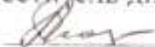



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Пестяковская средняя школа»

Рассмотрено на ШМО
Протокол от
30.08.2021г.

Согласовано
Заместитель директора по ВР
 Т.А.Зюма

Утверждаю
Директор школы
 Н.Чернова
Приказ № 129 от 31.08.2021г.

Рабочая программа
внеурочной деятельности ФГОС НОО

«Уроки психологического здоровья»

1 класс

**Руководитель - Минутина Н.Ю.,
педагог-психолог**

Срок реализации 1 год

2021-2022 учебный год

п. Пестяки

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

По определению Всемирной организации здравоохранения (1991), здоровье характеризуется «состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов». Всемирная организация здравоохранения наряду с определением понятия «здоровье» предлагает определение понятия «психическое здоровье», подразумевающее отсутствие выраженных психических расстройств, наличие определенного ресурса, позволяющего преодолевать неожиданные стрессы и затруднения, а также «сохранять равновесие между человеком и окружающим миром, гармония между ним и обществом».

Актуальность программы. В последние годы в структуре заболеваемости детей школьного возраста ведущее место занимают нарушения нервно-психического здоровья детей. Серьезную угрозу для здоровья школьника представляют факторы, присущие современному обществу: гиподинамия, повышенная стрессогенность, информационные перегрузки и пр. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей РАМН, более 80% учащихся начальной школы испытывают сильное функциональное и эмоциональное напряжение, которое негативно отражается на психическом здоровье школьника и, как следствие, на его социальной адаптации.

Цель программы: формирование навыков социальной адаптации у младшего школьника, сохранение и укрепление его психологического здоровья.

Обучающие задачи:

- сформировать у детей общие представления о своем психологическом здоровье, взаимосвязи психического и физического здоровья, необходимости сохранения собственного душевного благополучия;
- учить детей понимать себя, распознавать свое настроение, эмоциональное состояние, называть его и выражать приемлемыми способами;
- учить детей поддерживать и укреплять позитивные чувства, снимать утомление, предупреждать негативные эмоции;
- учить детей эффективно организовывать свой день, выбирать занятия по вкусу;
- учить детей получать положительные эмоции от творческого самовыражения, воплощения творческого замысла.

Развивающие задачи:

- развивать ценностное отношение школьника к своему психологическому здоровью;
- развивать у учащегося навыки самоанализа и рефлексии, расширить представление о себе, своих возможностях и способностях;
- развивать коммуникативные навыки учащегося, умение понимать другого человека, сотрудничать, взаимодействовать друг с другом в учебных и внеучебных ситуациях, самостоятельно находить выход из конфликтных ситуаций;
- формировать ценностное отношение к своим талантам и способностям, показать преимущества развивающегося человека.

Воспитательные задачи:

- приобщать школьника к общечеловеческим ценностям: добру, красоте, здоровью, счастьем как условиям духовно-нравственного развития человека.

Содержание программы внеурочной деятельности соответствует целям и задачам МБОУ «Пестяковская СШ»: совершенствование системы работы школы, направленной на сохранение здоровья обучающихся, привитие навыков здорового образа жизни, содействие укреплению физического, нравственного и психологического здоровья школьников.

Программа «Психология здоровья школьника» реализуется по спортивно-оздоровительному направлению внеурочной деятельности школы.

Содержание программы «Психология здоровья школьника» связано с учебными предметами «Окружающий мир», «Литературное чтение», «Физическая культура».

Срок реализации программы: один учебный год.

Длительность программы: 32 ч., одно занятие в неделю. Каждый раздел программы

рассчитан на одну учебную четверть. Занятия проводятся с группой учащихся в количестве 8–12 человек.

Форма проведения занятий: урок с элементами психологического тренинга. На занятиях используются методы работы: тематическое рисование, дидактические игры, психологические игры и упражнения, работа с направленным воображением, общение в круге, этюды на выражение эмоций и чувств.

Программа предполагает самостоятельную или коллективную работу школьника в индивидуальной рабочей тетради на печатной основе. Это повышает интерес ребенка к занятиям, активизирует его творческий потенциал, развивает навыки рефлексии, способствует закреплению информации, полученной на занятии и использованию ее в реальной жизни. Опыт, получаемый ребенком на занятиях, анализируется и осмысливается дома. Некоторые задания в тетради предусматривают совместную работу детей и родителей, что позволяет родителям стать активными участниками реализации программы, помогает им осознать свой вклад в психологическое здоровье ребенка. Эта тетрадь по окончании занятий дает достаточно полное представление о личности ребенка и может перейти в его портфолио.

