

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Степановская средняя общеобразовательная школа»
Верхнекетского района Томской области

УТВЕРЖДАЮ
директор МБОУ
«Степановская средняя
общеобразовательная школа»
В.В. Исакова
Приказ № 87 от 31.08.2020 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по внеурочной деятельности**

«Полезные привычки»
для 2-3 классов

Количество часов -34

Учитель: Решетникова Екатерина Юрьевна

Срок реализации -1 год

Планирование составлено на основе: профилактической программы
«Полезные привычки» под редакцией Т.Б. Гречаной Л. И.Ивановой
(издательство Москва "Просвещение 2012г.)

2020г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа внеурочной деятельности «Полезные привычки» является компилятивной и разработана на основе профилактической программы «Полезные привычки» под редакцией Т.Б. Гречаной Л. И.Ивановой (издательство Москва "Просвещение 2012г.) соответствует требованиям ФГОС и реализуется в рамках социального направления внеурочной деятельности.

Актуальность программы заключается в том, что в настоящее время состояние здоровья школьников внушает обоснованную тревогу и требует принятия срочных мер по охране и укреплению здоровья в процессе обучения. Высокая интенсивность учебного процесса не позволяет в должной мере учесть индивидуальные особенности ребёнка и, таким образом, приводит к высокой заболеваемости детей, нервно-психическим нарушениям, снижению сопротивляемости заболеваниям, утомляемости, перенапряжению, а значит и к снижению качества обучения. В связи с этим программа «Полезные привычки» направлена на укрепление здоровья учащихся и предполагает овладение детьми навыка «здорового образа жизни».

Возраст первой пробы табака и алкоголя совпадает с периодом обучения в начальной школе, с возрастом распространённость употребления психоактивных веществ среди друзей и давление на подростков возрастают. Несмотря на знания о вреде психоактивных веществ для здоровья, неодобрение их употребления с возрастом ослабевает. Опрос учителей и родителей показал, что потребность в превентивном обучении высока.

Целью данной программы является овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других ПАВ.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих основных задач:

1. Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащегося путем обсуждения проблем, связанных с алкоголем и курением.
2. Учить детей понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
3. Учить детей эффективно общаться.
4. Помочь школе и родителям в предупреждениях приобщения учащихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Данная программа предназначена для обучающихся 2-3-х классов и рассчитана на 1 час в неделю, что составляет 34 часа в год.

Программа состоит из 5 содержательных разделов:

1. Вкусы и увлечения
2. Интересные занятия
3. Учуь понимать людей
4. Опасные и безопасные ситуации
5. Учуь принимать решения

В первом разделе у учащихся формируются первичные общие представления о разнообразии вкусов и увлечений.

Второй раздел предмета дает возможность узнать, что у одноклассников можно многому научиться.

Третий раздел предмета познакомит с вербальными и выразительными движениями как невербальными средствами общения. Покажет, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов общения.

Четвертый раздел посвящен обсуждению опасных и безопасных ситуаций.

Цель пятого раздела способствовать рациональному принятию решений в опасных ситуациях.

По окончании учебного года учащиеся должны знать:

- комплексы расслабляющей гимнастики;

- правила поведения в малых группах;
- приемы вербального и невербального общения;
- негативное значение алкоголя и табака на организм;
- значение положительных эмоций на здоровье человека;
- причины возникновения конфликтов;
- способы избегания трудных ситуаций.

должны уметь:

- соблюдать правила поведения в обществе;
- применять приемы общения;
- противостоять вредным привычкам;
- иметь опрятный внешний вид;
- уметь говорить нет;
- уметь отстаивать свое мнение.

В процессе обучения выделено несколько форм контроля на понимание материала и умение применять знания на практике: вводный (перед началом работы закрепление знаний предыдущих тем); текущий (опрос, рефлексия, выполнение контрольных теоретических и практических упражнений, написание рефератов и докладов на заданные или свободные темы); итоговый (выступление на научно-практической конференции).

В результате освоения программы обучающиеся овладевают знаниями:

- что у одноклассников можно многому научиться. Навыки кооперативного обучения, навыки общения, управления эмоциями и стрессом.
- что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов общения
- что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов общения
- отличие опасных и безопасных ситуаций.
- научатся рациональному принятию решений

Полученные знания позволят детям ориентироваться в жизненных ситуациях, оценивать свой поступки.

