

**Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №23 г. Томска**

Согласовано на  
заседании  
Методического  
совета, протокол № 3  
от 17.12.2024 г.

Согласовано и рекомендовано  
к утверждению педагогическим  
советом МАОУ СОШ №23  
протокол № 19 от 18.12. 2024 г.

Утверждаю  
И. о. директора МАОУ СОШ  
№23 г.Томска  
\_\_\_\_\_С.В. Бельская  
Приказ № 458П от  
19.12.2024 г.

**Рабочая программа курса  
внеурочной деятельности**

**«Я, ты, он, она»**  
для обучающихся 5 классов

Приложение к ООП ООО

Составитель:  
Цыгикало Ксения Александровна,  
педагог-психолог МАОУ СОШ №23

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного общеобразовательного стандарта основного общего образования на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Приказ Минпросвещения от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
3. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р).
4. Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи СП 2.4.3648-20, утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 (действуют с 01.01.2021, срок действия ограничен 01.01.2027).
5. Санитарные правила и нормы 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 (действуют с 01.03.2021, срок действия ограничен 01.03.2027).
6. Рабочая программа воспитания МАОУ СОШ № 23 г. Томска.

**Актуальность.** Обучающиеся 5-х классов проходят непростой путь адаптации к среднему звену. Переход из младшей школы в среднюю — важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым: учителя, одноклассники, более высокие требования к учебной деятельности, форма обучения, которая в средней школе становится предметной. Пятиклассникам в школе и интересно, и тревожно: хочется быть активными, умными и независимыми, нужными и успешными, хочется, чтобы новый учитель оценил и увидел все самое лучшее в них. Как следствие, пятиклассники часто испытывают большой стресс, который усугубляется также и переходным возрастом.

Насколько легко и быстро младший подросток приспособится к условиям средней школы, зависит не только и не столько от его интеллектуальной готовности к обучению. Важно, чтобы были сформированы умения и навыки, определяющие успешность адаптации:

- умение осознавать требования учителя и соответствовать им;
- умение устанавливать межличностные отношения с педагогами;
- умение принимать и соблюдать правила жизни класса и школы;
- навыки общения и достойного поведения с одноклассниками;
- навыки уверенного поведения;
- навыки совместной (коллективной) деятельности;
- навыки самостоятельного решения конфликтов мирным путем;
- навыки самоподдержки;
- навыки адекватной оценки собственных возможностей и способностей.

Данная программа направлена на формирование этих навыков и на создание благоприятных условий для их дальнейшего развития. В программе значительное место уделено формированию навыков осознания требований учителя, навыков уверенного поведения, оценки собственных возможностей и способностей, а также работе с негативными эмоциональными состояниями.

Школа после уроков — это мир творчества, проявления и раскрытия каждым ребёнком своих интересов, своих увлечений, своего “Я”. Ребёнок, делая выбор, свободно проявляет свою волю, раскрывается как личность. Занятия после уроков позволяют детям полноценно развиваться в комфортном пространстве воспитания и

образования.

В целом адаптация естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям, от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению. На данном этапе формируется учебный потенциал развивающейся личности, закладывается фундамент ее нравственных и эмоциональных качеств.

Новизна программы состоит в том, что при разработке программы в сравнении с известными аналогами внесено проблемно-поисковое и коммуникативное обучение, используются методы арт-терапии совместно с сюжетно-ролевыми играми, метод дебатов и создание проектов по проблемам девиантного поведения.

**Цель данного курса:** психологическая адаптация пятиклассников к условиям средней школы (создать условия, позволяющие каждому пятикласснику легче и комфортнее вступить в новый этап школьного обучения; поддержать и развить в детях интерес к знаниям; помочь им общаться с одноклассниками и преподавателями).

**Задачи:**

1. Формирование у детей позитивной Я-концепции и устойчивой самооценки.
2. Снижение уровня школьной тревожности.
3. Формирование устойчивой учебной мотивации детей.
4. Создание классного коллектива через формирование групповой сплоченности.
5. Повышение уровня психологической готовности к обучению, формирование учебных навыков.
6. Развитие социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений друг с другом, с новыми учителями и другими сотрудниками школы.

Тематически программа курса направлена на:

- 1) Формирование представлений о толерантной личности и знании о принципах бережного отношения к себе и бережного взаимодействия в межличностных отношениях.
- 2) Развитие навыков бережного взаимодействия с сверстниками и взрослыми в повседневной жизни в разных ситуациях, избегая конфликтов.
- 3) Развитие навыков самоподдержки и самопомощи.
- 4) Развитие навыков конструктивного поведения и управления своими эмоциями в конфликтной ситуации.
- 5) Формирование адаптационных качеств личности (умений оценивать себя, свое состояние, поступки, поведение) и других людей.

