ГБОУ СОШ с. Новый Сарбай м.р. Кинельский

**Номинация «Авторская программа»**

**Программа внеурочной деятельности**

**«В гармонии с миром»**

ФИО: Важова Светлана Александровна

Должность: учитель начальных классов

УМК «Начальная школа 21 века»

2016 г.

**Пояснительная записка**

В связи с внедрением Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и концепции «Духовно-нравственного воспитания» возникла необходимость создания программ нового уровня. Определены новые подходы и принципы построения обучения, которые требуют постановку новых целей и задач (особенно воспитательного значения), а соответственно получение результата нового качества. Рабочая программа курса ***«В гармонии с миром»*** помогает ***формировать культуру здорового и безопасного образа жизни***, ***с учетом требований ФГОС второго поколения***. Она даёт детям представление о ценности здоровья, формирует навыки здорового образа жизни, умение оценивать своё состояние, поступки, поведение, анализировать поступки, поведение других людей.

**Цель** программы — 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.

**Задачи:**

* формирование здоровьесберегающих установок;
* развитие коммуникативных навыков;
* формирование психологической устойчивости.

Программа **« В гармонии с миром»** предусматривает аудиторные и внеаудиторные занятия, в ходе которых отсутствует четко регламентированное время при выполнении заданий, происходит совместное обсуждение и решение заданий педагога с ребенком, в основе используемой методики – игровой подход (игры, творческие задания), осуществляется многократное проигрывание ситуаций, делается акцент на развитие индивидуальности. Содержание программы расширено внеаудиторными занятиями на проигрывание теоретических вопросов в игровой деятельности, реализацию творческого потенциала в проектной деятельности, практических работах.

**Программа реализуется** в общем объёме 102 часа без деления класса на подгруппы,204 часа – с делением, она предназначена для учащихся начальной школы 7,5 – 10 лет. Программа предусматривает проведение занятий во внеурочной деятельности из расчёта 1 занятие в неделю во 2-4 классе. Таким образом, во 2-4 классах на изучение данного курса отводится 34 часа в год, с учетом подгрупп 68 часов.

Программа базируется на данных исследований в области возрастной психологии, физиологии, педагогики с учетом динамического развития и системности. Содержание, 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.

***Формы организации*** детского коллектива фронтальная, групповая, индивидуальная.

Программа предусматривает разные формы организации занятий:

* интеграция в базовые образовательные дисциплины;
* проведение часов здоровья;
* проведение классных часов;
* занятия в кружках;
* проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
* организацию дней здоровья.

1. ***Учебно-тематический план***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование разделов | Всего часов | Количество часов по классам | | | | | | Характеристика деятельности обучающихся |
| 2кл | | 3кл | | 4кл | |  |
| ауд. | внеауд. | ауд. | внеауд. | ауд. | внеауд. |
| 1 | Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. | 3 | 1 | - | 1 | - | 1 | - | Знакомиться с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете, в зале, во время экскурсий и обсуждать особенности взаимоотношений со взрослыми, сверстниками.  Планировать предстоящую деятельность в соответствии с её целями и задачами. |
| 2 | Наблюдение и оценка собственного состояния, поведения, настроения. | 25 | 5 | 5 | 4 | 2 | 4 | 5 | Анализ возникающих у ребенка проблем в учебе. Наблюдение за ростом и развитием организма, изменениями в нем. Измерение роста, веса, пульса. Проверка внимания. Наблюдение над признаками усталости и оценка своей работоспособности в зависимости от времени суток и дня недели. Наблюдение над изменением настроения, выработка умения регулировать свое настроение. Оценка своих поступков.  Наблюдение над особенностями общения между людьми, построение взаимоотношений, выделение факторов, влияющих на общение. Анализ своего характера и характеров окружающих людей, оценка качеств личности.Самоанализ себя, своих интересов, увлечений, интересы своих одноклассников. Симпатии детей, бережное отношение к чувствам других людей. |
| 3 | Работа с текстом | 20 | 8 | - | 4 | - | 8 | - | Влияние режима дня на здоровье. Вред курения Разнообразие чувств человека. Вкус, запах, зрение. Гигиена слуха и зрения. Виды настроения человека Интересы. Расширение представлений о многообразии мира, профессий людей в прошлом и настоящем. Плохие и хорошие поступки. Значение привычек в жизни человека. Знакомство с формулами общения. Роль интонации в общении людей. Роль мимики и жестов в общении людей. Значение доброжелательных отношений между людьми. Ценность дружбы. Расширение представлений о дружбе, позитивном отношении к людям. Многообразие черт характера человека. Представление о возможности воспитывать в себе определенные черты характера. Умение отстаивать свое мнение и сопротивляться негативному влиянию. |
| 4 | Творческие занятия | 14 | 1 | 4 | 1 | 5 | 1 | 2 | Составление режима дня. Карта настроения. Полезные привычки. Трудности в общении людей и способы их преодоления. Умение строить дружеские отношения со всеми людьми. Умение находить пути выхода из конфликтов. Обсуждение проблемы сохранения здоровья. |
| 5 | Игры | 17 | - | 8 | - | 7 | - | 2 | Общаться и взаимодействовать в игровой деятельности.  Организовывать и проводить игры с элементами соревновательной деятельности, игры-тренинги.  Осваивать умение взаимодействовать в группах, управлять эмоциями в процессе игры. Проявлять быстроту, смелость, смекалку. Развивать координацию движений, внимательность. Понимать и излагать правила и условия игр, конкурсов, эстафет. |
| 6 | Экскурсии, конкурсы | 4 | - | 1 |  | 1 | 1 | 1 | Проявление полученных знаний и умений в построении взаимоотношений и общении на практике. |
| 7 | Проектная работа | 16 | - | - | 2 | 6 | 2 | 6 | Умение строить и осуществлять работу в соответствии с планом, оформлять и представлять результаты работы. |
| 8 | Итоговое занятие. | 3 | 1 | - | 1 | - | 1 | - | Анализировать и объективно оценивать результаты своей деятельности, находить возможные способы их улучшения.  Обнаруживать ошибки при выполнении заданий, отбирать способы их исправления.  Осуществлять самоконтроль и корректировку хода работы и конечного результата. |
|  | Итого без деления на подгруппы: | 102 | 16 | 18 | 13 | 21 | 18 | 16 |  |
| 34 | | 34 | | 34 | |
|  | Итого с учётом деления на подгруппы: | **204** | **64** | | **64** | | **64** | |  |

