

УДК 371.7.015.324
ББК 884.4
Х987

А

Хухлаева, О. В.

Х987 Тропинка к своему Я [Электронный ресурс] : уроки психологии в начальной школе (1—4) / О. В. Хухлаева. — 8-е изд. (эл.). — Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 314 с.). — М. : Генезис, 2016. — Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10".

ISBN 978-5-98563-431-0

В книге представлены сценарии групповых психологических занятий с учениками 1—4 классов. Основная цель программы — помочь младшим школьникам научиться понимать себя, взаимодействовать со сверстниками, учителями и родителями, найти свое место в школьной жизни.

В новом издании внесены изменения в сценарии занятий для 1-го и 4-го классов. Рабочие тетради соответствуют измененным сценариям, однако их можно использовать и при работе по предыдущим изданиям программы.

Издание предназначено для психологов, учителей младших классов, студентов психологических и педагогических факультетов вузов.

УДК 371.7.015.324
ББК 884.4

Деривативное электронное издание на основе печатного издания: Тропинка к своему Я : Уроки психологии в начальной школе (1—4). 5-е изд., испр. и доп. — М. : Генезис, 2012. — 312 с. — ISBN 987-5-98563-123-4.

В соответствии со ст. 1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации.

ISBN 978-5-98563-431-0

© Издательство «Генезис», 2008

А

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Часть 1. Особенности младшего школьного возраста	5
Младший школьный возраст	5
Формирование самосознания	6
Отношения с родителями	14
Отношения с учителем	17
Отношения со сверстниками	20
Часть 2. Уроки психологии в начальной школе	24
ПЕРВЫЙ КЛАСС	24
Тема 1. Я — школьник	27
Занятие 1. Я умею управлять собой	27
Занятие 2. Я умею преодолевать трудности	31
Занятие 3. Я умею слушать других	35
Занятие 4. Я умею учиться у ошибки	38
Занятие 5. Я умею быть доброжелательным	44
Занятие 6. Я — доброжелательный	46
Занятие 7. Я умею быть ласковым	48
Занятие 8. Я становлюсь сильным духом.	
Я умею делать задание вместе с другими	53
Занятие 9. Я становлюсь сильным духом.	
Я умею слышать мнение другого	55
Занятие 10. Я учусь решать конфликты	57
Занятие 11. Я умею разрешать конфликты	59

Тема 2. Мои чувства	61
Занятие 12. Радость. Что такое мимика?	61
Занятие 13. Радость. Что такое жесты?	62
Занятие 14. Радость. Как ее доставить другому человеку?	66
Занятие 15. Радость можно передать прикосновением	68
Занятие 16. Грусть	73
Занятие 17. Страх	76
Занятие 18. Страх. Как его преодолеть?	81
Занятие 19. Гнев. С какими чувствами он дружит?	83
Занятие 20. Гнев и его польза	87
Занятие 21. Обида	92
Занятие 22. Разные чувства	98
Занятие 23. Итоговое	100
 ВТОРОЙ КЛАСС	 102
Тема 1. Вспомним чувства	104
Занятие 1. Мы рады встрече	104
Занятие 2. Понимаем чувства другого	105
Занятие 3. Мы испытываем разные чувства	106
Занятие 4. Мы испытываем разные чувства (продолжение)	110
Тема 2. Качества людей	111
Занятие 5. Люди отличаются друг от друга своими качествами	111
Занятие 6. Хорошие качества людей	115
Занятие 7. Самое важное хорошее качество	118
Занятие 8. Кто такой сердечный человек?	120
Занятие 9. Кого называют «доброжелательным человеком»?	122
Занятие 10. Трудно ли быть доброжелательным человеком?	125
Занятие 11. Я желаю добра ребятам в классе	128
Занятие 12. Чистое сердце	131
Занятие 13. Какие качества нам нравятся друг в друге?	134

Занятие 14. Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	138
Занятие 15. Каждый человек уникален	142
Занятие 16. В каждом человеке есть темные и светлые качества	146
Тема 3. Какой Я — Какой Ты	150
Занятие 17. Какой Я?	151
Занятие 18. Какой ты?	154
Занятие 19. Какой ты? Учимся договариваться	156
Занятие 20. Трудности второклассника в школе, дома, на улице	158
Занятие 21. Школьные трудности	159
Занятие 22. Школьные трудности (продолжение)	162
Занятие 23. Домашние трудности	166
Занятие 24. Домашние трудности (продолжение)	168
Занятие 25. Итоговое	171
ТРЕТИЙ КЛАСС	172
Тема 1. Я — фантазер	174
Занятие 1. Я — третьеклассник	174
Занятие 2. Кого можно назвать фантазером?	175
Занятие 3. Я умею фантазировать!	178
Занятие 4. Мои сны	179
Занятие 5. Я умею сочинять!	181
Занятие 6. Мои мечты	182
Занятие 7. Фантазии и ложь	186
Тема 2. Я и моя школа	190
Занятие 8. Я и моя школа	190
Занятие 9. Что такое лень?	191
Занятие 10. Я и мой учитель	195
Занятие 11. Я и мой учитель (продолжение)	198
Занятие 12. Как справляться с «Немогучками»?	200
Тема 3. Я и мои родители	204
Занятие 13. Я и мои родители	204
Занятие 14. Я умею просить прощения	206
Занятие 15. Почему родители наказывают детей?	209

Тема 4. Я и мои друзья	212
Занятие 16. Настоящий друг	213
Занятие 17. Умею ли я дружить?	216
Занятие 18. Трудности в отношениях с друзьями	220
Занятие 19. Ссора и драка	223
Тема 5. Что такое сотрудничество?	225
Занятие 20. Что такое сотрудничество?	225
Занятие 21. Я умею понимать другого	230
Занятие 22. Я умею договариваться с людьми	234
Занятие 23. Мы умеем действовать сообща	237
Занятие 24. Что такое коллективная работа?	238
Занятие 25. Итоговое	239
ЧЕТВЕРТЫЙ КЛАСС	240
Тема 1. Кто я? Мои особенности и возможности	241
Занятие 1. Как я изменился летом?	242
Занятие 2. Кто я?	245
Занятие 3. Расту = взрослею?	249
Занятие 4. Мои способности	251
Занятие 5. Мои интересы	254
Занятие 6. Мой путь к успеху	255
Занятие 7. Мой внутренний мир	257
Занятие 8. Уникальность внутреннего мира	259
Занятие 9. Мой внутренний мир и мои друзья	262
Тема 2. Мой класс и мои друзья	265
Занятие 10. Мои друзья — девочки и мальчики	265
Занятие 11. Мой класс	268
Занятие 12. Мои одноклассники	270
Занятие 13. Мои одноклассники — какие они?	273
Занятие 14. Какие ученики мои одноклассники?	277
Занятие 15. Лидерство в классе	279
Занятие 16. Конфликты в классе	281
Занятие 17. Взаимопомощь в классе	284
Тема 3. Мое прошлое, настоящее, будущее	285
Занятие 18. Мое детство	286
Занятие 19. Мое настоящее	290

Занятие 20. Мое будущее	291
Занятие 21. Мой будущий дом	293
Занятие 22. Моя будущая профессия	294
Занятие 23. Мое близкое будущее — 5 класс	295
Занятие 24. Что нового меня ждет в 5 классе	296
Занятие 25. Итоговое	299
Заключение	300
Послесловие, или Ученики школы «Премьер» об уроках психологии	301
Литература	302