

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Министерство образования и науки Самарской области

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
гимназия «Образовательный центр «Гармония» городского округа Отрадный  
Самарской области

ГБОУ гимназия "ОЦ" "Гармония" г.о.Отрадный

РАССМОТРЕНО  
Кафедра начального  
образования \_\_\_\_\_ Конева  
В.Б.  
Протокол №1  
от "29" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по ВР  
\_\_\_\_\_ Дмитриева Е.И.  
Протокол №1  
от "29" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор  
\_\_\_\_\_ Ваничкина  
В.И.  
Приказ № 400-од  
от "29" августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Программа внеурочной деятельности по социальному направлению «Все  
цвета, кроме черного»  
**(10 класс)**

Составитель: Дмитриева Е.И

**Отрадный 2022**

## Пояснительная записка

Программа составлена на основе программ: М.М.Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова «Все цвета кроме черного», Москва 2013г.; О.В. Хухлаева «Тропинка к своему Я», Москва 2013г.

Разработана программа внеурочной деятельности на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования, Концепции духовно–нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемых результатов начального общего образования.

Программа имеет социально-педагогическую направленность. Она дает возможность сформировать у детей навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовать свои желания и потребности за счёт внутренних личностных ресурсов. Темы программы «Все цвета, кроме чёрного» **актуальны**, так как направлены на развитие у учеников познавательных интересов, способности эффективно строить взаимоотношения с окружающими (в том числе сопротивляться негативному давлению), умения анализировать свои чувства и переживания. Все эти свойства и качества обеспечивают ребенку личностную устойчивость к любым внешним негативным влияниям.

**Цель программы:** формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе.

Занятия курса «Все цвета, кроме черного» направлены на воспитание у младшего школьника позитивного мироощущения, а также преодоление явлений социальной дезадаптации. В процессе занятий дети учатся воспринимать мир с оптимистической точки зрения, осознают необходимость познания себя и окружающих людей с целью установления толерантных дружеских отношений, понимания человека как индивидуальности.

### **Задачи программы:**

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

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

Для эффективного решения поставленных задач используется поддержка родителей. В начале учебного года они знакомятся с содержанием программы «Все цвета, кроме черного». Им разъясняются цели и задачи занятий: нужно понимать, что профилактическая работа потребует от взрослых отказа от собственных вредных привычек, заставит их более внимательно относиться к собственному здоровью. Ведь самый действенный и эффективный способ влияния на ребенка- воспитание личным примером.

**Содержание программы «Все цвета, кроме черного» отвечает следующим принципам:**

- научной обоснованности - содержание программы базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики;
- практической целесообразности - содержание программы отражает наиболее актуальные проблемы, связанные с формированием у детей навыков эффективной социальной адаптации;
- необходимость и достаточность представляемой информации - детям предоставляется только тот объем информации, которым они реально могут воспользоваться в жизни, т.е. имеет для них практическую значимость;
- динамическому развитию и системности - содержание программы 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;
- используемые формы и методы обучения соответствуют психологическим особенностям детей младшего школьного возраста.

#### **Механизм реализации:**

Программа «Все цвета, кроме черного» выстроена по 5 направлениям: физическое здоровье; психическое здоровье; межличностное общение; коммуникативные способности, познавательно-эмоциональные процессы. Реализуется во внеурочной деятельности в 10х классах, рассчитана на 1 год (0.5 час в неделю).

**Место факультатива в учебном плане.** Программа «Все цвета кроме черного» является компонентом учебного плана внеурочной деятельности, рассчитан на 17 часов один раз в неделю.

#### **Форма проведения занятий.**

Занятия проводятся в групповой форме.

**Возраст детей:** 16-17 лет

**В структуру занятия входят три части:** разминка, работа по теме, подведение итогов.

Основное содержание групповых занятий составляют игры и «психотехнические упражнения» направленные на развитие познавательной и эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения школьников. Вместе с тем, еще необходимым элементом всех занятий должны быть психотехники, направленные на развитие собственно групповых структур и процессов, поддержание благоприятного внутригруппового климата, сплочение и организационное развитие детского сообщества.

Рефлексия занятий предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось- не понравилось, было хорошо — было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

**При реализации программы используются следующие методы и приемы:**

- тестирование;
- психогимнастика;
- рисование (тематическое и свободное);
- подвижные игры;
- игры-драматизации и ролевые игры;
- беседы и проблемные ситуации;
- техники и приемы саморегуляции;
- коллективно-творческие дела(КТД);
- арт-терапевтические приемы.

#### **Материально-техническое обеспечение**

Необходимые материалы:

- Бумага формат А3, шариковые ручки, маркеры, цветные карандаши, газетная бумага, ватман, мячик, игрушки.
- Технические средства: компьютер, проектор.
- Художественное или графическое оформление: рабочие тетради для учащихся.
- Музыкальное оформление: музыкальный центр, записи с музыкой, используемые на занятиях.

