

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Нукутская средняя общеобразовательная школа

Принято
на педагогическом совете
МБОУ Нукутская СОШ
Протокол № 4 от 31 августа 2022 г.



Утверждаю
Директор
О.В. Каймонов
О.В. Каймонов
«31» августа 2022 г.

**Рабочая программа внеурочной
деятельности
для обучающихся 1- 3 класса
«Все цвета, кроме чёрного»**

Разработала:
Ажеева Инна Владимировна

2022-2023 учебный год

Оглавление

Пояснительная записка.....	3
Календарно – тематическое планирование.....	5
Методическое обеспечение.....	8
Список литературы.....	8

Пояснительная записка

Данная программа предназначена для обучения младших школьников в образовательных учреждениях начального общего образования на основе линии УМК «Все цвета, кроме черного» М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А.Филипповой.

Программа имеет социально - педагогическую направленность. Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для нормального физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития. Ситуация с потреблением алкоголя, наркотиков среди детей остается катастрофической.

Новизна программы «Все цвета, кроме черного» обусловлена комплексными мерами противодействия злоупотреблению наркотиками. Поэтому я решила скорректировать программу М. М. Безруких «Все цвета, кроме черного» по предупреждению появления у детей вредных привычек: курения, употребления алкоголя и наркотиков.

Актуальность данной проблемы обусловлено тем, что в условиях трансформации современного общества возникает ряд проблем: детская преступность, алкоголизм и наркомания.

Все это вызывает серьезную озабоченность и беспокойство школы, социальных учреждений. Вопросов много. Одно можно сказать, что оставленные без внимания дети, если ничего не изменить, составят угрозу для общества.

Цель Программы — формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Данная цель направлена на реализацию следующих задач:

- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умений оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- формирование представлений об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умений строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умений противостоять негативному давлению со стороны окружающих;

- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении знаний;
- просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждения вредных привычек.

Возрастные особенности:

Программа рассматривает проблемы профилактики вредных привычек и формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников. Данный курс рассчитан на детей в возрасте 7 - 9 лет. Однако нижняя граница может быть расширена в том случае, если ведущий курса уверен, что ему удастся заинтересовать детей младшего возраста.

Размер группы обучения является важным фактором. Эффективность профилактической работы в группе, в которой больше 9 и меньше 16 человек, более высокая.

В группу входят мальчики и девочки как из нормативных семей, так и из семей группы риска.

Тематическое планирование в начальной школе рассчитано на 1 час в неделю на протяжении учебного года.

Время, отведенное на занятия, предусматривает теорию и практику. Учебный план и программа первого года обучения (1 класс) предусматривает знакомство детей со своим телом, азбукой здоровья - сообщения им о еде, витаминах, одежде, о себе. Деятельность направлена на укрепление здоровья и профилактику его нарушения. Практические занятия «Учусь понимать себя» помогут детям узнать себя, понять свои чувства, настроение, научиться рассказывать о себе другим. Дети должны почувствовать, что не нужно стесняться своих чувств, но необходимо управлять ими.

Учебный план и программа второго года обучения (2 класс) предусматривает дальнейшее совершенствование, расширение знаний полученных ранее, совершенствование знаний и умений, необходимых каждому человеку. Практические занятия «Учусь понимать других» направлены на развитие у детей интереса и уважения к чувствам, поступкам, эмоциям других людей. Важно, чтобы дети умели не только позитивно относиться к себе, но и строить конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми.

Учебный план и программа третьего года обучения (3 класс) предусматривает дальнейшее совершенствование навыков и умений, полученных на занятиях первого и второго года. Практические занятия «Учусь общаться» направлены на формирование навыков общения, а также способности оценивать свое поведение, самостоятельно принимать решения

и формирование способностей противостояния негативным влияниям внешней среды.

Формы проведения занятий:

Игра, игра-тренинг - психологическая разминка обучающихся.

Круг - подчеркивает демократичность, что является важнейшим условием создания безопасности и доверительной обстановки в группе.

Анкетирование - позволяет лучше ориентироваться в ситуации.

На занятиях обучающиеся осваивают несколько видов игр.

Сюжетно - ролевая игра:

3 класс «Испуганный ежик», «Просьба», «Отказ».

