

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
средняя школа №6**

**Рабочая программа
эмоционально-личностного развития детей
«Мои эмоции» 2-4 класс
1 час в неделю
102 часа**

Педагог -психолог:

Квалификационная категория

Упадышева Ю. В

высшая

Пояснительная записка

Рабочая программа эмоционально-волевого развития детей «Мои эмоции» разработана для учащихся 2 – 4 классов, которым необходима помощь в развитии эмоционально – волевой сферы. Программа разработана на основе авторской программы Родионова В. А. «Я и другие». Тренинги социальных навыков. / Художник А.А. Селиванов. – Ярославль: Академия развития, 2001. – 224 с.: ил. – (Серия: «Практическая психология в школе»).

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального образования.

Актуальность программы определена тем, что эмоциональное здоровье детей становится сегодня все более актуальной темой. Расширение диагностических возможностей, становление школьной психологии позволяют выявлять особенности детского организма на всех этапах пребывания ребенка в школе. В последние годы в структуре заболеваемости детей и подростков школьного возраста все большее значение приобретают социальные и поведенческие факторы. Выходя из – под опеки взрослых, они оказываются неподготовленными к ситуациям социального риска. Подобная неподготовленность может проявиться в неумении избежать вредных привычек, вовремя сказать «нет», даже просто проследить за своим здоровьем. Приобретение навыков социализации, в том числе направленных на сбережение собственного здоровья, – замечательная задача, которую декларирует школа. С появлением профилактических программ школьных психологов, все более успешно развивается личность ребенка, укрепляется состояние его здоровья, что и является сущностью и целью образовательного процесса.

Новизна программы в том, что навыки развития эмоционально – личностной сферы детей осуществляются через игру, через проигрывание и переживание ситуаций, а не через заучивание сообщенного взрослым «правильного ответа».

Формы занятий:

Формы организации занятий носят практико – ориентированный характер: психологические игры, упражнения, этюды, комбинированное учебное занятие, беседы, анкеты, тесты, проект.

Планируемые результаты освоения программы

Регулятивные УУД:

- уметь работать самостоятельно, ориентируясь на задания учителя;
- учиться высказывать свое предположение (версию) в процессе работы;
- уметь работать в парах и группах, участвовать в проектной деятельности, играх;
- уметь определять свою роль в общей работе и оценивать свои результаты.

Познавательные УУД:

- Находить ответы на вопросы в тексте, иллюстрациях, психологических играх;
- уметь извлекать пользу из опыта;
- уметь выбирать наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- преобразовывать информацию из одной формы в другую.
- не допускать ошибок в общении со сверстниками и взрослыми.

Коммуникативные УУД:

- контролировать свои эмоции и поступки;
- разрешение конфликтов – выявление проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие и его реализация.
- договориться с одноклассниками совместно с учителем о правилах поведения и общения оценки и самооценки и следовать им;
- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя).
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации.

Личностные результаты:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни;

гражданская идентичность в форме осознания «Я» как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю;

- осознание ответственности человека за общее благополучие;
- осознание своей этнической принадлежности;
- социальная компетентность как готовность к решению моральных дилемм; устойчивое следование в поведении социальным нормам;
- начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире.

Метапредметные результаты:

- мотивация любой деятельности (социальная, учебно- познавательная);
- самооценка на основе критериев этой деятельности;
- целостный, социально – ориентированный взгляд на мир в единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- уважительное отношение к иному мнению, истории и культуре других народов;
- навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- эстетические потребности, ценности и чувства,
- этические чувства, прежде всего доброжелательность и эмоционально – нравственная отзывчивость.

Содержание программы

2класс

Я, как личность (4 часа)

Мое тело. Что значит чувствовать собственное тело, знать его органы и части, их функциональное предназначение.

Мои эмоции. Показать, как пантомимика связана с настроением человека; развивать способность оценивать настроение и состояние человека по внешним признакам.

Я и мой друг. Что такое конструктивное взаимодействие, совместная деятельность по достижению совместной цели.

Как правильно себя оберегать от болезней (9 часов)

Как люди отдыхают. Распознать признаки утомления и уметь переключиться на разные виды деятельности, чтобы предупредить утомление.

Погода и одежда. Основы эстетического вкуса, навыков личной гигиены, бережного отношения к одежде как к средству сохранения здоровья и привлекательности.