#### **Содержание рабочей программы «Все цвета, кроме чёрного»**

##### 1. Твои новые друзья (2 ч)

Знакомство. Дружеские отношения в классе. Овладение навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. Правила игры и дисциплины. Терпимость и взаимовыручка.

##### 2. Я – старшеклассник (2 ч)

Осознание позиции школьника. Целевая прогулка по школе и во двор. Учителя и ученики. Что делает учитель? Что делает ученик? Школьные и домашние трудности. Как с ними справиться?

##### 3. Как ты познаёшь мир (2 ч)

Как развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях? Как развивать внимательность и наблюдательность?

#### 4. Какой Я – какой Ты (4 ч)

Люди отличаются друг от друга своими качествами. Как мы видим друг друга? Как научиться находить положительные качества у себя? Как правильно оценить себя? Как распознать положительные качества у других людей? Какие качества нужны для дружбы?

#### 5. Твои чувства. (7 ч)

Радость. Мимика и жесты – наши первые помощники в общении.

Страх. Какие бывают страхи? Как справиться со страхом?

Гнев. Гнев как выражение чувств: страх и обида часто вызывают гнев.

Как справиться с гневом?

Может ли гнев принести пользу?

Разные чувства. Как можно выразить свои чувства?

#### **Результаты освоения программы.**

**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.

**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.

## КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

Номера занятий	Наименования разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения
<b>Твои новые друзья. (2 ч)</b>				
1	Давайте познакомимся.	Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками. (Р) Осознавать качества настоящего друга(П) Учиться понимать эмоции и поступки других людей(К)		
2	Вместе мы сила!			
3.	Ссоры не выход!			
<b>Я – старшеклассник. (2 ч)</b>				
	Я - старшеклассник	Учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению. (Р) Учиться рассуждать, строить логические умозаключения(П) осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией. (К)		
	Школа –дом где мечты реальность			
	Собираемся в школу			
	Учителя и ученики			
<b>Как ты познаёшь мир. (6 ч)</b>				
	Грамоте учиться всегда пригодится.	Извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста. (Р) Анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели. (К)		
	Дом без книги, что без окон.			
	Мои помощники.			
	Как стать внимательным.			
<b>Какой Я – какой Ты. (7 ч)</b>				
	Какой Я?	овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми. (Р) Учиться находить положительные качества у себя и у других людей. (П) Учиться договариваться и уважать разные мнения. (К)		
	Мой автопортрет			
	Моё настроение			
	Какой ты?			
	Я и другие			
	Твёрдое слово «нет!»			

## Перечень учебно-методического обеспечения

### **Основная литература:**

Учебно-методический комплект (УМК) "Все цвета, кроме черного".

Безруких М.М.

*Рабочие тетради.*

1. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Все цвета, кроме чёрного. Я учусь понимать себя. ФГОС. Рабочая тетрадь 2- класс: - М.: Вентана-Граф, 2013.

2. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Все цвета, кроме чёрного. Я учусь понимать других. ФГОС. Рабочая тетрадь 3- класс: - М.: Вентана-Граф, 2013.

3. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Все цвета, кроме чёрного. Учусь общаться. ФГОС. Рабочая тетрадь 4- класс: - М.: Вентана-Граф, 2013.

*Пособие для педагогов.*

4. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова Все цвета, кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников. ФГОС: Пособие для педагогов. — М.: Вентана-Граф, 2013.

*Книга для родителей.*

5. М.М. Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова «Все цвета, кроме чёрного». Книга для родителей М.: Вентана-Граф, 2013.

Учебно-методические пособия «Тропинка к своему Я» О.В. Хухлаева

*Рабочие тетради.*

6. О.В. Хухлаева Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь 1 класс, М.: Генезис, 2013.

7. О.В. Хухлаева Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь 1 класс, М.: Генезис, 2013.

8. О.В. Хухлаева Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь 1 класс, М.: Генезис, 2013.

9. О.В. Хухлаева Тропинка к своему Я. Рабочая тетрадь 1 класс, М.: Генезис, 2013.

*Пособие для педагога.*

10. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе, М.: Генезис, 2010.

### **Дополнительная литература:**

11. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивных веществ / Под науч. ред. Л.М. Шипицыной. — СПб.: Речь, 2003.

12. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. — М.: Генезис, 2001.
13. Шабельник Е.С. Каширцева Е.Г. Ваши права.. Книга для учащихся начальных классов. Москва, Вита-Пресс, 2002
14. Я и другие. Комплект наглядных пособий. Изд.Х.: Ранок, 2