Место проведения занятий: классный кабинет, кабинет психолога, спортивный зал.

Планируемые результаты

В результате реализации программы учащиеся знают:

- что такое психологическое здоровье, почему о нем нужно заботиться;
- как правильно организовать свой день, приготовить домашнее задание;
- как интересно и с пользой для здоровья провести свободное от занятий время;
- содержание внутреннего мира человека: его эмоции, чувства, мысли, переживания, интересы и способности;
- о многообразии мира профессий, их содержании и социальной значимости;
- спектр своих интересов и способностей;

В результате реализации программы учащиеся умеют:

- оценить свой режим дня с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни, самостоятельно скорректировать несоответствия;
- самостоятельно справиться с отрицательными эмоциями, утомлением, плохим настроением;
- адекватно реагировать на действия и предложения, потенциально опасные для жизни и здоровья.

Личностные результаты реализации программы:

- выраженный интерес к своему психическому здоровью, эмоциональному благополучию;
- устойчивая позитивная осознанная самооценка;
- обогащение чувственного опыта учащихся;
- высокий уровень психологической адаптации к новой социальной ситуации;
- выраженный уровень творческого воображения, способность к реализации творческого замысла.

Метапредметные результаты реализации программы:

- развитие общеучебных навыков: умения самостоятельно организовать свою учебную работу, выполнить письменное задание в тетради;
- развитие умения осознанно называть и объяснять события внутреннего мира;
- позитивное отношение к саморазвитию, самопознанию и самоизменению;
- развитие навыков эффективного взаимодействия со сверстниками в учебной ситуации.

Оценка эффективности реализации программы осуществляется посредством:

- получения обратной связи от учащихся на занятиях;
- анализа письменных работ, тестов, рисунков учащихся в рабочей тетради;
- анкетирования родителей и педагогов о состоянии психологического здоровья ребенка.

Тематический план

№	Название раздела, темы	Кол-во часов	Теоретическая часть	Практическая часть
	I. Кто я? Какой я?	8		
1. 1	Вводное занятие	1	0,5	0,5
2. 2	Я и мое имя	1	0,2	0,8
3. 3	Моя внешность	1		1
4. 4	Самооценка	1		1

5. 5	Мой характер	1	0,2	0,8
6. 6	Моя вселенная	1		1
7. 7	Моя семья	1	0,2	0,8
8. 8	Мое самочувствие в школе	1		1
	II. Я — ученик	6		
1. 9	Режим дня	1	0,2	0,8
2. 10	Режим дня. Продолжение	1	0,5	0,5
3. 11	Делаем домашнее задание	1	0,5	0,5
4. 12	Как справиться с усталостью	1	0,2	0,8
5. 13	Мой класс	1		1
6. 14	С Новым годом!	1		1
	III. Мой внутренний мир.	10		
1. 15	Эмоции и чувства	1	0,2	0,8
2. 16	Учимся понимать и выражать эмоции	1	0,2	0,8
3. 17	Страх. Как справиться со страхом	1	0,2	0,8
4. 18	Злость	1	0,2	0,8
5. 19	Любопытство и любознательность	1	0,2	0,8
6. 20	Речь и эмоции	1	0,2	0,8
7. 21	Настроение	1	0,2	0,8
8. 22	Цвет и настроение	1	0,2	0,8
9. 23	Как справиться с плохим настроением	1	0,2	0,8
10.24	Человек — часть природы	1		1
	IV. Мои способности	8		
1. 25	Привычки полезные и вредные	1	0,2	0,8
2. 26	Мои умственные способности	1		1
3. 27	Воображение	1		1
4. 28	Дружим со спортом	1		1
5. 29	Кем быть?	1	0,5	0,5
6. 30	Итоговое занятие	1		1
7. 31	Праздник психологического здоровья	2		2
8. 32	Индивидуальная диагностика	2		2
	Всего	34	5	29

Каждое занятие включает в себя:

- приветствие;
- разминку; упражнения, направленные на повышение активности учащихся, настроя их на совместную деятельность;
- рефлексию предыдущего занятия, обсуждение домашнего задания;
- беседу по основной теме занятия;
- выполнение заданий в печатной тетради по теме занятия;
- игры и упражнения на снятие физического и эмоционального утомления, релаксацию;
- рефлексию текущего занятия;
- ритуал прощания.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Раздел I. Кто я? Какой я?

