**ХОЧУ БЫТЬ УСПЕШНЫМ**

**Пояснительная записка**

Сохранение психологического здоровья детей является целью и критерием успешности психологической службы в народном образовании. Более того, обозначилась тенденция рассматривать весь учебный процесс через призму сохранения психического здоровья.

Наша реальность — неблагоприятная и нестабильная социально-экономическая обстановка в стране, межнациональные конфликты, вынужденная внешняя и внутренняя миграция — является настолько стрессогенной, что опосредованно, через родителей, в зону риска попадает 30—40% школьников. Оказание помощи такому количеству детей в рамках школьной психологической службы невозможно. Поэтому создана программа «Хочу быть успешным», направленная на профилактику нарушений психологического здоровья, то есть на формирование у детей характеристик психологически здоровой личности. Называется она потому так, что именно этого прежде всего хочет маленький ученик и именно это он часто не получает из-за тех или иных нарушений психологического здоровья.

Программа разработана для 1—3-го классов. Они проводится с целым классом одновременно в учебном помещении раз в неделю. Проводя занятия я могу заглянуть во внутренний мир детей, увидеть их по-новому и, может быть, понять.

Согласно И.В. Дубровиной, психологическое здоровье — это психологические аспекты психического здоровья, то есть совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации. В психолого-педагогической литературе выделяются следующие основные характеристики психологически здоровой личности:

— принятие себя, своих достоинств и недостатков, осознание собственной ценности и уникальности, своих способностей и возможностей;  
— принятие других людей, осознание ценности и уникальности каждого человека вне зависимости от возраста, статуса и национальности;  
— хорошо развитая рефлексия, умение распознавать свои эмоциональные состояния, мотивы поведения, последствия поступков;  
— стрессоустойчивость, умение находить собственные ресурсы в трудной ситуации.

Данные характеристики выступают в качестве задач работы.

Описание места учебного предмета

Преподавание осуществляться за счёт часов, отведённых на внеурочную деятельность ( социального направления) . Объём учебного времени, отводимого на изучение - 1 час в неделю, общий объём учебного времени составляет 28 часов.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Кол-во часов | Дата | Факт |
| 1 | Знакомство. Введение в мир психологии. | 1 | 07.10 |  |
| 2 | Радость. | 1 | 14.10 |  |
| 3 | Что такое мимика. | 1 | 21.10 |  |
| 4 | Радость. Как её доставить другому человеку | 1 | 28.10 |  |
| 5 | Жесты. | 1 | 07.11 |  |
| 6 | Радость через жесты. | 1 | 14.11 |  |
| 7 | Радость через прикосновение | 1 | 22.11 |  |
| 8 | Радость можно подарить взглядом. | 1 | 29.11 |  |
| 9 | Страх. | 1 | 06.12 |  |
| 10 | Страх. Его относительность | 1 | 13.12 |  |
| 11 | Как справиться со страхом | 1 | 20.12 |  |
| 12 | Гнев. | 1 | 10.01 |  |
| 13 | Гнев. С каким чувством он дружит | 1 | 17.01 |  |
| 14 | Может ли гнев принести пользу | 1 | 24.01 |  |
| 15-16 | Разные чувства | 2 | 31.01, 07.02 |  |
| 17 | Качества людей | 1 | 14.02 |  |
| 18-19 | Люди отличаются друг от друга своими качествами | 2 | 28.02,06.03 |  |
| 20- 21 | В каждом человеке есть светлые и темные качества | 2 | 13.03,20.03 |  |
| 22-23 | Какой я | 2 | 03.04,10.04 |  |
| 24 | Какой ты | 1 | 17.04 |  |
| 25 | Трудности первоклассника в школе, дома, на улице | 1 | 24.04 |  |
| 26 | Школьные трудности | 1 | 08.05 |  |
| 27-28 | Трудности дома | 2 | 15.05,22.05 |  |
|  | ***Итого*** | ***28ч*** |  |  |