Программа «Я, ты он, она» опирается на результаты, достигнутые начальной школой, направлена на развитие личностных качеств, а также продолжает развивать метапредметные: регулятивные, коммуникативные и познавательные, реализуется с учетом рабочей программы воспитания.

**Количество часов за год:** по 34 часа в каждом 5-ом классе

**Класс (возрастная группа):** учащиеся 5-х классов (10-11 лет)

**Взаимосвязь с программой воспитания**

Программа курса учебной внеурочной деятельности разработана с учетом программы воспитания. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её на нравственное, социальное развитие обучающегося.

Деятельность учителя по программе воспитания отражена в таблице в разделе

«Тематическое планирование».

**Целевые ориентиры результатов воспитания:**

<b>Духовно-нравственное воспитание</b>
<p>Знающий и уважающий духовно-нравственную культуру своего народа, ориентированный на духовные ценности и нравственные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора (с учётом национальной, религиозной принадлежности).</p> <p>Выражающий готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных ценностей и норм с учётом осознания последствий поступков.</p> <p>Выражающий неприятие антигуманных и социальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России духовно-нравственным нормам и ценностям.</p> <p>Сознающий соотношение свободы и ответственности личности в условиях индивидуального и общественного пространства, значение и ценность межнационального, межрелигиозного согласия людей, народов России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Проявляющий уважение к старшим, к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей.</p> <p>Проявляющий интерес к чтению, к родному языку, русскому языку и литературе как части духовной культуры своего народа, российского общества.</p>
<b>Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия</b>
<p>Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности, значение личных усилий в сохранении здоровья, знающий и соблюдающий правила безопасности, безопасного поведения, в том числе в информационной среде.</p> <p>Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярную физическую активность).</p> <p>Проявляющий неприятие вредных привычек (курения, употребления алкоголя, наркотиков, игровой и иных форм зависимостей), понимание их последствий, вреда для физического и психического здоровья.</p> <p>Умеющий осознавать физическое и эмоциональное состояние (своё и других людей), стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</p> <p>Способный адаптироваться к меняющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям.</p>
<b>Трудовое воспитание</b>
<p>Уважающий труд, результаты своего труда, труда других людей.</p> <p>Проявляющий интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения предметных знаний.</p> <p>Сознающий важность трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе.</p> <p>Участвующий в решении практических трудовых дел, задач (в семье, общеобразовательной организации, своей местности) технологической и социальной направленности, способный инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность.</p> <p>Выражающий готовность к осознанному выбору и построению индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов, потребностей.</p>

Младший подростковый возраст, завершение детства, в это время происходит смена ведущей деятельности ребенка. Если у младшего школьника ведущей деятельностью была учеба, то у подростка - общение. Младшие подростки обычно уравновешены, спокойны, жизнь радостна, доверчивы в отношениях со взрослыми, признают их авторитет, принимают их оценку, ждут их помощи и поддержки. С течением времени большее значение приобретает общение со сверстниками.

Психологически этот возраст связан с постепенным приобретением чувств взрослости – главного личностного новообразования младшего подростка. Именно в силу психологической ценности отношений со сверстниками происходит постепенная замена ведущей учебной деятельности на ведущую деятельность общения.

Возникает новый тип взаимоотношений между детьми и взрослыми. Подросток претендует на самостоятельность, на уважение к себе. Существенно меняется характер самооценки школьников этого возраста. Резко возрастает количество негативных самооценок. Недовольство собой у детей распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебу. Стремление к самостоятельности – еще одно новообразование подросткового возраста.

Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей является одной из важнейших задач развития на этом школьном этапе. Как известно, от навыков конструктивного общения, приобретенных в младшем школьном возрасте, во многом зависит благополучие личностного развития подростка.

Создание в школе реальных условий для преодоления эгоцентрической позиции, успешное формирование («прививание») навыков эффективного сотрудничества с сверстниками (и, как следствие, выстраивание более ровных и эмоционально благоприятных отношений с ними) послужит мощным противодействием многочисленным личностным нарушениям у детей.

В Федеральном государственном образовательном стандарте указано на значимость организации образовательной деятельности школьников за рамками уроков, важность занятий по интересам, их соответствие образовательным потребностям и возможностям учащихся. Возрастает роль внеурочной деятельности, которая создает дополнительные возможности для самореализации и творческого развития каждого.

**Особенности организации образовательного процесса** – в соответствии с индивидуальными учебными планами в творческом объединении, группы сформированы одного возраста, являющиеся основным составом творческого объединения. Состав группы постоянный.

Межпредметные связи в данной программе литературы, обществознанием, музыкой и рисованием.

