

Рассмотрено:

Зам. директора по ВР

Н.Б. Хамнуева Хамнуева Н.Б.

«*28*» *августа* 2023г.

Согласовано:

Зам. директор по УВР

Т.В. Ангарова Ангарова Т.В.

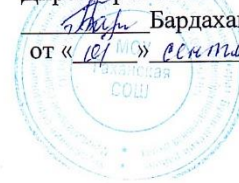
«*01*» *сентября* 2023г.

Утверждено:

Директор школы

Л.С. Бардаханова Бардаханова Л.С.

от «*01*» *сентября* 2023г.



**Муниципальное общеобразовательное учреждение
Гаханская средняя общеобразовательная школа**

Рабочая программа
Курса внеурочной деятельности по
«Все цвета кроме черного»
Для обучающихся 5-9 классов

Составитель: Хамнуева Н.Б.,
зам.директора по ВР

2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по кружку для 5-9 классов составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1.1 Нормативно-правовыми документами федерального уровня:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 06.10.2009 № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрированного в Минюсте России от 22.12.2009 № 15785).
- Приказом Минобрнауки России «О внесении изменений в федеральный государственный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г. №1576».
- Письмом департамента общего образования Министерства образования и науки РФ от 12.05.2011г. №03-96 «Об организации внеурочной деятельности при введении ФГОС общего образования»;
- Письмо Минобрнауки России от 14.12.2015 № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»

1.2 Нормативными правовыми документами локального уровня:

- -Письмом Министерства образования Иркутской области от 14.11.2011г. №55-37-8480/11 «О планировании и организации урочной и внеурочной деятельности»;

1.3 Нормативными правовыми документами локального уровня:

- Уставом МОУ Гаханская СОШ
- Основной общеобразовательной программой начального общего образования МОУ Гаханская СОШ;
- План внеурочной деятельности МОУ Гаханская СОШ (приложение к учебному плану).

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1ч/нед).

Рабочая программа разработана на основе авторской программы М.М. Безруких «Все цвета, кроме чёрного». Срок реализации программы 1год. Программа рассчитана на детей 10-15 лет.

Программа имеет социально - педагогическую направленность. Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемая программа занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, 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 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 программы: формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников через создание условий для их успешной адаптации к школьной жизни, формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе; формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему.

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. Формировать терпимость к мнению собеседника.
6. Корректировать у детей нежелательные черты характера и поведения.
7. Расширить знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила.
8. Расширять пассивный и активный словарь обучающихся.

Описание места предмета в учебном плане

Программа изучается один час в неделю (34ч в год).

Форма обучения: игры, инсценировки, тренинги, беседы.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;
- извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста
- определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя
- учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению
- строить речевое высказывание в устной форме

Познавательные УУД:

- уметь распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя
- учиться исследовать свои качества и свои особенности
- учиться рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя
- учиться наблюдать
- моделировать ситуацию с помощью учителя

Коммуникативные УУД:

- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах
- учиться работать в паре и в группе
- выполнять различные роли
- слушать и понимать речь других ребят

- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

Личностные результаты

- Знать:**
- о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;
 - правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;
 - правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению;
- Уметь:**
- анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели
 - налаживать контакт с людьми;
 - соблюдать правила игры и дисциплину;
 - правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
 - выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.

Содержание рабочей программы

1. Твои новые друзья (4 ч)

Цели: способствовать формированию дружеских отношений в классе; овладению навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми; формирование умений соблюдать правила игры и дисциплину; формирование умений правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку).

2. Я – школьник (3 ч)

Цели: содействовать осознанию позиции школьника, формирование мотивации учения.

3. Как ты познаёшь мир (4 ч)

Цели: развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях; учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.

4. Я и другие (6 ч)

Цели: развивать уверенность в себе, развитие навыков самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми.

5. Как ты растёшь (6 ч)

Цели: расширить знания детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила.

6. Познай себя. Твои чувства. (11ч)

Цели:

- рассмотреть особенности содержательного наполнения радости, страха, гнева;
- обучать распознаванию и описанию своих чувств и чувств других людей;
- помочь детям осознать относительность оценки чувств;
- способствовать снижению уровня страхов;
- формирование умения справляться с негативными эмоциями.

Календарно-тематическое планирование

№	Тема занятия	Дата
Твои новые друзья. (4 ч)		
1	Давайте познакомимся.	
2	Играть вместе веселее.	
3	Ссориться не будем!	
4	Земля – наш общий дом.	
Я – школьник. (3 ч)		
5	Адрес школы (целевая прогулка)	
6	Собираемся в школу	

7	Урок и перемена	
Как ты познаёшь мир. (4 ч)		
8	Грамоте учиться всегда пригодится.	
9	Дом без книги, что без окон.	
10	Мои помощники.	
11	Как стать внимательным и наблюдательным?	
Я и другие. (6 ч)		
12	Дал слово - держи	
13	«Ему, как с гуся вода»	
14	В правде - сила	
15	Уважай себя, будут уважать и люди тебя.	
16	Кому можно доверять	
17	Твёрдое слово «нет!»	
Как ты растёшь. (6 ч)		
18	Режим дня.	
19	Полезно и вкусно.	
20	Если хочешь быть здоров...	
21	Движение – рецепт здоровья.	
22	Нет здоровья – нет счастья.	
23	Вредные привычки.	
Познай себя. Твои чувства. (11 ч)		
24	Что такое эмоции и зачем они нужны	
25	Способы выражения эмоций	
26	Мимика в рисунках.	
27	«Кого или чего я боюсь»	
28	Учимся быть смелыми.	
29	Мы стали смелее!	
30	Зависть здоровье забирает.	
31	Кто гнев умиряет, тот сильным бывает.	
32	От чего зависит настроение.	
33	Игра «Разыщи радость».	
34	Игра «Разыщи радость».	

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение внеурочной деятельности:

1. М.: Вентана-Графф, 2002
2. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Все цвета, кроме чёрного Рабочая тетрадь «Учусь понимать себя»: 2 класс: - М.: Вентана-Граф, 2012
3. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова «Все цвета, кроме чёрного». Книга для родителей М.: Вентана-Граф, 2006
4. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь школьника 1 класс - М.: Генезис, 2012.
5. Я и другие. Комплект наглядных пособий. Изд.Х.: Ранок, 2010
6. В мире мудрых пословиц. Комплект наглядных пособий. Изд.Х.: Ранок, 2010
7. Коррекционно-развивающая работа с детьми разных типов темперамента. Рекомендации педагогам и родителям. В 2-х частях / Авт.-сост. Е.И. Нерославская. – Волгоград: ИТД «Корифей», 2011
8. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: