

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Калининского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО  
Педагогическим советом  
ГБУ ДО ЦППМСП  
Калининского района  
протокол № 1  
от « 26 » августа 2020 г.

«СОГЛАСОВАНО»  
Зав.кафедрой психологии  
СПБАППО  
С.М. Шингаев

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ ДО ЦППМСП  
Калининского района  
О.В. Баранова  
от « 26 » августа 2020 г.

РАССМОТРЕНО  
на методическом объединении  
педагогов-психологов ОУ Калининского района  
протокол № 1 от « 08 » 09 2020 г.  
председатель методического объединения  
М.Б. Соркина

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА**  
для детей младшего школьного возраста, направленная на развитие навыков взаимодействия  
и самоконтроля  
**«Учимся владеть собой»**

Составители:  
Белоусова Екатерина Дмитриевна – педагог-психолог  
Брежнева Александра Владимировна – педагог-психолог

Санкт-Петербург  
2020 год

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

1 :

2 .

10-15 .

9-12 .

- 1. .
- 2. .
- 3. ,
- 4. .
- 5. .

DVD-

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

- 1. - ;
- 2. ;
- 3. - ;
- 4. « » « »;
- 5. ;
- 6. .

/			
1.			2
2.			2
3.	?	1	1
4.	? ? , ,	1	1
5.		1	1
6.	? ?	1	1
7.	?	1	1
8.		1	1
9.	? ? ? ;	1	1
10.		1	1
11.	?	1	1
12.	? ?	1	1
13.	? ?	1	1
14.	? ?	1	1

15.	?	?	1	1
16.		« »	1	1
17.	?	?	1	1
18.			1	1
19.			1	1
20.			1	1
21.		?	1	1
22.			1	1
23.			1	1
24.			1	1
25.			1	1
26.	( )			2
27.				2
28.		:	<b>18</b>	
		:	<b>27</b>	<b>27</b>
		:	<b>72</b>	

1

- . :  
 ✓ « » ( ,  
 );  
 ✓ ,  
 ✓ : « », « », «  
 »;  
 ✓ ( , ,  
 );  
 ✓ ( ,  
 , ).  
 ✓

- .
- .
- - .
- .
- .
- .

2

- . ( ,  
 ).
- :
- ✓ - .
- ✓ .
- ✓ - .
- ✓ (« », « »,  
 « » .) -  
 .
- ✓ .
- . : « », «  
 ».
- .

3

: . ?

:

- , ? ( )
- ?
- : « », « »
- + : « »
- 
- 
- 
- 

4

: ? ?

:

- « , ? »
- « ».
- 
- 
- 
- 

5

: .

:

- « ? ? »
- « ? »
- « »
- 
- 
- 

6

: !

- « ? ? »
- « , ! »
- « ».

- 
- 
- 

7

: ?

:

- « ? »

- « ».

- « !»

- « ».

- 

- 

- 

8

:

:

- « ? »

- « ».

- « ».

- 

- 

- 

9

:

:

;

- « ? »

- « »

- « ».

- « ».

- 

- 

-



10

:  
 :  
 .  
 .  
 .  
 • « ? ?»  
 • ( )«  
 • »( )  
 • « ».  
 •  
 •  
 •  
 •

11

:  
 ?  
 • ? ?»  
 • « - ...», «  
 ...», « ...».  
 « ».  
 3  
 •  
 •  
 •

12

:  
 :  
 • « ? ?»  
 • « ».  
 • « ».  
 •  
 •  
 •

13

:  
 ?  
 • « ? ?»  
 • « ».  
 •  
 •

• : . ? ?  
:

• « ? ?»  
• " ".  
• " , , ".  
• .  
• .  
• .

• : . ? ?  
:

• « ? ?».  
• « ».  
• .  
• .  
• .

• : « »  
:

• « ? ?»  
• " " "  
• « »  
• .  
• .  
• .

• : . ? ? ?  
:

• « , ?» (10 )  
• « ».  
• « ».

- 
- 
- 

18

Ñ « ».  
Ñ  
Ñ  
Ñ

19

- « ? ?»
- « - - .»
- « - »
- « »
- 
- 
- 
- 

20

- « ? ?»
- « ».
- « ...».
- 
- 
- 

21

- « ? ?»
- « ».
- « ».

•  
•  
•

22

•  
•  
•

• « ? ?»

• « ».

• « ».

•  
•  
•

23

•  
•  
•

• « ? ?»

• «

...».

• « ».

•  
•  
•

24

•  
•  
•

• ? ?»

• « ».