Как не заболеть, когда другие болеют. Описание понимания опасности инфекционных заболеваний и необходимости защищаться от них соблюдая правила личной гигиены, здорового образа жизни, как способа повышения иммунитета.

Что для меня мое эмоциональное спокойствие (8 часов)

Мир вокруг меня. Рассуждения о том, что в данной ситуации нас окружает. Актуализация представлений учащих об особенностях окружающего нас мира.

«Спокойствие, только спокойствие». При помощи психологических игр стремиться овладеть качествами, необходимыми для правильных действий в экстремальной ситуации.

Как справиться с плохим настроением. Пробудить стремление контролировать и регулировать свое настроение, при помощи способов регуляции настроения, тренингов, сформировать привычку справляться с раздражением и плохим настроением.

Как предотвратить конфликты (13 часов)

Что такое конфликт. Определение конфликта. Способы решения конфликтов с родителями.

Как избавиться от конфликта? Изучить причины возникновения конфликтов между близкими людьми - детьми и родителями, уметь устанавливать причинно – следственные связи, характеризующие конфликтную ситуацию с родителями; научиться конструктивно разрешать ситуацию.

Психологическая игра «Кто прав?». При помощи игры устанавливаются правила конструктивного общения между сверстниками, а также между взрослыми и детьми.

Плохим эмоциям – нет. Настрой себя на хорошее, думай о хорошем, улыбайся, будь вежливым в общении и позитивным.

3 класс (34 часа)

Я и мы (4 часа)

Уточнение представлений о функциях кожи; формирование навыков ухода за ней. Закрепление навыков соблюдения гигиены, в том числе навыков гигиены полости рта. Показать, что в традиционных кухнях разных народов присутствуют основные питательные вещества; привить навык избегания пищевых рисков. Оптимизация внутригруппового сотрудничества, формирование привычки считаться с различиями между людьми, в том числе вызванными половыми различиями.

Мои одноклассники и одноклассницы (9 часов)

Оказывать помощь и быть готовым ее принимать, терпимо относиться к различиям в поведении людей; воспитывать представления об одинаковых и различных возможностях мальчиков и девочек и об особенностях в их поведении; руководствоваться в своем поведении общепринятыми человеческими ценностями.

Что такое ответственность? (8 часов)

Уметь прогнозировать негативные последствия проступков и чувства ответственности за них.

Конфликты и компромиссы (13 часов)

Знать о конфликтах, уметь распознавать и прогнозировать конфликтную ситуацию, обладать способностью идти на компромисс.

4 класс (34 часа)

Стресс в жизни человека (4 часа)

Научить планировать свою деятельность в период повышения нагрузок, владеть техниками быстрого снятия стресса, противостоять физическим и интеллектуальным нагрузкам.

Выбор жизненных целей (9 часов)

Научить ставить реальные цели и выбирать адекватные способы их достижения.

О пользе критики (8 часов)

Научиться различать критику и оскорбления, сформировать умение извлекать пользу из критических замечаний в свой адрес и корректно критиковать других, научиться, иногда, критически относиться к себе, знать о пользе критического мышления.

Способы борьбы со стрессом и с плохим настроением (13 часов)

Продолжить обучение способам борьбы со стрессом, закрепить представления о состоянии стресса и способах совладения с ним. Закрепить навык конструктивного поведения в ситуации переживания стресса, не забывать, что состояние нашего здоровья зависит от нашего эмоционального состояния.

Учебно-тематический план

(2 класс)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Теоретических	Практических
Раздел № 1 Я, как личность		4		
1.	Вводное занятие «Мое тело».	1	+	
2.	Мое «Я».	1	+	
3.	Мои эмоции и мои друзья.	1	+	
4.	Анкетирование «О добром отношении к людям»	1	+	
Раздел № 2 Как правильно себя оберегать от болезней		9		
5.	Как люди отдыхают?	1		+
6.	Погода и одежда	1		+
7.	Как не заболеть, когда другие болеют.	1		+
8.	Как правильно пользоваться лекарствами.	1		+
9.	Я и моя семья.	1	+	
10.	Я и мои друзья.	1	+	
11.	Я и моя безопасность.	1	+	
12.	Психологическая игра «Волшебная скорая помощь».	1		+
13.	Я расту, я меняюсь.	1	+	
Раздел № 3 Что для меня мое эмоциональное спокойствие		8		
14.	Мир вокруг меня.	1		+
15.	«Спокойствие, только спокойствие».	1		
16.	«Можно ли рисковать по – умному».	1		+
17.	Умение принимать решения.	1	+	
18.	Как ты выглядишь в глазах других.	1	+	
19.	Что такое естественность.	1	+	
20.	«Совы» и «жаворонки».	1	+	
Раздел №4 Как предотвратить конфликты		13		
21.	Способы решения конфликтов с родителями.	1	+	