### **Методы и техники, используемые в программе**

1. Ролевые игры. Разыгрывание различных ситуаций, предлагаемых как этюды (например, обиженный и обидчик; учитель и ученик).
2. Дискуссии. Обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятия.
3. Рисуночная арт-терапия. Задания могут быть предметно-тематические («Я в школе», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок») и образно-тематические: изображение в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов (таких, как «Счастье», «Добро»), а также изображающие эмоциональные состояния и чувства («Радость», «Гнев», «Обида»).
4. Моделирование образцов поведения. Поскольку тревожность и страхи перед определенными ситуациями обусловлены отсутствием у младшего подростка адекватных способов поведения, нами подобраны игры и упражнения на снятие тревожности, на преодоление школьных страхов, которые позволяют преодолеть тревожность и расширить поведенческий репертуар ребенка.
5. Метафорические истории, сказки и притчи.
6. Психогимнастические упражнения.

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Я, ТЫ, ОН, ОНА»

### 5 класс

#### 1. Раздел «Моя школа – мои возможности» (7 ч)

Занятия данного раздела направлены на расширение количества знаний и представлений о себе, акцент на позитивных сторонах собственной личности. Занятия в форме коммуникативного тренинга, групповой и индивидуальной работы помогут подросткам развить такие навыки как: рефлексия, интерес к себе, самоподдержка.

#### 2. Раздел: «Моя семья – моя опора» (5 ч)

Занятия по данному разделу направлены на развитие положительных качеств личности и минимизации отрицательных. Занятия в форме коммуникативного тренинга позволят сформировать реальное представление о себе, увидеть и осознать свои способности и возможности, а также научиться развивать их.

#### 3. Раздел: «Мой выбор – моя ответственность» (8 ч)

Занятия помогут сформировать у детей навыки самоподдержки и самопомощи в стрессовых ситуациях. Эти навыки помогут подросткам научиться справляться с негативными чувствами, а также помогут выдерживать стрессовые ситуации без ущерба для собственной психики.

#### 4. Раздел: «Мои знания – моя сила» (7 ч)

Занятия раздела помогут детям понять различия и сходства разных людей и их желаний, стремлений, ценностей. В будущем эти знания помогут находить общий язык с окружающими людьми. Занятия направлены на развитие у детей интереса и уважения к чувствам, поступкам, эмоциям других людей. Предлагаемые игровые ситуации способствуют проявлению положительных сторон характера, пониманию, признанию и принятию других, тем самым, формируя социальные навыки общения.

#### 5. Раздел: «Моя семья – моя история» (5 ч)

Занятия раздела помогут детям узнать об истории своей семьи. Предлагаемые игровые ситуации и дебаты способствуют проявлению личностных качеств, которые наиболее эффективны для разрешения конфликтов.

#### Итоговое занятие (2 ч)

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «Я, ТЫ, ОН, ОНА»

Реализация программы курса внеурочной деятельности направлена на обеспечение достижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1) гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, активное участие в жизни семьи;
- обретение положительного образа семьи, родительства (отцовства и материнства), освоение традиционных семейных ценностей России;

2) патриотическое воспитание:

- осознание российской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России, ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, семейных традиций народов России;

3) духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора в семейных отношениях, готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции традиционных духовно-нравственных ценностей, а также правовых норм;

4) эстетическое воспитание:

– восприимчивость к традициям и творчеству своего и других народов, понимание ценности отечественного и мирового искусства, этнических культурных традиций и народного творчества;

5) физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

– осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;

– соблюдение правил безопасности, в том числе безопасного поведения в интернет-среде;

б) трудовое воспитание:

– установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность, уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

7) ценности научного познания:

– овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира с учетом семейных традиций народов России;

8) адаптации обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

– умение оценивать ситуацию стресса, корректировать принимаемые решения и действия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Познавательные универсальные учебные действия

Базовые логические действия:

– выявлять и характеризовать существенные признаки социальных явлений и процессов;

– выявлять дефицит информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

– делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии.

Базовые исследовательские действия:

– проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;

– самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, исследования;

– прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

– применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

– выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

– самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации;

– эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

– воспринимать и формулировать суждения, выразить эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

– выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

– распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков;

– знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

– понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

– в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

Регулятивные универсальные учебные действия

Самоорганизация:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решений в группе);
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения);
- делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль, эмоциональный интеллект:

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- регулировать способ выражения эмоций.