Вводное занятие. Знакомство с участниками занятий. Знакомство с кабинетом психологии. Обсуждение поговорки «В здоровом теле — здоровый дух». Психология — наука о душе. Для чего нужен психолог в школе? В каких случаях можно прийти к школьному психологу? Содержание занятий. Принятие правил работы на занятиях. Сплочение группы. Формирование первичных навыков самоанализа.

Практическая работа. Упражнение «Приветствие с жестом». Задание в тетради: «Нарисуй, где у человека расположена душа? Как она выглядит? Что содержит в себе?». Работа с плакатом «Правила нашей группы». Выбор ритуала приветствия и прощания. Подарки на память.

Домашнее задание: узнай историю своего имени.

Я и мое имя. Углубление знакомства. Беседа о значении имени человека. Осознание детьми своей уникальности. Развитие навыков самопознания, принятия себя. Знакомимся с историей своего имени.

Практическая работа. Приветствие «Снежный ком». Упр. «Визитная карточка». Упр. «Продолжи предложение: Я люблю, когда меня называют...». Игра «Кто позвал?». Упражнения на релаксацию «Выжимаем сок», «Насос».

Моя внешность.

Практическая работа. Упр. «Поздороваться разными частями тела». Упр. «Зеркало». Упр. «Автопортрет», «Узнай автора». Упр. «Перестроения». Релаксационные упражнения «Холодно — жарко», «Спящий котенок», «Штанга». Упр. «Комплименты».

Самооценка.

Практическая работа: Приветствие «Здравствуй, я рад тебя видеть, потому что...». Работа в тетради: тест «Лесенка», «Выбери задание». Упр. «Ладощка». Упр. «Моечная машина». Упр. «Пожелания себе». *Домашнее задание:* упр. «Ладощка» (дополнить и обсудить вместе с родителями).

Мой характер. Знакомство с понятиями «характер», «черты характера». Сильные и слабые стороны характера. Воспитание характера.

Практическая работа. Приветствие «Половинка к половинке». Упр. «Узнай автора» (по домашнему заданию). Упр. с мячом «Говори наоборот» (черты характера), «Назови похожее». Игра «Узнай по описанию». Релаксационные упражнения «Солнечный зайчик», «Бабочка». Работа в тетради: сильные и слабые стороны характера. Упр. «Добрые пожелания».

Домашнее задание: вместе с родителями написать 10 своих положительных качеств, черт характера.

Моя вселенная.

Практическая работа. Упр. с мячом «Продолжи предложение: Я люблю... Мне нравится... У меня хорошо получается...». Упр. «Пересаживания». Релаксация «Волшебная прогулка». Работа в тетради: нарисуй то, что увидел в путешествии. Работа в тетради: «Моя вселенная». Игра «Узнай автора».

Домашнее задание: закончить упражнение в тетради вместе с родителями. Принести любимые семейные фотографии.

Моя семья. Ценности и традиции моей семьи. Семейные праздники. Самые яркие воспоминания детства.

Практическая работа. Упр. «Моем окна». Презентация семейных фотографий. Работа в тетради: кинетический рисунок семьи. Продолжи предложение «Мой дом самый... Моя семья самая... Моя мама самая...». Релаксация «Путешествие в детство». Пожелания своей семье.

Мое самочувствие в школе.

Практическая работа. Приветствие доброй улыбкой. Упр. «Что изменилось?». Упр. с мячом «Что в школе самое-самое...». Работа в тетради: анкета «Комфортность в школе». Рис. «Я в школе». Презентация работ. Разминка «Спина к спине, нос к носу...». Игра «Узнай по рукам...». Релаксация «Нарисуем твой портрет». Пожелания на каникулы.

Раздел II. Я — ученик

Режим дня. Обсуждаем режим дня. «Делу — время, потехе — час». Как правильно, с пользой для здоровья организовать свой день, чтобы все успеть. Почему необходимо соблюдать режим дня. Рекомендованный режим дня первоклассника.