22.	Психологическая игра «Репортёр».	1		+
23.	С точки зрения других.	1	+	
24.	Выбор жизненных целей.	1	+	
25.	Психологическая игра «Волшебный телефон».	1		+
26.	В человеке должно быть все прекрасно.	1	+	
27.	«Крутой» или уверенный в себе.	1	+	
28.	Как приветствовать людей и знакомиться с ними.	1		+
29.	Защити себя от жестокого обращения.	1	+	
30.	Как помочь человеку справиться с горем.	1	+	
31.	Психологическое занятие «Вокзал мечты»	1		+
32.	Как люди отдыхают	1	+	
33.	Психологическая игра «Корзина желаний»	1		+
34.	Обобщающее занятие «Плохим эмоциям нет».	1		+

Учебно-тематический план

(3 класс)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Теорети ческих	Практич еских
Раздел № 1 Я и мы		4		
1.	Мир кожи.	1	+	
2.	Гигиена – это трудно?	1	+	
3.	Человек есть то, что он ест.	1		
4.	Разговор по телефону.	1		
Раздел № 2 Мои одноклассники и одноклассницы		9		
5	Психологическая игра «Дирижер оркестра».	1		
6	Кто такие рыцари?	1		
7	Пять качеств благородных дам и рыцарей.	1		
8	Аукцион комплиментов.	1		
9	Алгоритм разрешения спорных ситуаций.	1		
10	Психологические упражнения «Продолжи фразу...», «Самым трудным для меня является...»	1		
11	«Трудные» и «легкие» дела.	1		
12	«Совы» и «жаворонки». Исследование по методике «Тэппинг»- тест.	1		
13	Справляемся с плохим настроением. Упражнения «Якорь», «Вверх по лестнице».	1		
Раздел № 3 Что такое ответственность?		8		
14	Анализ своих поступков.	1		
15	Как предотвратить нежелательные поступки?	1		
16	Последствия нежелательных поступков.	1		
17	Не ошибается тот, кто ничего не делает.	1		
18	Обсуждение смысла житейской мудрости. Доблесть не в том, чтобы никогда не совершать ошибки, а в умении признавать их.	1		
19	Обсудить, какие черты характера людей чаще всего приводят к неправильным поступкам, какие – помогают их избежать.	1		

20	Психологическая игра «Репортер»	1		
21	Обобщение полученных знаний.	1		
Раздел №4 Конфликты и компромиссы		14		
22	Способы решения конфликтов.	1		
23	Критика не всегда во вред.	1		
24	О пользе критического мышления.	1		
25	Об ассоциациях вызванных словом критика..	1		
26	Психологическая игра «Волшебный телефон».	1		
27	Критика и оскорбление.	1		
28	«Аукцион идей»: «Польза критики в том, что...».	1		
29	Правила принятия коллективного решения. Психологическая игра «Воздушный шар».	1		
30	О личной стратегии каждого в конфликтной ситуации.	1		
31	О личной стратегии. (Используются бланки с текстом «Билля»).	1		
32	«Долг и право: взаимное перетекание».	1		
33	Психологическая игра «Корзина желаний»	1		
34	Обобщение полученных знаний.	1		

Учебно-тематический план

(4 класс)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Теоретичес- ких	Практичес- ких
Раздел № 1 Стресс в жизни человека		4		
1.	Вводное занятие «Что такое стресс».	1		+
2.	Ситуации стресса.	1	+	
3.	Упражнения. Продолжи фразы: «Стресс вреден для спортсмена (учителя, врача...), потому что...». И «Стресс полезен для спортсмена (учителя, врача...), потому что...».	1	+	
4.	Способы профилактики стресса.	1	+	
Раздел № 2 Выбор жизненных целей		9		
5.	Какие цели бывают?	1		+
6.	Актуализация реальных жизненных целей.	1		+
7.	Упражнения. Продолжи фразы: «Жизненный выбор моих сверстников зависит от...», «Мое будущее представляется мне... потому что...».	1		+
8.	Заполнение гистограммы «Моя жизнь».	1		+
9.	Мозговой штурм: «На что я могу опираться ставя перед собой реальные жизненные цели».	1	+	
10.	Отработка личной стратегии поведения в ситуации сложного жизненного выбора.	1	+	
11.	Упражнения. «Я как все...», «Я как не все...».	1	+	
12.	Актуализация знаний о собственной индивидуальности, ее проявлениях.	1		+
13.	Психологическая игра «Дискуссионные качели».	1	+	
Раздел № 3 О пользе критики		8		
14.	Корректная критика.	1	+	
15.	Психологический тест: «Умеешь ли ты критически мыслить?»	1		+
16.	Корректные высказывания критических замечаний.	1		+
17.	Твоя реакция на критику.	1	+	
18.	Упражнение «Люди не похожие на меня».	1	+	

