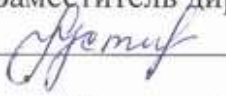


Муниципальное общеобразовательное учреждение
Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Открытая сменная школа»
Города Волжска Республики Марий Эл

Рассмотрено
На педагогическом совете
«01» сентября 2023 года

Согласовано
Заместитель директора по УВР
 Устинова Л.В.
«01» сентября 2023 года

Утверждаю
Директор МОУ «О(С)Ш»
 Журавлева О.Е.
Приказ № 0109006 о/д
«01» сентября 2023 года



**Дополнительная общеобразовательная программа
общеразвивающего вида
«Тропинка к своему Я»
на 2023-2024 учебный год**

Направленность: Духовно-нравственная
Срок реализации – 1 год, 34 часа
Составитель: Прокошева О.И.
учитель начальных классов МОУ «О(С)Ш»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса разработана на основе программы формирования психологического здоровья младших школьников «Тропинка к своему я». Уроки психологии в начальной школе (1-6). Хухлаева О.В. Москва: Генезис, 2012г.

Рабочая программа по психологии для 1-4 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, требованиями к результатам освоения начальной образовательной программы основного общего образования, фундаментальным ядром содержания начального общего образования, примерной программой по психологии.

Предлагаемая рабочая программа реализуется в учебно-методическом пособии, созданном кандидатом психологических наук О. В. Хухлаевой.

Предлагаемая программа психологических занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Курс психологических занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника;
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях;
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния;
- способность справляться со страхами, обидами, гневом;
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время дружески относиться к одноклассникам;
- умение справляться с негативными эмоциями;
- стремление к изучению своих возможностей и способностей;
- успешная адаптация в социуме.

Цель курса: психологических занятий: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни.

Задачи:

1. Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
2. Учить детей распознавать эмоциональные состояния по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
3. Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей - установку преодоления.

4. Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и учителем.
5. Повышать уровень самоконтроля в отношении проявления своего эмоционального состояния в ходе общения.
6. Формировать терпимость к мнению собеседника.
7. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Описание места предмета в учебном плане

В соответствии с федеральным базисным учебным планом и примерными программами начального общего образования курс психологических занятий «Тропинка к своему я» изучается с 1 по 4 класс по одному часу в неделю (33ч. в год в 1-3 классе, 34 часа во 4-х классах). Общий объём учебного времени составляет 135 часов.

Общая характеристика предмета:

В основе реализации программы лежит теоретическая модель групповой работы с младшими школьниками, которая включает три основных компонента:

аксиологический (связанный с сознанием), инструментально-технологический и потребностно-мотивационный.

Аксиологический компонент содержательно представлен ценностями «Я»: собственного «Я» человека, его связи с «Я» других людей и с природными объектами. Он предполагает осознание ребёнком ценности, уникальности себя и окружающих, идентификацию как с живыми, так и неживыми объектами, осознание единства с миром во всей его полноте.

Инструментальный компонент предполагает овладение рефлексией как средством самопознания, способностью концентрировать сознание на самом себе, внутреннем мире и своём месте во взаимоотношениях с другими.

Потребностно-мотивационный компонент обеспечивает появление у ребёнка потребности в саморазвитии, самоизменении, побуждает к последующей самореализации.

Задачи развития являются четвёртым компонентом в данной модели. Работа с ними осуществляется параллельно, т.е. при построении каждого занятия учитываются все направления, но, в зависимости от целей, делается акцент на одном из них.

Занятия проходят по определённой схеме, каждая часть которой выполняет свои задачи:

1. Введение в тему.
2. Развёртывание темы.
3. Индивидуализация темы.
4. Завершение темы

Формы организации учебного процесса:

Для успешной реализации учебного процесса используются групповые и индивидуальные занятия. Индивидуальные занятия необходимы для отработки важных моментов поведения и деятельности ребёнка, которые по тем или иным причинам он не усвоил в группе. Индивидуальные занятия являются продолжением групповой работы, т.к. помогают ребёнку более эффективно справиться со своими проблемами.

Формы контроля: входная, промежуточная, итоговая диагностика.

Средства формирования УУД: словесные методы, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др.

А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические, ролевые, дискуссионные и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки), когнитивные методы.