Занятия с учащимися по предложенной программе способствуют достижению личностных и метапредметных результатов. В курсе «Полезные привычки» предложена комплексная диагностика сформированности УУД учащихся, которая включает в себя следующие процедуры: анкетирования, тестирования, выполнения творческих заданий

Содержание программы (34 часа)

Раздел	Количество часов
Положительный образ "Я»	2
Понятие о полезных привычках	1
Умение общаться	16
Принятие решений	2
Бережное отношение к природе	2
Информация	2
Соблюдение правил дорожного движения	3
Проведение досуга	4
Пост-тест	3
Итого	34часа

Календарно – тематическое планирование.

№ заня тия	Разделы программы и темы занятий	Кол-во часов	Дата	Дата коррекци и
1	Вводное занятие	1	03.09	
2	Мой характер	1	10.09	

3	Учусь оценивать себя сам	1	17.09	
4	Я и моя жизнь	1	24.09	
5	Термин “полезная привычка”. Влияние полезных привычек на здоровье человека.	1	01.10	
6	Учусь взаимодействовать	1	08.10	
7	Учусь настаивать на своём	1	15.10	
8	Общение	1	22.10	
9	Щедрость	1	05.11	
10	Пунктуальность	1	12.11	
11	Правдивость	1	19.11	
12	Такт	1	26.11	
13	Волшебные слова	1	03.12	
14	Доброе отношение к окружающим	1	10.12	
15	Любовь к животным	1	17.12	
16	Справедливость	1	24.12	
17	Умение дружить	1	14.01	
18	Взаимопонимание	1	21.01	
19	Работа в группах	1	28.01	
20	Поведение в общественных местах.	1	04.02	
21	Разговор по телефону	1	11.02	
22	Я становлюсь увереннее	1	18.02	
23	Когда на меня оказывают давление.	1	25.02	
24	Природа в опасности. Экология. Значение экологии в жизни современного человека. Взаимосвязь всех факторов на Земле.	1	04.03	
25	Правила поведения в природе. Помощь природе.	1	11.03	
26	Курение.	1	18.03	
27	Вред курения	1	01.04	
28	Правила дорожного движения.	1	08.04	
29	Причины дорожно-транспортных происшествий. Правила перехода улиц и дорог	1	15.04	
30	Сигналы светофора и регулировщика. Дорожная грамота.	1	22.04	
31	Хобби. Увлечение. Коллекционирование.	1	29.04	
32	Развитие познавательных интересов. Общение.	1	06.05	
33	Игра. Правила игры. Уважение к соперникам.	1	13.05	
34	Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Колечко», «Прятки», «Съедобное-несъедобное». Игры в помещении: «Кошки-мышки», «Ручеёк», «Золотые ворота».	1	20.03	

Планируемые образовательные результаты учащихся к концу первого года обучения

Личностными результатами изучения курса является формирование умений: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания; проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях; проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

планировать собственную деятельность, анализировать и объективно оценивать свои поступки и слова, управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;
познавательные – ориентироваться в своей системе знаний, самостоятельно определять, какая информация нужна для решения жизненных задач, отбирать источники информации среди предложенных, перерабатывать полученную информацию, делать выводы на основе обобщения знаний;

Познавательные УУД:

строить сообщения в устной и письменной форме;
 устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
 ориентироваться в своей системе знаний, самостоятельно определять, какая информация нужна для решения жизненных задач.

Коммуникативные УУД:

донести свою позицию до других: высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновать, приводя аргументы, слушать других, быть готовым изменить свою точку зрения.

Предметными результатами изучения курса являются формирование умений:

после завершения курса обучающиеся смогут объяснить в доступной для них форме вред курения, смогут отказаться от вредной привычки сами и повлиять на выбор сверстников. Используя компьютер, смогут подготовить презентацию или небольшой доклад о вреде курения, о пользе здорового образа жизни, о приоритетном значении спорта в жизни каждого человека.

Мониторинговая карта определения результатов воспитанности

Фамилия, имя ученика	Любознательность	Отношение к школе	Прилежание, трудолюбие	Бережное отношение к природе	Красивое в жизни	Отношение к себе	Рейтинг (суммарный балл)
Указывается средний балл по каждому показателю							

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Учебное пособие «Полезные привычки», авторский коллектив российских ученых (Т.Б.Гречаной, Л.Ю.Ивановой, Е.Н. Тимакиной, Е.В.Гедзь, Р.А.Туревской, Л.С.Колесовой, О.Л.Романовой, О.П.Васютиной)

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по МР

Силаева И.В. /_____/

«31» августа 2020 г.

ПРИНЯТО

Решением педагогического совета

МБОУ «Степановская СОШ»

протокол №1 от «31» августа 2020г.