19.	Мои ассоциации вызванные словом «критика».	1	+	
20.	Упражнение «Люди не похожие на меня».	1		+
21.	Психологическая игра «Полезная критика друг для друга».	1		+
Раздел №4		13		
Способы борьбы со стрессом и плохим настроением.				
22.	Что такое настроение.	1	+	
23.	Психологическая игра «От чего зависит настроение?»	1		+
24.	Я с точки зрения других.	1	+	
25.	Упражнение «Презентация индивидуальности».	1	+	
26.	Психологическая игра «Волшебный телефон».	1		+
27.	Неповторимость индивидуальности.	1	+	
28.	Моя социальная позиция.	1	+	
29.	Анкетирование. «Мои жизненные ценности».	1		+
30.	Психологическая игра: «Необитаемый остров».	1	+	
31.	Тренинговое занятие «Подумай о хорошем и все будет хорошо».	1	+	
32.	Психологическое занятие «Вокзал мечты»	1		+
33.	Упражнение «Ритуал окончания занятия».	1	+	
34.	Психологическая игра «Корзина желаний».	1		+

Календарно-тематическое планирование

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем.	дата	корректировка
Раздел № 1 Я, как личность (4 часа)			
1.	Вводное занятие «Мое тело».		
2.	Мое «Я».		
3.	Мои эмоции и мои друзья.		
4.	Анкетирование «О добром отношении к людям»		
Раздел № 2 Как правильно себя оберегать от болезней (9 часов)			
5.	Как люди отдыхают?		
6.	Погода и одежда		
7.	Как не заболеть, когда другие болеют.		
8.	Как правильно пользоваться лекарствами.		
9.	Я и моя семья.		
10.	Я и мои друзья.		
11.	Я и моя безопасность.		
12.	Психологическая игра «Волшебная скорая помощь».		
13.	Я расту, я меняюсь.		
Раздел № 3 Что для меня мое эмоциональное спокойствие			
14.	Мир вокруг меня.		
15.	«Спокойствие, только спокойствие».		
16.	«Можно ли рисковать по – умному».		
17.	Умение принимать решения.		
18.	Как ты выглядишь в глазах других.		
19.	Что такое естественность.		
20.	«Совы» и «жаворонки».		
21.	Как справиться с плохим настроением		

Раздел №4 Как предотвратить конфликты			
22.	Способы решения конфликтов с родителями.		
23.	Психологическая игра «Репортер».		
24.	С точки зрения других.		
25.	Выбор жизненных целей.		
26.	Психологическая игра «Волшебный телефон».		
27.	В человеке должно быть все прекрасно.		
28.	«Крутой» или уверенный в себе.		
29.	Защити себя от жестокого обращения.		
30.	Как помочь человеку справиться с горем.		
31.	Психологическое занятие «Вокзал мечты»		
32.	Как люди отдыхают		
33.	Психологическая игра «корзина желаний»		
34.	Обобщающее занятие «Плохим эмоциям – нет»		

№ п/ п	Наименование разделов и тем.	дата	корректировка
Раздел № 1 Я и мы (4 часа)			
1.	Мир кожи.		
2.	Гигиена – это трудно?		
3.	Человек есть то, что он ест.		
4.	Разговор по телефону.		
Раздел № 2 Как правильно себя оберегать от болезней			
5.	Как люди отдыхают?		
6.	Погода и одежда		
7.	Как не заболеть, когда другие болеют.		
8.	Как правильно пользоваться лекарствами.		
9.	Я и моя семья.		
10.	Я и мои друзья.		
11.	Я и моя безопасность.		
12.	Психологическая игра «Волшебная скорая помощь».		
13.	Я расту, я меняюсь.		
Раздел № 3 Что для меня мое эмоциональное спокойствие			
14.	Мир вокруг меня.		
15.	«Спокойствие, только спокойствие».		
16.	«Можно ли рисковать по – умному».		
17.	Умение принимать решения.		
18.	Как ты выглядишь в глазах других.		
19.	Что такое естественность.		
20.	«Совы» и «жаворонки».		
21.	Как справиться с плохим настроением		
Раздел №4 Как предотвратить конфликты			
22.	Способы решения конфликтов с родителями.		
23.	Психологическая игра «Репортёр».		