Практическая работа. Приветствие с жестом. Расскажи, как провел каникулы. Работа в тетради: «Закодируй слово». Разминка «Урок-перемена». Работа в тетради: «Составляем режим дня». Упр. «Ваню в школу провожать, надо нам поколдовать».

Домашнее задание: доделать вместе с родителями «Режим дня». В течение недели отмечать выполнение/невыполнение намеченного распорядка дня. Отметить цветом степень напряженности каждого режимного момента.

Режим дня. Продолжение. Обсуждение режима дня первоклассника. Помогает ли соблюдение режима дня учиться. Чтение и обсуждение стихотворения Д. Родари «Династия лентяев» в переводе С.Я. Маршака.

Практическая работа. Комплекс кинезиологических упражнений: «Ухо–нос», «Лягушка», «Шаги Буратино», «Перекрестные движения». Психогимнастика «Покажи...» (что делаешь утром, днем, вечером). Релаксация «Колокольчик». Пожелания.

Домашнее задание: повторять при выполнении домашней работы изученные упражнения (описание упражнений в Рабочей тетради).

Делаем домашнее задание. Правила выполнения домашней работы. Организация рабочего места. Отдых во время выполнения домашней работы.

Практическая работа. Расскажи, что нового, интересного произошло с тобой со времени последнего занятия. Комплекс кинезиологических упражнений «Колечко», «Замок», «Зеркальное рисование».

Домашнее задание: обсудить с родителями правила выполнения домашней работы. Во время выполнения домашней работы повторять комплекс кинезиологических упражнений.

Как справиться с усталостью. Как правильно отдыхать после умственной нагрузки. Какой отдых полезнее — активный или пассивный. Правила здорового сна.

Практическая работа. Психогимнастика «Сбрось усталость», «Гора с плеч», «Штанга». Игра «Валеология (здоровый сон)». Разминка «День–ночь». Релаксация «Волшебный сон».

Мой класс.

Практическая работа. Разминка «Найди свое стадо». Рисование «Мой класс». Презентация рисунков. Упр. «Кто за спиной?». Упр. «Опиши друга». Релаксация «Липнувший палец». Пожелания классу.

С Новым годом! Подводим итоги календарного года: какие важные события произошли, что изменилось, чему научились, как изменился внутренний мир, за какие достижения можно себя похвалить.

Практическая работа. Работа в тетради. Игра-путешествие «Трудный путь к знаниям». Анкета «Комфортность в школе». Новогодние пожелания самому себе. Игра «Подарки».

Домашнее задание: поздравить с Новым годом своих близких и родных. Вместе с родителями составить свой режим дня на каникулах.

Раздел III. Мой внутренний мир

Эмоции и чувства. Что такое эмоции и чувства? Для чего они нужны человеку? Какие бывают эмоции и чувства? Эмоции в школе.

Практическая работа. Упражнение с мячом «Мои чувства в школе» (Продолжи предложение: я злюсь, когда...; я радуюсь, когда...; я боюсь, когда...; я горжусь, когда...). Работа в тетради «Соедини рисунки и слова». Упр. «Назови эмоцию». Разминка «Море волнуется...» (вариант с «фигурами эмоций»). Релаксация «Волшебная прогулка».

Учимся понимать и выражать свои эмоции. Средства эмоциональной выразительности: мимика, жесты, позы. Интонация. Почему важно уметь выражать и называть свои эмоции? Как понимать друг друга без слов?

Практическая работа. Разминка «Кто больше? (назовет эмоций)». Этюды на выражение эмоций. Игры «Узнай эмоцию», «Разговор иностранцев». Работа в тетради: «Назови чувство». Психогимнастика «Покажи (уставшие ножки, любопытные глазки, злые ручки)». Невербальные пожелания.

Домашнее задание: понаблюдать за окружающими людьми. Постараться по мимике и жестам людей определять их эмоции и чувства.

Страх. Как справиться со страхом. Чтение и обсуждение стихотворения Н. Павловой «Я один остался дома». Для чего человеку необходимо чувство страха?

Практическая работа. Конкурс «боюсек». Работа в тетради: нарисуй свой страх. Психогимнастика «Тропический ливень». Игра «Жмурки».

Домашнее задание: расспросить родителей об их страхах, о том, как у них получается справляться со своими страхами. Найти поговорки и пословицы о страхе.

