

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 7

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей начальных классов  
Руководитель МО учителей начальных классов

Трещина Н.А.  
(Ф.И.О., подпись)

Протокол № 1

« 24 » августа 20 17 г.

СОГЛАСОВАНО

Эксперт

Сергеева Д.А.  
(Ф.И.О., подпись)

« 25 » августа 20 17 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 7

Е.Г. Кондрашкина  
Приказ № 82-44-13-440/17  
от « 28 » августа 20 17 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование Полезные привычки

Класс 2 А

Уровень общего образования начальное общее образование

Ф.И.О. учителя Серкова Зилия Маратовна

Учебный год реализации программы 2017-2018 учебный год

Количество часов по плану: всего за год 17; в 2 недели 1ч

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

Рабочую программу составила Серкова Зилия Маратовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 7

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей начальных классов  
Руководитель МО учителей начальных классов

Тришкова Н.А.  
(Ф.И.О., подпись)

Протокол № 1

«24» августа 2017 г.

СОГЛАСОВАНО

Эксперт

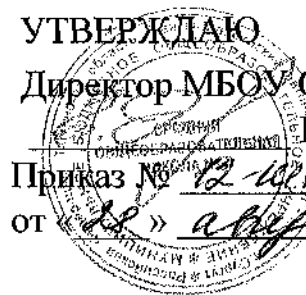
Евдокимова З.А.  
(Ф.И.О., подпись)

«25» августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 7

Е.Г. Кондрашкина  
Приказ № 12-1027-13-470/17  
от «28» августа 2017 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование Полезные привычки

Класс 2 Б

Уровень общего образования начальное общее образование

Ф.И.О. учителя Локоткова Юлия Викторовна

Учебный год реализации программы 2017-2018 учебный год

Количество часов по плану: всего за год 17; в 2 недели 1ч

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

Рабочую программу составила Локоткова Юлия Викторовна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 7

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей начальных классов  
Руководитель МО учителей начальных классов

Гришина Н.А.  
(Ф.И.О., подпись)

Протокол № 1

«24» августа 2017 г.

СОГЛАСОВАНО

Эксперт

Евреинова О.А.  
(Ф.И.О., подпись)

«25» августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ № 7

Е.Г. Кондрашкина

Приказ № 12-1017-13-470/17

от «28» августа 2017 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Наименование Полезные привычки

Класс 2 В

Уровень общего образования начальное общее образование

Ф.И.О. учителя Кузнецова Ирина Валентиновна

Учебный год реализации программы 2017-2018 учебный год

Количество часов по плану: всего за год 17; в 2 недели 1ч

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

Рабочую программу составила Кузнецова Ирина Валентиновна

## 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-х классов и рассчитана на 1 час в 2 недели, что составляет 17 часов в год.

Основными формами работы по программе являются: информирование (расширение кругозора по вопросам, связанным с табакокурением и опасными для здоровья привычками); игры – энергизаторы; ролевое проигрывание (моделирование); групповое обсуждение; работа по алгоритму формирования навыка.

Программа состоит из 5 содержательных разделов:

1. Вкусы и увлечения
2. Интересные занятия
3. Учусь понимать людей

#### 4. Опасные и безопасные ситуации

#### 5. Учуясь 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 способы эффективного общения
- что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов общения способы эффективного 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

**1. Учебный план на 2017-2018 гг.**

№ п/п	Разделы программы	2 класс		Всего:
		Теория	Практика	
1.	Вкусы и увлечения	0	3	3
2.	Интересные занятия	0	2	2
3.	Учусь понимать людей	0	3	3
4.	Опасные и безопасные ситуации	0	4	4
5.	Учусь принимать решения	0	5	5
Всего		17часов		

## **2.Содержание программы (18 часов)**

### ***1. Вкусы и увлечения (3 часа)***

#### ***Практика (3ч.):***

Вводное занятие. Я и моя жизнь. Мир чувств. Общение и дружба.

### ***2. Интересные занятия (2 часа)***

#### ***Практика(2ч.):***

Любовь. Семья. Род, культура.

### ***3. Учусь понимать людей (3 часа)***

#### ***Практика (3ч.):***

Здоровье. Толерантность. Жизнь с болезнью. Зависимость от психоактивных веществ. Преодоление проблем. Кризис и выход.

### ***4. Опасные и безопасные ситуации (4 часа)***

#### ***Практика (4ч.):***

Добро и зло. Ценности. Цели и смысл. Свобода. Выбор. Формирование навыков общения и эмпатии.

### ***5. Учусь принимать решения (5часов)***

#### ***Практика (5ч.):***

Понятие группового давления, принятие собственного решения. Умение противостоять групповому давлению. Навыки выражения и отстаивания собственного мнения. Эмоции. Эмоциональные состояния и способы эмоционального удовлетворения. Трудные жизненные ситуации. Трудные жизненные ситуации.