24.	С точки зрения других.		
25.	Выбор жизненных целей.		
26.	Психологическая игра «Волшебный телефон».		
27.	В человеке должно быть все прекрасно.		
28.	«Крутой» или уверенный в себе.		
29.	Защити себя от жестокого обращения.		
30.	Как помочь человеку справиться с горем.		
31.	Психологическое занятие «Вокзал мечты»		
32.	Как люди отдыхают		
33.	Психологическая игра «корзина желаний»		
34.	Обобщающее занятие «Плохим эмоциям – нет»		

№ п/ п	Наименование разделов и тем.	дата	корректировка
Раздел № 1 Стресс в жизни человека			
1.	Вводное занятие «Что такое стресс».		
2.	Ситуации стресса.		
3.	Упражнения. Продолжи фразы: «Стресс вреден для спортсмена (учителя, врача...), потому что...». И «Стресс полезен для спортсмена (учителя, врача...), потому что...».		
4.	Способы профилактики стресса.		
Раздел № 2 Выбор жизненных целей			
5.	Какие цели бывают?		
6.	Актуализация реальных жизненных целей.		
7.	Упражнения. Продолжи фразы: «Жизненный выбор моих сверстников зависит от...», «Мое будущее представляется мне... потому что...».		
8.	Заполнение гистограммы «Моя жизнь».		
9.	Мозговой штурм: «На что я могу опираться ставя перед собой реальные жизненные цели».		
10.	Отработка личной стратегии поведения в ситуации сложного жизненного выбора.		
11.	Упражнения. «Я как все...», «Я как не все...».		
12.	Актуализация знаний о собственной индивидуальности, ее проявлениях.		
13.	Психологическая игра «Дискуссионные качели».		
Раздел № 3 О пользе критики			
14.	Корректная критика		
15.	Психологический тест: «Умешь ли ты критически мыслить?»		
16.	Корректные высказывания критических замечаний.		
17.	Твоя реакция на критику.		
18.	Упражнение «Люди не похожие на меня».		
19.	Мои ассоциации вызванные словом «критика».		
20.	Упражнение «Люди не похожие на меня».		

21.	Психологическая игра «Полезная критика друг для друга».		
Раздел №4 Способы борьбы со стрессом и плохим настроением.			
22.	Что такое настроение.		
23.	Психологическая игра «От чего зависит настроение?»		
24.	Я с точки зрения других.		
25.	Упражнение «Презентация индивидуальности».		
26.	Психологическая игра «Волшебный телефон».		
27.	Неповторимость индивидуальности.		
28.	Моя социальная позиция.		
29.	Анкетирование «Мои жизненные ценности».		
30.	Психологическая игра: «Необитаемый остров».		
31.	Тренинговое занятие «Подумай о хорошем и все будет хорошо».		
32.	Психологическое занятие «Вокзал мечты»		
33.	Упражнение «Ритуал окончания занятия».		
34.	Психологическая игра «Корзина желаний».		

Задания по разделу «Я, как личность».

Анкетирование «О добром отношении к людям» (2 класс)

1. **Выбери** нужный ответ и **подчеркни** его.

Доброжелательность – это:

доброе отношение к окружающим, желание им помочь;

желание и стремление оказать помощь только близким родственникам или товарищу;

желание и стремление оказать помощь любому человеку;

умение ничего не делать;

нежелание быть добрым.

2. **Закончи** предложение:

Доброжелательный человека всегда ____ .

Как можно назвать такого человека, который стремится делать добро, желает добра другим?
_____ .

3. **Вспомни** сказки, где действуют персонажи (герои), желающие добра другим.

Назови сказку.

Назови добрых героев.

Назови недобрых,

Объясни, почему одних можно назвать добрыми, а других недобрыми.

Покажем, как дети строят свою аргументацию на примере сказки «Золушка».

Фея – добрая. Она порадовала Золушку поездкой на бал.

Мачеха и ее две дочери недобрые. Они (*допиши предложение*) _____

Сделай рисунки к сказкам.