Обучение основано на использовании традиционных принципов дидактики: принцип воспитывающего обучения, научности, наглядности, сознательности и активности, систематичности, прочности, доступности. Индивидуальный подход, учет возрастных возможностей для преподавания психологии в обучении младших школьников имеют исключительное значение.

К результатам обучения относятся психологические знания (понятия, факты, идеи, законы науки психологии, способы психической деятельности), психологические умения (чем для самого человека становятся те знания и способы действия, которые он приобретает в процессе обучения), навыки (привычка мыслить и действовать в соответствии с психологической культурой), опыт творческой самостоятельности, овладение культурой психической деятельности, формирование эмоционально-целостного отношения к психологической реальности и действительности в целом.

Межпредметные связи:

Курс психологии эффективно работает в связи с другими дисциплинами: ОБЖ, литература, математика, русский язык, где темы являются практическим продолжением изученного, или сами психологические знания являются базой для усвоения знаний вышеперечисленных курсов.

Межпредметные связи могут выражаться:

- в проведении совместных уроков по информационным технологиям (диагностика и обработка данных на компьютерах);
- в подготовке исследовательских работ (работа с литературой, составление планов собственных исследований, анализ психологической литературы);
- в включении в тематические планы уроков по безопасности жизнедеятельности, обществознания и др. предметов.

Место предмета в базисном учебном плане

Учебное содержание программы «Тропинка к своему я». Уроки психологии в начальной школе (1-4 кл)» включает следующие курсы:

- Я – школьник. Мои чувства. 1 класс. 34 ч, 1ч в неделю;
- Вспомним чувства. Чем люди отличаются друг от друга? Какой Я - Какой Ты? 2 класс. 34 ч, 1ч в неделю;
- Я – фантазер. Я и моя школа. Я и мои родители. Я и мои друзья. Что такое сотрудничество? 3 класс. 34 ч, 1 ч в неделю;
- Кто Я? Мои силы и возможности. Я расту, я изменяюсь. Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? класс. 34 ч, 1 ч в неделю.

Формы контроля знаний

Так как психология входит в базисный учебный план школы, то предполагается особая оценочная система результатов деятельности. Оценка ставится по результатам контрольных, проверочных работ, специально разработанных по материалам изученных тем. Дифференцированные карточки-задания, самостоятельные работы; фронтальный и индивидуальный опрос; отчеты по практическим и лабораторным работам; творческие задания.

В силу специфики предмета полагается целесообразным применять диагностические методики. Все применяемые в курсе психодиагностические методы по целевому назначению можно разделить на три группы: диагностика внутри предмета (как дидактический прием), диагностика усвоения знаний и диагностика развития личности.

Диагностика внутри предмета включается в структуру урока и позволяет быстро проиллюстрировать теоретический материал. От конкретной методики можно оттолкнуться во введении к теме, использовать ее как прием в проблемном обучении, а также показать, каким образом психологическое знание реально работает на практике. Для диагностики внутри предмета наиболее подходят популярные методики, которые достаточно просты в использовании и обработке: опросники, методики незаконченных предложений, анкеты, некоторые рисуночные методики.

Диагностика усвоения знаний предполагает использование методик, позволяющих выявить объем и структуру усвоенных знаний. Здесь могут быть рекомендованы вербальная ассоциативная методика «Пятиминутка» и методика «Диагностика усвоения знаний» (Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе: учебно-метод. пособие. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 288 с.), сочинения на психологическую тему и другие контрольные задания. Критерием оценки успешного продвижения служит сформированность соответствующих отношений, и эта оценка может быть выражена в характеристиках: хорошо владеет знаниями, правильно применяет их на практике, анализирует ситуацию, может управлять своим поведением. Весьма существенную информацию об эффективности усвоения знаний дают методы, используемые для диагностики развития. Это связано с тем, что если усвоение действительно происходит, то его влияние обязательно найдет свое отражение в поведении и особенностях психологического развития подростка.

Диагностика развития предполагает использование более сложных психодиагностических методик. В виде итоговой аттестации используются творческие работы, дневники достижений, выступления с докладами, сообщениями.

При проведении уроков психологии в 1-6 классах необходимо использование следующих технологий:

1. Личностно-ориентированные технологии.
2. Технологию разноуровневого (дифференцированного) обучения.
3. Диалогические технологии.
4. КСО
5. Технологии проблемного обучения (исследовательский метод).
6. Коммуникативно-информационные технологии.
7. Технология учебно-игровой деятельности.
8. Технология проектной деятельности.