Злость. В каких ситуациях мы испытываем злость, раздражение. Как влияет это чувство на наше здоровье. Как справиться со злостью и раздражением.

Практическая работа. Работа в тетради «Назови добрых и злых сказочных героев». Стихотворение «Дом с колокольчиком». Сюжетно-ролевые игры «Жужа», «Помогаю маме избавиться от «сердиток», «Мусорное ведро». Разминка «Замороженные». Психогимнастика «Выжимаем сок», «Насос и мяч», «Мешочек гнева», «Я — лев», «Возьми себя в руки».

Домашнее задание: придумать вместе с родителями свои способы избавиться от злости и раздражения. В случае раздражения и злости повторять упражнения «Выжимаем сок», «Мешочек гнева».

Любопытство и любознательность. Чем отличается любопытство от любознательности? Почему нельзя нарушать строгие запреты? Что может произойти, если из любопытства или скуки нарушить строгий запрет взрослых (попробовать незнакомое вещество, взять в руки незнакомый предмет, заговорить с незнакомым человеком и др.). Правила поведения при обнаружении незнакомого предмета.

Практическая работа. Упр. «Что изменилось у соседа...». Упр. «Коробочка». Упр. «Найди эмоции». Разминка «Разведчики».

Домашнее задание: обсудить с родителями, почему нельзя нарушать строгие запреты. Проговорить, какие строгие запреты есть в вашей семье.

Речь и эмоции. Как мысли и слова влияют на наше самочувствие. Слова «полезные» и «вредные» для здоровья. Слова, которые могут ранить, и слова, которые способны «лечить» душу. Обсуждаем выражение «черные мысли». Как влияют мысли на наше настроение, эмоции?

Практическая работа. Приветствие «Я рад тебя видеть, потому, что...» Работа в тетради «Найди слова». Игра «Подумай о...» Игра «Комплименты».

Домашнее задание: вместе с родителями найти слова и мысли, полезные и вредные для нашего душевного здоровья.

Настроение. Какое бывает настроение. От чего зависит настроение.

Практическая работа. Упр. «На что похоже настроение». Упр. «Продолжи предложение: мне грустно, когда...». Работа в тетради: «Цветок моего настроения». Разминка «Говори наоборот».

Домашнее задание: в течение недели отмечать свое настроение, утром (до уроков), днем (после учебных занятий), вечером (в конце дня).

Цвет и настроение. Как цвет (нашей одежды, помещения) влияет на наше настроение. Как можно использовать цвет для коррекции настроения.

Практическая работа. «Какого цвета настроение?». Работа в тетради «Раскрась два рисунка». Дефиле. Разминка «Дотронься до...». Релаксация «Солнечный зайчик». Упр. «Передай настроение по кругу». Невербальные подарки.

Домашнее задание: принести любимую игрушку.

Как справиться с плохим настроением. Какие события вызывают плохое настроение. Читаем и обсуждаем стихотворение Н. Павловой «Плохое настроение». Как боролись с плохим настроением сказочные герои (ослик Иа-Иа, Винни-пух и др.). Кому можно рассказать о плохом настроении.

Практическая работа. Подари улыбку. Работа в тетради «Цветок настроения». Упр. «Замороженные», «Комната смеха».

Домашнее задание: придумать способы, как справиться с плохим настроением, записать в тетрадь. Принести фотографию домашнего животного.

Человек — часть природы. Природа и настроение. Наши домашние животные.

Практическая работа. На что похоже настроение. Работа в тетради: «Природа и настроение», «Нарисуй свое домашнее животное». Психогимнастика «Найди свое стадо», «Покажи животное». Релаксация «Сосулька», «Спящий котенок». Пожелания на каникулы.

Раздел IV. Мои способности

Привычки полезные и вредные. Обсуждение поговорки «Скучен день до вечера, если делать нечего». Полезные и вредные для здоровья занятия, привычки. Как бороться с вредными для здоровья привычками.

Практическая работа. Работа в тетради: «Полезные и вредные для здоровья занятия». Игра «Хорошо-плохо». Игра «Я умею — я люблю». Релаксация «Мой успех».

Домашнее задание: вместе с родителями дополнить перечень своих вредных и полезных для здоровья умений, привычек. Подумать вместе, как можно избавиться от своих вредных привычек. Спросить у родителей, какие полезные и вредные для здоровья занятия есть в их взрослой жизни.