4. **Расскажи** случай из своей жизни: кто и как сделал тебе добро; как ты помог другому.

5. Какие детские книги ты знаешь, где рассказывается о добрых поступках. **Назови и запиши** имена героев.

6. **Вычеркни** лишнее:

- желать добра
- сочувствовать
- сопереживать
- воровать

7. **Вставь** в клеточки пропущенные буквы: до _бр_ желательный.

8. **Придумай** маленький рассказ, в котором Буратино грустит, потому что не знает, как помочь Мальвине, попавшей в беду (она упала и испачкала своё красивое платье, оцарапала ногу). Особое внимание следует обратить на добрые дела и слова Буратино: ласковое обращение с желанием утешить, реальная помощь и т.д.

9. Нарисуй свою любимую игрушку. Постарайся, чтобы она была веселой, доброй.

Задания по разделу «Я и мы».

Разговор по телефону (3 класс)

Сейчас появился особый, «мобильный», сотовый этикет, который неукоснительно должны соблюдать дети. Тест покажет, насколько ты владеешь «сотовым» этикетом.

Ты отвечаешь на телефонный звонок во время учебы?

- да
- нет

Звуковой сигнал на твоём аппарате выставлен на невысокую громкость?

- да
- нет

Ты считаешь неуместным и вредным разговаривать по телефону, делая покупки?

- да
- нет

У тебя есть наушники к мобильному телефону?

- да
- нет

Можно ли разговаривать с незнакомыми людьми?

- да
- нет

Говоришь ли ты звонящему, где находишься?

- да
- нет

В ожидании важного звонка ты заранее направляешься в место, спокойное для тебя?

- да
- нет

Ты считаешь неправильным «не слышать» предупреждения о необходимости отключить телефон в кинотеатре, самолёте и т. д.?

- да
- нет

Когда ты разговариваешь по телефону, смотришь ли не только на ноги, но и по сторонам?

- да
- нет

Ты принципиально не начинаешь разговор, пока не покинешь лифт, тамбур электрички?

- да

- нет

- когда как

Ты считаешь, что на свидании мобильный телефон – совершенно лишняя вещь?

- да

- нет

- не знаю

Если ты не одна и рядом близко находятся незнакомые люди, ты извиняешься и выходишь в другую комнату для продолжения разговора или просишь звонящего перезвонить попозже?

- да

- нет

- когда как

Мобильный телефон для тебя: украшение, предмет бижутерии и элемент стиля одежды?

- да

- нет

После того как ты сказала, что не можешь сейчас говорить, ты обязательно выключаешь телефон?

- да

- нет

- когда как

Если твой мобильный собеседник не выключил аппарат, но услышав твой голос, прервал разговор, ты не будешь ему немедленно перезванивать?

- не буду

- буду

Задания по разделу «Способы борьбы со стрессом и плохим настроением».

Анкетирование. «Мои жизненные ценности» (4 класс)

Инструкция. Представьте, что у вас есть волшебная палочка и список 10 желаний, выбрать из которых можно только 5. Список педагог заранее выписывает на доске.

№ п/ п	Список желаний	№ ответов
1.	Быть человеком, которого любят.	
2.	Иметь много денег.	
3.	Иметь самый современный компьютер.	
4.	Иметь верного друга.	
5.	Мне важно здоровье родителей.	
6.	Иметь возможность многими командовать.	
7.	Иметь много слуг и ими распоряжаться.	
8.	Иметь доброе сердце.	
9.	Уметь сочувствовать и помогать другим людям.	
10.	Иметь то, чего у других никогда не будет.	

Интерпретация:

Номера отрицательных ответов: 2, 3, 6, 7, 10.

Пять положительных ответов – высокий уровень.

4, 3 – средний уровень.

2 – ниже среднего уровня.

1, 0 – низкий уровень.

Список литературы

1. Родионов В. А., Ступницкая М. А., Кардашина О.В. «Я и другие» тренинги социальных навыков. Ярославль: Академия развития, 2001. – 224 с.:– (Серия: «Практическая психология в школе»).
2. Мид М. Развитие ребенка. М.: Просвещение, 1998г.
3. Родионов В.В. Тренинги общения. М.: Просвещение, 2010г.
4. Локалова Н.П. Уроки психологического развития. М.: Просвещение, 2009г.
5. Караманенко Ю.Г., Караманенко Т.Н. По мотивам сказки «Волшебная страна». М.: Просвещение, 2005г.