Тематическое планирование предусматривает организацию работы как со слабоуспевающими детьми, так и с одаренными.

Работа с одаренными детьми

- Постоянно стимулировать их познавательную активность.
- Поощрять или организовывать знакомство с материалом, который обычно не включается в стандартный учебный план.
- Формировать большую мыслительную гибкость в отношении используемых материалов, времени и ресурсов.
- Предъявлять более высокие требования к самостоятельности и целеустремленности в решении задач.
- Стремиться осуществлять учебный процесс в соответствии с познавательными потребностями, а не заранее установленной жесткой последовательности.

Работа с одаренными детьми предусматривает внутреннюю дифференциацию, использование лично-ориентированных методов обучения, тренинги, исследовательские и творческие задания. Во внеурочной деятельности предполагается привлечение ребят к участию в конкурсах, турнирах, интерактивных играх и т.д.

Работа со слабоуспевающими учениками

При работе со слабоуспевающими учащимися предусмотрено использование следующих приемов, методов и форм работы:

- Выявление слабоуспевающих через наблюдения, анализ психологической диагностики в начале учебного года.
- Применение заданий различной степени трудности.
- Работа в парах переменного состава, работа в группах, взаимообучение.
- Использование экспресс-диагностик.
- Индивидуальные задания с применением карточек-инструкций.
- Карточки-задания на дом.
- Индивидуальные и групповые консультации.
- Использование межпредметных связей.
- Самостоятельная работа. Индивидуальная домашняя работа.
- Работа с учебной, дополнительной литературой.
- Разработка мультимедийных презентаций, творческих проектов, рефератов.
- Использование интерактивных занятий

Календарно-тематическое планирование.

№ урока	Наименования разделов и тем уроков	Дата проведения		Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме
		план	факт	
Раздел 1. Я - школьник (15 часов)				
1.	Тема «Я умею управлять собой».			1. Ориентируются на образец и правило выполнения действия 2. Выделяют и формулируют познавательную цель с помощью учителя 3. Слушают и понимают речь других ребят 4. Формируют положительное отношение к школе
2.	Тема «Я умею преодолевать трудности»			1. Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками 2. Умеют работать по предложенному учителем

				<p>плану</p> <p>3. Доверительно и открыто говорят о себе и своих чувствах</p> <p>4. Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей</p>
3.	Тема «Я умею слушать других»			1. Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации
4.	Тема «Я умею учиться у ошибки»			<p>2. Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя</p> <p>3. Слушают, понимают речь других людей</p> <p>4. Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих</p> <p>5. Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы</p> <p>6. Слушают и понимают речь других</p> <p>7. Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге</p> <p>8. Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности</p>
5.	Тема «Я умею быть доброжелательным»			<p>1. Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату</p> <p>2. Пересказывают небольшие тексты</p> <p>3. Строят простое речевое высказывание</p> <p>4. Формируют положительное отношение к школе</p>
6.	Тема «Я доброжелательный»			1. Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолеть
7.	Тема «Я умею быть ласковым»			<p>2. Осуществляют поиск и выделяют конкретную информацию с помощью учителя</p> <p>3. Имеют первоначальные навыки работы в группе</p> <p>4. Оценивают результаты своей деятельности</p> <p>5. Овладевают способами самооценки выполнения действия</p> <p>6. Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт</p>

				7. Выполняют различные роли 8. Формируют положительное отношение к школе
8.	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею делать задание вместе с другими.»			1. Осваивают правила планирования, контроля способа решения 2. Группируют предметы и их образы по заданным признакам 3. Строят понятные для партнера высказывания 4. Соблюдают правила игры и дисциплины
9.	Тема «Я становлюсь сильным духом. Я умею слышать мнение другого.»			
10.	Тема «Я учусь решать конфликты»			1. Планируют совместно с учителем свои действия в учебной и жизненной ситуации 2. Строят речевое высказывание в устной форме с помощью учителя
11.	Тема «Я умею разрешать конфликты»			3. Слушают, понимают речь других людей 4. Ориентируются в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и окружающих
12.	Тема «Качества людей»			5. Самостоятельно оценивают правильность выполнения действия и вносят коррективы 6. Слушают и понимают речь других 7. Умеют задавать вопросы и участвовать в диалоге 8. Ориентируются на содержательные моменты школьной действительности 9. Осуществляют пошаговый и итоговый контроль по результату 10. Пересказывают небольшие тексты 11. Строят простое речевое высказывание 12. Формируют положительное отношение к школе
13.	Тема «Мои успехи в школе»			1. Учатся осознавать свои трудности и стремятся их преодолеть 2. Осуществляют поиск и выделяют конкретную
14.	Тема «Мое прошлое,			информацию с помощью учителя 3. Имеют первоначальные навыки работы в группе