Игра по правилам: 1-2 класс «Твоё настроение».

3 класс «Твоя работоспособность», «Сделаем вместе», «Поддержка».

Образно ролевая игра:

2 класс «Послушай меня», «Пушистый котенок». В них ребенок воображает себя кем угодно и чем угодно.

Прогнозируемый результат

Уровень 1. Приобретение умений тренировать свою память, внимание, мышление.

Знать полезные и вредные привычки. К концу обучения обучающиеся будут знать:

- полезные и вредные привычки;
- основные режимные моменты;
- от чего зависит здоровье человека;
- как улучшить настроение;
- упражнения для тренировки внимания, памяти.

Уметь:

- планировать свое время;
- тренировать свою память, мышление;
- улучшать свое настроение.

Владеть:

- основными упражнениями по тренировке памяти, внимания;
- практическими упражнениями, помогающими заботиться о своем здоровье.

Уровень 2.

Развитие коммуникативных способностей, общение друг с другом. Приобретение школьниками опыта общественной деятельности, работы в коллективе, опыта заботы о младших.

Предметными результатами занятий по программе «Все цвета, кроме черного» являются:

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;

- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;

- сформированность важнейших учебных умений и действий.

Метапредметными результатами являются:

- культурно- познавательная, коммуникативная компетентности;

- приобретение опыта в преодолении возникших трудностей;

- расширение кругозора, сферы актуальных интересов и способностей.

Личностными результатами занятий являются:

-обучение планированию, самоконтролю и взаимоконтролю;

-развитие способности эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;

- формирование установки на здоровый образ жизни;

Развитие личностных ресурсов детей за счет расширения кругозора, сферы актуальных интересов и способностей.

Подведением итогов курса является проведение волшебного экзамена, предполагающего получение обратной связи от обучающихся.

Материально – техническое обеспечение

Курс не требует большого количества специального оборудования. Самым сложным аппаратом является слайд - проектор. Мебель должна быть легкой, чтобы ее можно было легко убрать во время игры. Достаточно одних стульев. Можно обойтись ковром на полу. Самым необходимым материалом являются бумага, карандаши, краски, фломастеры, мяч, рабочая тетрадь ученика является абсолютно необходимой.

Содержание курса 1 год обучения

Тема 1. Уроки здоровья

Цель: формировать умения анализировать свой режим дня, его соответствие требованиям и нормам здорового образа жизни; представление, что неправильно организованный режим дня может стать причиной школьных трудностей; оказание помощи самостоятельно определять и формулировать трудности, возникающие в школе и дома при выполнении домашних заданий. Формирование представления о необходимости особенно бережного отношения к собственному здоровью в период роста; рассказать детям о различных изменениях, которые происходят в их организме; познакомить с приемами определения функционального состояния организма

Тема 2. Учусь понимать себя

Цель: Развитие навыков оценки своего настроения, обучение обучающихся элементарным приемам, помогающим снять напряжение, регулировать настроение. Обучающиеся узнают себя, понимают свои чувства, настроение,

на занятиях учатся рассказывать о себе другим. На практических занятиях учатся управлять своими чувствами.

Тема 3. Волшебный экзамен

Цель: Подведение итогов пройденного.

2 год обучения

Тема 1. Уроки здоровья

Цель: формирование представлений об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об особенностях познания окружающего мира с их помощью. Оказание помощи детям в осознании необходимости осторожного обращения с неизвестными веществами.

Тема 2. Учусь понимать других

Цель: Развитие умения анализировать чувства других людей или литературных героев; научить детей анализировать свои чувства. Развитие коммуникативных способностей обучающихся, обучение взаимодействию друг с другом, выражению различных эмоциональных состояний. Развитие интереса к тому, что думают и чувствуют другие люди, как они выражают свои чувства, а также умения адекватно оценивают поступки других людей. Формирование понятия о хороших и плохих поступках. Развитие умения прогнозировать последствия поступков.

Тема 3. Волшебный экзамен

Цель: Подведение итогов пройденного.

3 год обучения

Тема 1. Уроки здоровья

Цель: Формирование представлений о привычках, их значении в жизни человека. Развитие умения выработать полезные привычки, выработать умение проявлять силу воли и твердость.