Мои умственные способности.

Практическая работа. Разминка «Ты луна, я звезда». Поздороваться, используя разные слова. Упр. «Не пропусти». Тест «Пиктограммы». Тест «Мышление» (обобщение, исключение лишнего). Тест «Найди слова». Разминка «Мяч за спиной». Релаксация «Колокольчик».

Воображение.

Практическая работа. Разминка «Считалочка». Рисунок «Несуществующее животное». Презентация рисунков. Развитие творческого воображения: упр. «Необычное использование предметов». Упр. «Ситуации».

Домашнее задание: придумать другие решения ситуаций в тетради. Обсудить с родителями.

Дружим со спортом.

Практическая работа. Работа в тетради: «Олимпийские виды спорта». «Веселая олимпиада»: упр. «Повтори движения», «Цапля», «Футболисты», «Я знаю...» (5 эмоций, черт характера), «Кто дальше», «Попади в цель», «Кулачки». Релаксация «Штанга».

Домашнее задание: выполнить задание в тетради вместе с родителями. Расспросить о тех видах спорта, которые не знакомы.

Узнать у родителей, какими видами спорта они занимались, кто из родственников, знакомых занимается спортом. Каких результатов они добились в спорте? Подумать, каким видом спорта ты можешь заниматься в школе, поселке.

Кем быть? Разнообразный мир профессий. Современные профессии. Профессии будущего. Как правильно выбрать занятие по вкусу: хочу+могу+надо. Профессии нашего города и поселка.

Практическая работа. Упр. «Профессия на букву», «Кто делает?», «Чей предмет?», «Загадай загадку». Разминка «Покажи движения». Релаксация «Путешествие в будущее». Работа в тетради: нарисуй себя в будущем. Презентация рисунков. Пожелания.

Домашнее задание: расспросить родителей об их профессиях, содержании профессии, пути к профессии, положительных и отрицательных сторонах профессии. Составить кроссворд, используя слова и понятия из курса «Уроки психологического здоровья». Родителям заполнить итоговую анкету.

Итоговое занятие. Чему научились за учебный год? Какие изменения замечаем у себя и товарищей?

Практическая работа. Упр. «Что изменилось». Анкета «Комфортность в школе». Работа в тетради «Веселый экзамен»: «Реши кроссворд», «Кто больше?», «Найди слова», «Шифровка».

Праздник психологического здоровья

Практическая работа. Награждение победителей (всех детей в разных номинациях) сладкими призами. Рисунки-пожелания друг другу на лето. Чаепитие. Обратная связь.

Литература

Безруких М.М., Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного. Учись понимать себя. — М.: Вентана-Граф, 2002.

Битянова М.Р. Профессия — школьник: Программа формирования индивидуального стиля познавательной деятельности у младших школьников. — М.: Генезис, 2000.

Кривцова С.В. Жизненные навыки. Уроки психологии в первом классе. — М.: Генезис, 2002.

Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. — Ярославль: Изд-во «Академия развития», 1996.

Образцова Т.Н. Психологические игры для детей. — М.: ООО «Этрол», ООО «ИКТЦ ЛАДА», 2005.

Родионов В.А. Материалы курса «Психология здоровья школьника: технология работы». — М.: Педагогический университет «Первое сентября», 2008.

Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, 2010.

Литература для ученика

Безруких М.М., Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать себя. — М.: Вентана-Граф, 2002.

Битянова М.Р. Профессия — школьник: Программа формирования индивидуального стиля познавательной деятельности у младших школьников. — М.: Генезис, 2000.

Гаврина С.Е. Учимся понимать друг друга. — М.: библиотека Ильи Резника, ОЛМА-ПРЕСС, 2001.

Образцова Т.Н. Психологические игры для детей. — М.: ООО «Этрол», ООО «ИКТЦ ЛАДА», 2005.

Тесты для детей. Серия «Волшебная кисточка» / Сост. Ю.А.Золотарева. — М.: Изд-во «Верб», 1999.

Литература для родителей

Безруких М.М., Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного. Учусь понимать себя. — М.: Вентана-Граф, 2002.

Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. — Ярославль: Изд-во «Академия развития», 1996.

Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. — М., 1993.