	настоящее, будущее»			<ul style="list-style-type: none"> 4. Оценивают результаты своей деятельности 5. Овладевают способами самооценки выполнения действия 6. Находят ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт 7. Выполняют различные роли 8. Формируют положительное отношение к школе
15.	Тема «Мой класс и мои друзья»»			<ul style="list-style-type: none"> 1. Осваивают правила планирования, контроля способа решения 2. Группируют предметы и их образы по заданным признакам 3. Строят понятные для партнера высказывания 4. Соблюдают правила игры и дисциплины
Раздел 2. Мои чувства (19 часов)				
16.	Тема «Вспомним чувства»			<ul style="list-style-type: none"> 1. Учатся осознавать свои трудности и стремятся к их преодолению 2. Включаются в творческую деятельность под руководством учителя 3. Учатся работать в паре и группе 4. Ориентируются на понимание чувств других людей
17.	Тема «Радость. Как ее доставить другому человеку»			<ul style="list-style-type: none"> 1. Овладевают навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми 2. Умеют распознавать и описывать свои чувства под руководством учителя 3. Умеют договариваться 4. Формируют положительное отношение к школе
18.	Тема «Жесты»			<ul style="list-style-type: none"> 1. Строят речевое высказывание в устной форме 2. Учатся исследовать свои качества и свои особенности 3. Умеют ставить вопросы для сотрудничества в поиске и сборе информации 4. Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата

19.	Тема «Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Извлекают с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста 2. Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя 3. Понимают смысл простого текста 4. Проявляют учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу
20.	Тема «Какой Я- какой Ты»			
21.	Тема «Мой класс и мои друзья»			
22.	Тема «Грусть»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Переносят навыки построения внутреннего плана действия из игровой деятельности в учебную 2. Учатся наблюдать 3. Договариваются и уважают разные мнения 4. Формируют положительное отношение к школе
23.	Тема «Страх»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Определяют и формулируют цель деятельности с помощью учителя 2. Моделируют ситуации с помощью учителя 3. Учатся слушать и понимать речь других ребят 4. Проявляют сдержанность, терпеливость, вежливость в процессе взаимодействия
24.	Тема «Страх. Его относительность»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и учета характера ошибок 2. Моделируют ситуацию с помощью учителя 3. Учатся доверительно и открыто говорить о своих чувствах 4. Умеют налаживать контакты с окружающими
25.	Тема «Как справиться со страхом»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Адекватно воспринимают предложения и оценку учителя, товарищей 2. Учатся рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя 3. Учатся работать в паре и группе 4. Проявляют сопереживание к другим людям

26.	Тема «Страх и как его преодолеть»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Осваивает правила планирования, контроля способа действия 2. Учатся исследовать свои качества и свои особенности 3. Применяют первоначальные способы поиска информации 4. Проявляют заботу о человеке при групповом взаимодействии
27.	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Овладевает способами самооценки выполнения действия 2. Учатся распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя 3. Учитывают разные мнения 4. Анализируют и систематизируют полученные умения и навыки
28.	Тема «Гнев. С какими чувствами он дружит»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Умеют оценивать свой результат с помощью учителя 2. Устанавливают последовательность событий в тексте 3. Формулируют собственное мнение 4. Ориентируются на понимание предложений и оценок учителя, товарищей
29.	Тема «Может ли гнев принести пользу»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Умеют понимать и контролировать свое эмоциональное состояние 2. Учатся работать по предложенному учителем плану 3. Строят понятные для партнера высказывания 4. Ориентируются в нравственном содержании и смысле собственных поступков, так и поступков окружающих людей
30.	Тема «Может ли гнев принести пользу»			
31.	Тема «Обида»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Учатся осознавать свои трудности и стремятся
32.	Тема «Обида»			
33.	Тема «Разные чувства»			<ol style="list-style-type: none"> 1. Учатся осознавать свои трудности и стремятся

34.	Тема «Кто Я? Мои особенности и возможности»			преодолеть их 2. Высказывают свое мнение Ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии 3. Умеют выражать себя в различных видах творческой и игровой деятельности
Итого:		34 часа		

Содержание программы «Тропинка к своему я».

