

Согласовано  
Зам. директора МБОУ «СОШ №18»  
Энгельсского муниципального района  
Полищук /С.В.Полищук/

Утверждаю  
Директор МБОУ «СОШ № 18»  
Энгельсского  
муниципального района  
Слугина /Е.Л.Слугина/  
Приказ № 423 от 01.09.17.



### **Рабочая программа по внеурочной деятельности**

по социально - оздоровительному направлению развития личности  
курс «Все цвета, кроме черного»  
для обучающихся 4 в класса МБОУ «СОШ №18»  
Энгельсского муниципального района  
2017/2018 учебный год

Тип программы: модифицированная  
Составитель: Долматова Л.В,  
учитель начальных классов

### 3. Пояснительная записка

**3.1.** Рабочая программа по курсу «Все цвета, кроме чёрного» для 4 в класса МБОУ «СОШ № 18» разработана на основе линии УМК «Все цвета, кроме черного» М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А. Филипповой.

В таких современных условиях жизни, как информационное изобилие, дестабилизация семейных отношений, эмоциональная сфера ребенка подвергается перегрузкам. Результат подобных неблагоприятных воздействий – обилие негативных реакций: нетерпимость, бесчувственность, агрессивность.

Актуальность данной проблемы возрастает в связи с недостаточностью внимания взрослых на эту сторону психической жизни ребенка.

Необходимость введения курса обусловлена несколько иным подходом обучения и воспитания таких детей – это и своевременное выявление трудностей обучения, общения ребенка в коллективе, оперативная помощь и коррекция в совокупности с индивидуальным подходом к каждому ребенку.

В условиях реализации требований ФГОС НОО возникла необходимость рассмотрения вопросов сохранения и укрепления здоровья младших школьников.

**3.2. Цель** курса — формирование позитивного мироощущения, выработка у детей навыков эффективной социальной адаптации, позволяющей находить удовольствие от жизни как таковой и в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

. Реализация курса предполагает решение следующих образовательных, воспитательных и организационных **задач**:

- формирование представления об опасности наркотизации для физического и социального здоровья человека;
- развитие у детей и подростков умения оценивать свои действия и поступки, прогнозировать их возможные результаты, формирование представления о личной ответственности за своё поведение;
- развитие ценностного отношения к своему здоровью, готовности заботиться и укреплять здоровье;
- развитие навыков эффективной социальной адаптации у детей и подростков;
- развитие сферы интересов и увлечений у детей и подростков;
- развитие сотрудничества школы и семьи учащихся, формирование единого воспитательного пространства, в котором осуществляется педагогическая профилактика;
- развитие и укрепление внутрисемейных связей учащихся и их родителей.

**3.3.** Программа имеет социально - педагогическую направленность. Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для нормального физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития. Актуальность данной программы обусловлена тем, что в условиях

трансформации современного общества возникает ряд проблем: детская преступность, алкоголизм и наркомания. Курс «Все цвета, кроме черного» - это комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту. Содержание курса «Все цвета, кроме чёрного» отвечает следующим принципам:

- возрастной адекватности — используемые формы и методы обучения соответствуют психологическим особенностям детей младшего школьного возраста;
- научной обоснованности — содержание комплекта базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
- практической целесообразности — содержание комплекта отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у детей навыков эффективной социальной адаптации, предупреждением раннего приобщения к одурманивающим веществам;
- динамическому развитию и системности — содержание комплекта, цели и задачи обучения на каждом из последующих этапов определяются теми сведениями, оценочными суждениями и поведенческими навыками, которые уже были сформированы у детей в ходе реализации предыдущего этапа. Учебные задачи всех тем взаимосвязаны друг с другом;
- необходимость и достаточность предоставляемой информации — детям предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, т. е. имеет для них практическую значимость;
- модульность структуры — учебно-методический комплект может быть реализован на базе традиционных образовательных курсов, в факультативной работе, при включении в базовый учебный план, во внеклассной работе;
- вовлеченность в реализацию тем программы родителей учащихся.