Совместная деятельность:

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

- осознание значимости крепкой семьи, брака как ценности в современном обществе; умение характеризовать семейные отношения как традиционную российскую духовно-нравственную ценность; осознание значимости семейных традиций в истории народов России;
- формирование понимания роли семьи в освоении норм морали и нравственности, гуманизма, милосердия, справедливости, взаимопомощи, коллективизма, преемственности истории нашей Родины;
- умение использовать цифровые технологии для создания родословной, поиска и моделирования дома, создания финансового плана семьи и др.;
- умение аргументировать роль здорового образа жизни для каждого члена семьи;
- умение выстраивать бесконфликтное общение с окружающими;
- умение решать в рамках изученного материала познавательные и практические задачи;
- овладение приемами поиска и извлечения социальной информации (текстовой, графической, аудиовизуальной) по заданной теме из различных адаптированных источников (в том числе учебных материалов) и публикаций средств массовой информации (СМИ) с соблюдением правил информационной безопасности при работе в Интернете;
- умение оценивать собственные поступки и поведение других людей с точки зрения их соответствия моральным, правовым и иным видам социальных норм.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### **5 класс**

<b>№ п\п</b>	<b>Тема учебного занятия, раздела</b>	<b>Ко-во часов</b>	<b>ЭОР/ЦОР</b>
1	Моя школа-мои возможности	7	<a href="https://ped-kopilka.ru/psihologija/klasnyi-chas-v-5-klase-razvitie-vnimaniya.html">https://ped-kopilka.ru/psihologija/klasnyi-chas-v-5-klase-razvitie-vnimaniya.html</a>
2	Моя семья – моя опора	5	<a href="https://psyjournals.ru/education21/issue/54163_full.shtml">https://psyjournals.ru/education21/issue/54163_full.shtml</a>
3	Мой выбор – моя ответственность	8	<a href="https://www.psychologies.ru/standpoint/triurovnya-prinyatiya-sebya/">https://www.psychologies.ru/standpoint/triurovnya-prinyatiya-sebya/</a>
4	Мои знания – моя сила	7	<a href="https://psy.systems/post/kak-vyrabotat-">https://psy.systems/post/kak-vyrabotat-</a>

			navyk-samopodderzhki
5	Моя страна – моя история	5	<a href="https://psychologos.ru/articles/view/otnosheniya-mezhdu-lyudmi---kakie-i-zachem-vopzn-">https://psychologos.ru/articles/view/otnosheniya-mezhdu-lyudmi---kakie-i-zachem-vopzn-</a>
	Итоговое занятие	2	

## Приложение

### Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

#### Материально–техническое обеспечение:

1. Учебный кабинет, компьютерный класс, актовый зал.
2. Классная доска, столы и стулья для учащихся и педагога, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов.
3. Компьютер, принтер, мультимедиа-проекторы, интерактивная доска, музыкальный центр.

**Информационное обеспечение:** пакет диагностических методик, электронные ресурсы.

#### Дидактические материалы:

- Картинные и картинно-динамические (картины, иллюстрации, слайды, фотоматериалы);
- Звуковые (аудиозаписи).
- Дидактические пособия (карточки, раздаточный материал, вопросы и задания для устного или письменного опроса, тесты, практические задания, упражнения).
- Тематические подборки материалов, текстов песен, стихов, сценариев, игр.

#### Программно-методическая литература:

1. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. (А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков) М.: Просвещение.
2. Программы внеурочной деятельности (Григорьев Д.В., Степанов П.В).
3. Григорьев Д.В. «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя». М.: Просвещение.
4. Григорьев Д.В. Воспитательная система школы: от А до Я. Серия «Воспитание в современной школе» / Д.В. Григорьев, И.В. Кулешова, П.В. Степанов. - М.: Просвещение.

#### Методическая литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов. - М.: Академический Проспект.
2. Грецов А. Тренинг общения для подростков. - СПб: Питер.
3. Коблик Е.Г. Первый раз пятый класс! - М.: Владос.
4. Королева Е.В. Проблемные ситуации в школе и способы их решения. - М.: Генезис.
5. Методическое пособие для педагогов по курсу «Основы социализации личности» / Под редакцией Н.Р. Огневой. - Томск.
6. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пятакова О.М.; под общей редакцией Битяновой М.Р. – СПб: Питер.
7. Фоппель К. Сплоченность и толерантность в группе. - М.: Генезис.
8. Фоппель К. Чтобы дети были счастливы. - М.: Эксмо-Пресс.
9. Шилова Т.А. Диагностика психолого-социальной дезадаптации. - М.: Владос.
10. Шишкова Т.А. Осложненное поведение подростков. - М.: Эксмо-Пресс, 2006.

#### Дополнительная литература

1. Алан Пиз. Язык телодвижений: как читать мысли других по их жестам. - М.: Генезис.
2. Прутченков А.С. Свет мой зеркальце скажи... - М.: Владос.
3. УМК «Все цвета, кроме черного» (4-6 классы). Научный руководитель проекта - член-корреспондент РАО, лауреат Премии Президента России М.М. Безруких, Составители: Макеева А.Г., Филиппова Т.А.