•  
•  
•

25

•  
•  
•

- ? ?» (10 )
- « !»
- .
- .
- .

26

( , )  
:

✓

✓

✓

✓

«

✓

27

- « » , « »
- .
- .

28-36

:

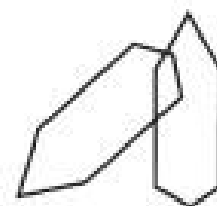
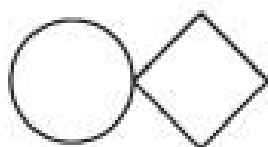
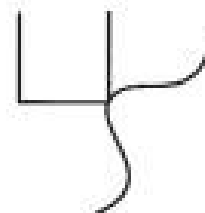
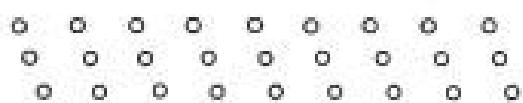
/

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

:

1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnye-narusheniya-v-mladshem-shkolnom-vozhraze-rezultaty-issledovaniya> ( : 07.04.2020).
2. URL: <http://www.expeducation.ru/ru/article/view?id=10840> ( : 07.04.2020).
3. nsportal.ru. – 2014 [ ]. – <http://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2014/02/23/razvitie-emotsionalno-volevoy-sfery-doshkolnika>.
4. 29 2014 . 1643  
29 2014 . 1644

6.



7.

-

Имя, фамилия \_\_\_\_\_ Возраст \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

здоровый

хороший  
характер

умный

способный

авторитетен  
у сверстников

красивый

уверенный в себе

больной

плохой  
характер

глупый

неспособный

презирается  
сверстниками

некрасивый

не уверенный  
в себе

# ТЕСТ ТУЛУЗ-ПЬЕРОНА

## Бланк ответов

Обследуемый \_\_\_\_\_

### ПРОБА



Ждите указаний!

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10



### СПАСИБО



• « , ?»

( )

• « ».

:«

« », ,

« », ,

« »

».

• «

».

• «

».

4

•

«

?»

5

(

5).

•

«

»

:

:« ,

?», «

?», «

?»

), , ( ,

« »

2—3

: , !» — 2

15 .

..(10

)

« ».

( ).

« ».

.(12 )

« !»

.(12 )

« ».

( 3 ).

« »

« ».

« »

: « —

!»

!»



○ - ,  
○ - .

- , - « » « ».

«-», -«-».

«-»

«+»

, . » « »

●

« » : « , « »

, , , . , - : , , :

○  
○  
○

, . « » . . .

« » « ».

●

" "

:

:

. . . " "

○ —  
○ —  
○ —  
○ —  
○ —  
○ —

? — ? , ? ? ? ?

●

" , , "

": " " " "

" ,

,

.

● « »  
,  
? ?  
( ). : ,  
,  
.(30 )

● : « »  
: , " "  
" " ?  
" "  
: " " "..."

● « »  
:  
( ). ( ) ( ),  
,  
( ),  
,

● « ».  
5  
-  
,  
(15 )

● « »  
:  
:  
« » -





, :  
- , ;  
- , ;  
- , : ;  
- , : ;  
- , ;  
- , ;  
- , : ;  
- , ;  
- , : ;  
- , ;  
- , ;

● « ».

:

.

,

.

,

,

.

,

,

,

.

,

,

.

,

,

,

: «

...», «

...», «

...»,

,

,

.

●

«

...»

●

«

».

-

.

.

,

,

,

«

».

.

●

.

:

-

,

.

-

-

?

?

?

-

,

,

.

-

,

.



• « ».

( : )

;-

(20 )

• « !»

: 10-15

10

10

(20 )

1

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

: \_\_\_\_\_

: \_\_\_\_\_

?

\_\_\_\_\_

?

\_\_\_\_\_

( )

1 \_\_\_\_\_ 2 \_\_\_\_\_ 3 \_\_\_\_\_ 4 \_\_\_\_\_ 5 \_\_\_\_\_

? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ? ( ) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

? \_\_\_\_\_

, , \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

:

; ; ; ;

; ; ( ,

)

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

( , , ) :

\_\_\_\_\_

( ) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

( ) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

: \_\_\_\_\_ ;  
? \_\_\_\_\_ ( , , )

? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2

---

---

---

---

---

?

:

---

---

:

---

---

? \_\_\_\_\_

---

:

? \_\_\_\_\_

---

? \_\_\_\_\_

---

? \_\_\_\_\_

---

? \_\_\_\_\_

---

? \_\_\_\_\_

---

:

---