Предлагаемая программа предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста, направлена на решение проблемы адаптации младших школьников, снижение у них состояния психического дискомфорта, эмоционального напряжения.

Содержание данной программы взаимосвязано с учебными предметами, фрагментарно «Игровую психотерапию» можно применять во внеклассной работе и как элементы разгрузки обучающихся на уроках.

**3.4** Программа рассчитана на 34 часа в год. На изучение курса «*Все цвета кроме черного*» в 4в классе выделяется 34 часа. Занятия проходят один раз в неделю во внеурочное время. Занятия проводятся в классах начальной школы, на свежем воздухе. Продолжительность одного занятия 45 минут.

Реализация программы предусматривает проведение практических работ, тренингов, бесед, драматизации, рисование, музыкальную терапию, различные методики определения и коррекции внимания, памяти, мышления, предусмотрены большие возможности для самостоятельной работы, используются игры для активного отдыха, коммуникативно-лингвистические, психотехнические, оздоровительные, для интенсивного отдыха.

.Форма учёта умений и навыков – анкетирование, тестирование.

Диагностические и контролирующие материалы для оценки планируемых результатов освоения программы:

Методика «Моя семья» - оценка взаимоотношений в семье.

Методика «Цветовых выборов» - оценка актуального эмоционального состояния.

Методика «Что мне нравится в школе» - оценка сформированности мотивации.

Методика обратной связи В.А. Корневской «Сказка» - оценка комфортности обучения в школе.

Методики на оценку познавательных способностей.

Методика «Социометрия» - оценка взаимоотношений в коллективе

**3.5.** В результате реализации программы обеспечивается достижение обучающимися воспитательных результатов и эффектов деятельности, которые распределяются по трем уровням.

**Первый уровень результатов** — приобретение обучающимися социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни (2 класс).

**Второй уровень результатов** — получение обучающимся опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищённой, дружественной просоциальной среде, в которой ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает) (3 класс).

**Третий уровень результатов** — получение обучающимся опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии юный человек действительно становится (*а не просто узнаёт о том, как стать*) гражданином, социальным деятелем,

свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде (4 класс).

### **3.6. Форма подведения итогов**

- открытые занятия;
- театрализованное представление для обучающихся школы;
- выставка творческих работ для ребят подготовительной группы детского сада;
- итоговое тестирование, позволяющее определить уровень развития коммуникативных навыков, эмоциональное состояние, уровень адаптации к школьному обучению.

### **3.7. Планируемые результаты .**

В результате освоения программы у выпускников будут сформированы следующие универсальные учебные действия:

#### ***выпускник научится:***

##### *познавательные*

- делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях

#### ***у выпускников будут сформированы:***

##### *личностные*

- эмпатия как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- развитие эстетических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения;
- установка на здоровый образ жизни

#### ***выпускник научится:***

##### *регулятивные*

- уметь планировать, прогнозировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей;
- уметь оценивать, контролировать и корректировать свои действия;

#### ***выпускник научится:***

##### *коммуникативные*

адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологические высказывания;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве с учителем и сверстниками, уметь разрешать конфликты;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной

деятельности

В результате освоения программы :

***выпускник получит возможность научиться:***

- иметь представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- уметь делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

***выпускник получит возможность для формирования:***

- эмпатии, как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- установки на здоровый образ жизни и реализации ее в реальном поведении и поступках:
- преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия

***выпускник получит возможность научиться:***

- учитывать и координировать в сотрудничестве позиции других людей, отличные от собственной;
- учитывать разные мнения и интересы обосновывать свою позицию;
- продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учета интересов и позиций всех участников.