## Календарно – тематическое планирование.

2А

№ занятия	Разделы программы и темы занятий	Кол-во часов	Дата	Дата коррекции
1.	Вводное занятие	1	20.01	
2.	Я и моя жизнь	1	27.01	
3.	Мир чувств. Общение и дружба	1	03.02	
4.	Любовь. Семья	1	10.02	
5.	Род, культура	1	17.02	
6	Здоровье. Толерантность. Жизнь с болезнью	1	24.02	
7.	Зависимость от психоактивных веществ	1	03.03	
8.	Преодоление проблем. Кризис и выход	1	10.03	
9.	Добро и зло. Ценности	1	17.03	
10	Цели и смысл	1	07.04	
11	Свобода. Выбор	1	14.04	
12	Свобода. Выбор	1	21.04	
13	Формирование навыков общения и эмпатии	1	28.04	
14	Понятие группового давления, принятие собственного решения. Умение противостоять групповому давлению	1	05.05	
15	Навыки выражения и отстаивания собственного мнения	1	12.05	
16	Эмоции. Эмоциональные состояния и способы эмоционального удовлетворения	1	19.05	
17	Трудные жизненные ситуации	1	26.05	



## Календарно – тематическое планирование.

2Б

№ занятия	Разделы программы и темы занятий	Кол-во часов	Дата	Дата коррекции
1.	Вводное занятие	1	01.09	
2.	Я и моя жизнь	1	08.09	
3.	Мир чувств. Общение и дружба	1	15.09	
4.	Любовь. Семья	1	22.09	
5.	Род, культура	1	29.09	
6	Здоровье. Толерантность. Жизнь с болезнью	1	06.10	
7.	Зависимость от психоактивных веществ	1	13.10	
8.	Преодоление проблем. Кризис и выход	1	20.10	
9.	Добро и зло. Ценности	1	27.10	
10	Цели и смысл	1	17.11	
11	Свобода. Выбор	1	27.11	
12	Свобода. Выбор	1	01.12	
13	Формирование навыков общения и эмпатии	1	08.12	
14	Понятие группового давления, принятие собственного решения. Умение противостоять групповому давлению	1	15.12	
15	Навыки выражения и отстаивания собственного мнения	1	22.12	
16	Эмоции. Эмоциональные состояния и способы эмоционального удовлетворения	1	29.12	
17	Трудные жизненные ситуации	1	12.01	

**Календарно – тематическое планирование**

2В

<b>№ занятия</b>	<b>Разделы программы и темы занятий</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Дата</b>	<b>Дата коррекции</b>
	<b>Вкусы и увлечения</b>	3		
1.	Вводное занятие	1	12.01	
2.	Я и моя жизнь	1	19.01	
3.	Мир чувств. Общение и дружба	1	26.01	
	<b>Интересные занятия</b>	2		
4.	Любовь. Семья	1	02.02	
5.	Род, культура	1	09.02	
	<b>Учусь понимать людей</b>	3		
6	Здоровье. Толерантность. Жизнь с болезнью	1	16.02	
7.	Зависимость от психоактивных веществ	1	23.02	
8.	Преодоление проблем. Кризис и выход	1	02.03	
	<b>Опасные и безопасные ситуации</b>	4		
9.	Добро и зло. Ценности.	1	09.03	
10	Цели и смысл	1	16.03	
11	Свобода. Выбор	1	06.04	
12	Формирование навыков общения и эмпатии.	1	13.04	
	<b>Учусь принимать решения</b>	5		
13	Понятие группового давления, принятие собственного решения. Умение противостоять групповому давлению	1	20.04	
14	Навыки выражения и отстаивания собственного мнения	1	27.04	
15	Эмоции. Эмоциональные состояния и способы эмоционального удовлетворения	1	04.05	
16	Трудные жизненные ситуации	1	18.05	
17	Трудные жизненные ситуации.	1	25.05	

## **Планируемые результаты учащихся**

**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:**

доносить 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.

### **Учебно- методическое сопровождение.**

Для эффективного освоения данной программы необходимы:

1. Учебно-методические пособия и литература для детей:

Рабочая тетрадь/ М.М. Безруких, Т.А. Филиппова.-М.: ОЛМА Медиа Групп, 2011.

2. Для учителя:

1. «Учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя». Т.Б. Гречаная, Л.Ю. Иванова, Москва,2001год

### **Список использованной литературы.**

1. « Уроки общения в начальной школе». Пособие для учителя. Е.А.

Сорокоумова. АО « Мэрил» 2005год.

2. « Профессия-школьник». Программа формирования индивидуального стиля познавательной деятельности у младших школьников. БитяноваМ.Р., Азарова Т.В. Земских Т.В. Генезис. Москва 2001г.

3. «Учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя». Т.Б. Гречаная, Л.Ю. Иванова, Москва,2001год