Тема 2. Учусь общаться

Цель: Способствование становлению внутригрупповых контактов, доброжелательной, спокойной, искренней обстановки в группе. Формирование навыков общения, а также способов оценивать свое поведение, самостоятельно принимать решения, отвечать за свои поступки. Обобщение знаний, освоенных на предыдущих этапах обучения, на новом уровне рассматриваются вопросы формирования характера, силы воли, дружбы, межличностных отношений.

Тема 3. Волшебный экзамен

Цель: Подведение итогов пройденного.

Календарно – тематическое планирование 1 год обучения

№	Наименование тем и разделов	Количество часов	Дата проведения
I	Уроки здоровья	10	
1.	Знакомство - презентация	1	
2.	Главный лепесток цветика – семицветика	1	
3.	Как черные братья решили мир завоевать	1	
4.	Планета по имени я	1	
5.	Физкульт – ура!	2	
6.	Главная одежда человека	2	
7.	Полезно и вкусно	2	
II	Учусь понимать себя	22	
1.	Твои новые друзья	2	
2.	Как ты растешь	2	
3.	Что ты знаешь о себе	2	
4.	Твоё настроение	2	
5.	Как ты познаешь мир	3	
6.	Твои чувства	2	
7.	Как изменяется твое настроение	2	
8.	Твои поступки. Просмотр мультфильма.	2	
9.	Твои привычки	2	
10	Игра «твой день»	2	
III	Волшебный экзамен	2	
1.	Игры, конкурсы	2	

Календарно – тематическое планирование 2 год обучения

№	Наименование тем и разделов	Количество часов	Дата проведения
I	Уроки здоровья 10	10	
1.	О жителях страны Здоровья	1	
2.	О злых чародеях Алкоголе и Никотине	1	
3.	Как работает наш организм	1	
4.	Физкульт - ура!	2	
5.	Законы питания	2	
6.	Таинственный незнакомец	1	
7.	Золотые ключики к сердцам людей	2	
II	Учусь понимать других	20	
1.	Что изменилось за год	2	
2.	Как научиться разговаривать с людьми	3	
3.	Что такое интонация	3	
4.	Как научиться преодолевать трудности вместе	3	
5.	Как понять друг друга без слов	3	
6.	Для чего нужна улыбка	3	
7.	Умеешь ли ты дружить	3	
III	Волшебный экзамен	4	
1.	Конкурс знатоков	3	
2.	Итоговое занятие	1	

Календарно – тематическое планирование 3 год обучения

№	Наименование тем и разделов	Количество часов	Дата проведения
I	Уроки здоровья	12	
1.	Сделай правильный вывод (о еде)	2	
2.	Умей сказать «Нет!»	1	
3.	Дари сердечное тепло	1	
4.	Прощай тетушка скука!	2	
5.	Мы сильнее черных братьев	2	
6.	Посеешь привычку - пожнешь характер	1	
7.	Моя семья	2	
8.	Давай дружить	1	
II	Учусь общаться	20	
1.	Что вы знаете друг о друге	2	
2.	Твой класс	2	
3.	Кто твой друг	2	
4.	Как научиться жить дружно	2	
5.	Как помириться после ссоры	2	
6.	Какой у тебя характер	2	
7.	Как воспитать свой характер	2	
8.	Как сказать «нет» и отстоять свое мнение	3	
9.	Фантастическое путешествие	3	
III	Волшебный экзамен	2	
1.	Конкурс знатоков	1	
2.	Игры I	1	

Методическое обеспечение

Комплект состоит из методического пособия для учителей, брошюры для родителей, рабочих тетрадей для учащихся 1-3 классов.

Программа «Все цвета, кроме черного», подготовлена в рамках федеральной целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2011-2015 годы».

Список используемой литературы

1. М. М. Безруких, А. Г. Макеев, Т. А. Филиппова - «Все цвета, кроме черного» Москва центр «Вентана-Граф» 2003г.
2. И. В. Плющ, А. П. Третьякова, Н. О. Герьянская - «Организация деятельности по профилактики злоупотребления психоактивных веществ в образовательных учреждениях» Новосибирск НИПК и ПРО 2004г