Учебно – тематический план

	Содержание	Количество часов	Теория	Практика
1	Что вы знаете друг о друге	1		1
2.	Твой класс.	1		1
3-4	Кто твой друг.	2	1	1
5-10.	Как научиться жить дружно.	6	3	3
11-16	Как помириться после ссоры.	6	3	3
17-20	Какой у тебя характер.	4	2	2
21-26	Как воспитывать свой характер.	6	3	3
27-33	Как сказать «нет».и отстаивать свое мнение.	7	3	4
34	Фантастическое путешествие.	1	1	
	Всего:	34 часа	17	17

## Содержание программы

### 1. Что вы знаете друг о друге (1 час)

На этом занятии ребята научатся рассказывать о себе, с их интересах, увлечениях, интересах и увлечениях своих одноклассников.

Заполнение дневника наблюдений в течение года и сравнение результатов с прошлогодними помогут детям увидеть происходящие изменения в своем умственном и физического развитии.

В возрасте 10—11 лет у девочек начинается период полового созревания, они опережают мальчиков по физическому развитию — обгоняют их по росту и массе тела. С этим связаны и психологические изменения: девочки могут неадекватно реагировать на замечания, проявляя повышенную ранимость.

Начало полового созревания у мальчиков — 13—13,5 года.

В этом возрасте ребята пристрастно оценивают себя, свое поведение, поступки.

Гормональная перестройка, обусловленная началом периода полового созревания, часто вызывает повышенное возбуждение, нарушение концентрации внимания, отрицательно сказывающиеся на учебе и общении со сверстниками и взрослыми.

Именно поэтому очень важно научить детей быть отзывчивыми и внимательными, интересоваться занятиями и увлечениями друг друга.

Задача педагога — сформировать у детей адекватную оценку себя и других, которая поможет избежать многих проблем в подростковом возрасте, в том числе связанных с самоутверждением путем употребления психоактивных веществ.

### 2. Твой класс (1 час)

Выполнив задание 1, ребята увидят, что в одной команде с ними оказались не только их друзья, но и те, кого выбрали их друзья. Важно научиться работать вместе не только со своими друзьями, но и с друзьями своих друзей. Этот вывод должны сделать учащиеся.

Следует особо подчеркнуть необходимость деликатного отношения к результатам этого задания. Авторы сознательно дали только одну графу — «С кем бы ты хотел оказаться в одной команде?». Не следует обсуждать, кого ребята не взяли бы в свою команду. В классе могут оказаться дети, с которыми мало кто дружит или не дружит никто. Коллективное обсуждение этой проблемы может не только нанести психологическую травму таким детям, но и закрепить сложившуюся ситуацию.

«Цветовая карта настроения класса» поможет детям увидеть, какое настроение преобладает в коллективе, как оно зависит от школьных происшествий, понять необходимость бережного отношения к настроению и чувствам других людей (одноклассников).

### 3. Кто твой друг (2 часа)

В ходе занятия учащиеся обсуждают, какие качества и черты характера они ценят в друзьях, вспоминают 10 «правил дружбы», с которыми

познакомились в 3 классе. Важно объяснить детям, что главное не просто знать и помнить законы дружбы, но следовать им в жизни.

Задания, построенные на основе литературных произведений, показывают, как по-разному ведут себя герои в схожих ситуациях, ставят перед детьми вопросы о том, кто из героев настоящий друг и как узнать настоящего друга. Можно обсудить с детьми и другие литературные произведения, в которых поднимаются вопросы дружбы. Критерии дружных отношений ребята формулируют сами.

Предложите учащимся дописать предложение «Друг — это тот, кто...».

### **Информационная справка**

*Дружба* — близкие отношения, основанные на общности интересов, взаимном доверии и поддержке.

Именно в школе дети приобретают друзей, которые остаются на долгие годы. Потребность в друзьях, дружеских отношениях является очень естественной и актуальной в младшем школьном возрасте.

В то же время детям необходимо объяснить разницу между дружбой, в которой складываются равноправные взаимоотношения, и отношениями давления одних детей на других, подчинения более слабых. Умение отличать такие отношения может быть профилактикой появления в классе неформальных лидеров с асоциальными формами поведения, в частности использующих психоактивные вещества.

