2010.
12. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. М., 2002.
13. Семаго Н.Я. Методика формирования пространственных представлений у детей дошкольного и младшего школьного возраста. М., 2007.
14. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза. М., 2007.
15. Сиротюк А.Л. Коррекция обучения и развития школьников. М., 2001.
16. Соболева А.Е., Емельянова Е.Н. Решаем школьные проблемы. Советы нейропсихолога. М., 2009.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587331

Владелец Заева Галина Петровна

Действителен с 26.09.2022 по 26.09.2023