1 класс» (34 ч., 1 ч в неделю)

Раздел 1. Я школьник (15 часов)

Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Я в школе. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».

Раздел 2. Мои чувства (19 часов)

Радость. Что такое мимика. Радость. Как ее доставить другому человеку. Жесты. Радость можно передать прикосновением. Радость можно подарить взглядом. Грусть. Страх. Страх. Его относительность. Как справиться со страхом. Страх и как его преодолеть. Гнев. С какими чувствами он дружит. Может ли гнев принести пользу. Обида. Разные чувства. Итоговое занятие.

Методические пособия для учителя:

1. Аудио-, видеозаписи.
2. Методики изучения различных видов памяти, внимания, мышления.
3. Набор открыток сюжетного содержания.
4. Набор таблиц для изучения видов и свойств внимания.
5. Набор тематических таблиц.
6. Набор фотографий видов природы, портретов людей.
7. Психологические тесты.
8. Репродукции картин, рисунки детей для определения эмоционального состояния человека.

Список литературы

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 2000.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Вачков И.В. Психология для малышей. М.: Педагогика – Пресс, 1996.

4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.
8. Как улучшить собственную память. Екатеринбург: Диамонт, 1992.
9. Коломинский Я.Л. Человек: психология. М.: Просвещение, 1987.
10. Колпачников В.В. Психологический практикум общения и самопознания. Программа курса для старшеклассников // Методические рекомендации по образовательной области “Технология”. Екатеринбург: Изд-во ИРРО, 1996.
11. Никитин Б.П. Ступеньки к творчеству, или Развивающие игры. М.: Просвещение, 1990.
12. Психология. Словарь // под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, М, 1990.
13. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // под ред. Дубровиной И.В. М.: Академия, 1995.
14. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. М.: Новая книга. 1993.
15. Сафонова Л.В. Дневник самопознания, в 2-х частях. Екатеринбург, 2006.
16. Тактильная память // составитель Матюгин И.Ю. М.: Центр “Эйдос”, 1991.
17. Тихомирова Л.Ф. Развитие интеллектуальных способностей ребенка. Младший подростковый возраст 10 – 14 лет. М.: Рольф, 2001.
18. Ты меня понимаешь? // составитель Васильева Т.В.. С-Петербург, 1994.
19. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. В 4-х частях. М.: Генезис, 2000.
20. Через самовыражение к самопознанию // составитель Сафонова Л.В. Первоуральск, 1997.
21. Шмаков С.А. Игры-шутки, игры-минутки. М.: Новая школа, 2004.
22. Шуркова Н.Е. Собрание пестрых дел. М.: Новая школа, 2004.
23. Энциклопедия практического самопознания // составитель А.И. Красило. М., 1994.

Литература, необходимая для овладения курса.

Для ученика (обучающегося)

Дополнительная

1. Андреев О.А. Учимся быть внимательными / О.А. Андреев. — Ростов н/Д: Феникс, 2004.
2. Бьюзен Т. Максимально используйте свой разум / Т.Бьюзен. — Минск, 2004.
3. Гамезо М.В. Атлас по психологии: Информационно-методическое пособие по курсу «Психология человека» / М.В. Гамезо, И.А. Домашенко— М.: Педагогическое общество России, 2001.
4. Жариков Е.С. Для тебя и о тебе / Е.С. Жариков, Е.Л. Крушельницкий — М.: Просвещение, 1991.
5. Тертель А.Л. Психология в вопросах и ответах: Учебное пособие / А.Л.Тертель— М.: Проспект, 2005.
6. Бабушкина Т. Что хранится в карманах детства. Уроки фантазии. / Т.Бабушкина— М.: Издательство «Атлант», 2004