В представлениях о дружбе преобладают два мотива: требование взаимопомощи и верности, в том числе умение хранить тайны, и ожидание сочувствующего понимания со стороны друга.

### **4. Как научиться жить дружно (6 часов)**

В ходе занятия при выполнении заданий можно обсудить причины, из-за которых чаще всего возникают ссоры.

### **5. Как помириться после ссоры (6 часов)**

Непонимание, затяжные ссоры с друзьями и близкими, неумение выйти из конфликта — факторы риска, источники психологического дискомфорта, вынуждающие ребенка искать понимание, поддержку в иной среде, зачастую в неблагоприятной среде ребят более старшего возраста, уже имеющих опыт употребления наркотических веществ, как средств, снимающих напряжение и стресс.

Можно научить ребенка выражать свои чувства без агрессии даже в ситуации, когда он рассержен или обижен.

Взрослые не должны никогда, даже в конфликтной ситуации, оставлять ребенка одного.

Если ребенок чувствует себя одиноким, никому не нужным, улица и уличная компания могут стать его единственным убежищем. Вот почему важно научить ребенка мириться, не считать инициативу в примирении проявлением слабости.

Важно дать детям возможность проиграть ситуации примирения, оказываясь в роли то взрослых, то самих себя. Это закрепит изученные

формулы примирения, раскрепостит ребят, так как в игре проще преодолеть неловкость ситуации.

Задания, предложенные в тетради, помогут закрепить полученные знания и навыки. Дайте возможность детям самостоятельно анализировать ситуации, предлагать свои варианты решения.

#### **6. Какой у тебя характер( 4 часа)**

От понимания ребенком сильных и слабых сторон своего характера во многом зависит его реакция на сложные жизненные ситуации. Формирование сильных сторон характера человека требует серьезных усилий и значительного времени. Именно поэтому детям необходимо научиться анализировать свой характер. Осознанная, по возможности объективная оценка своих сильных и слабых сторон поможет ребенку обрести уверенность в себе.

На этом занятии затрагиваются сложные проблемы, делаются выводы, способствующие более глубокому пониманию связи характера, привычек и поведения.

Понять сущность тех или иных черт характера проще, если проанализировать конкретные примеры.

#### **7. Как воспитывать свой характер(6 часов)**

Представление о возможности воспитывать в себе определённые черты характера. Сила воли и твёрдость характера.

#### **8. Как сказать «нет» и отстаивать свое мнение(7 часов)**

Обучение умению отстаивать своё мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников. Критическое оценивание ситуаций и поступков других людей. Игра «Да» и «нет»- не говорить!»

#### **9. Фантастическое путешествие (1 час)**

Проблемы сохранения здоровья, экология. Игра «Воздушные шарики»

## Методическое обеспечение программы

Работа с детьми предполагает как групповые занятия, так и индивидуальные. Большинство занятий носит игровой характер, выполняя их подростки, могут проявить свои творческие, организационные способности.

Формы проведения занятий:

- лекции;
- самостоятельные работы;
- практические работы;
- проектная деятельность;
- тренинги;
- тестирование;
- коллективно-творческие дела (КТД);
- деловые игры;
- релаксация.

Материально-техническое обеспечение:

1. Необходимые материалы: бумага формата А3, шариковые ручки, маркеры, цветные карандаши, газетная бумага, ватман.
2. Технические средства: компьютер, проектор для демонстрации презентации курса «Все цвета, кроме черного».

## Список литературы

1. М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Все цвета, кроме черного» Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников: Пособие для педагогов. – М.: Вентана-Граф, 2007. – 64 с. – 2007г.
2. М.М.Безруких, А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова «Все цвета, кроме черного» Москва центр Вентана-Граф 2003г.
3. М.М.Безруких , А.Г.Макеева, Т.А.Филиппова. Учусь понимать себя. Рабочая тетрадь. - М.: Вентана-Граф, 2014. – 64 с. – 2014г.