1. ***Содержание программы***

***2 класс «Учусь понимать себя» - 34 часа***

1. **Вводное занятие (1ч. аудит.)** Ознакомление с планом и работой кружка. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете, в зале, во время экскурсий.
2. **Твои новые друзья (1ч. аудит., 2 ч. внеаудитор.)**

Знакомство учащихся с содержанием и героями курса. Анкетирование. Анализ и составление режима дня. Игры «Имена», «Клубок»

1. **Как ты растёшь (1ч аудит..,** **2 ч. внеаудитор.)**

Дать детям представление о значении нормальных условий жизни для роста и развития. Познакомить детей с различными изменениями, происходящими в их организме, с приёмами определения функционального состояния организма, сформировать представление о необходимости особенно бережно относиться к собственному здоровью в период роста, показать зависимость физического состояния человека от его поведения. Практическое занятие по определению некоторых параметров организма. Практическое занятие по определению некоторых параметров организма. Игра «Скороходы»

1. **Что ты знаешь о себе (1ч аудит.,** **2 ч. внеаудитор.)**

Дать детям представление об их физическом развитии. Обучение навыкам оценки своего физического состояния, развитие представления о влиянии режима дня на физическое состояние, формирование представления о зависимости здоровья, самочувствия и учебной деятельности. Игры на развитие внимания. Игры «Воробьи, вороны», «Шишки, жёлуди, орехи»

1. **Твоё настроение (2ч аудит.,** **2 ч внеаудитор.)**

Дать детям представление о том, что такое настроение и от чего оно зависит. Развивать навыки оценки своего настроения, научить понимать причины плохого и хорошего настроения, показать элементарные приёмы, помогающие снимать напряжение, регулировать настроение. Игры «Послушай меня», «Гуси-лебеди»

1. **Как ты познаёшь мир (1ч аудит.,**  **2 ч. внеаудитор.)**

Сформировать представление об основных органах чувств, об особенностях познания с их помощью. Помочь осознать необходимость осторожного обращения с неизвестными веществами. Творческое задание в группах. Исследование.

1. **Ролевые ситуационные игры. (1ч аудит.,** **1 ч. внеаудитор.)**

Дать представление о чувствах человека. Научить анализировать свои чувства, развивать умение анализировать чувства других людей или литературных героев. Ролевые ситуационные игры. Упражнения на расслабление.

1. **Как изменить настроение. (6ч. аудит.,** **3 ч. внеаудитор.)**

Дать представление о способах изменения настроения. Привить навыки регуляции своего эмоционального состояния, развить познавательный интерес к своему здоровью. Ярмарка интересных дел. Заочное путешествие в музеи.

1. **Экскурсия в музей (1 ч. внеаудитор.)**
2. **Твои поступки (1 ч. внеаудитор.).**

Научить учащихся оценивать свои поступки. Сформировать представление о хороших и плохих поступках, развить умение прогнозировать свои поступки. Игра «Воздушные шарики».

1. **Твои привычки (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Сформировать представление о привычках, их значении в жизни человека. Объяснить детям, что для того, чтобы выработать полезные привычки, необходимо прикладывать усилия, старания. Трудно воспитать полезную привычку, но избавиться от вредной ещё сложнее, это требует от человека твёрдости и силы воли. Хуже всего, что вредные привычки одного человека наносят вред здоровью не только ему самому, но и окружающим его людям. Игра «Да и нет не говорите»

1. **Игра «Твой день» (1 ч. внеаудитор.)**
2. **Итоговое занятие (1ч. аудит.)** Контроль и проверка знаний.

***Анкетирование. Анкета для учащихся 2 класса***

В школе у меня … друзей, а дома …

- В свободное время я люблю …

- Моей самой любимой игрушкой до школы была … , а сейчас .. .

- Дома я люблю играть ….

- На улице я люблю играть …

- Я люблю играть на телевизионной приставке, моя самая любимая игра …

- Моя самая любимая компьютерная игра…

- Моя самая любимая книга …

- Мой самый любимый герой …

- Мне хотелось отправиться в путешествие вместе с …

- Какой поступок твоего любимого героя нравится тебе больше всего?

- Когда вырасту, хочу быть …

***3 класс «Учусь понимать других» -34 часа***

1. **Вводное занятие (1ч. аудит.)**

Ознакомление с планом и работой факультатива. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете, в зале, во время экскурсий.

1. **Что изменилось за год (2ч. аудит.)**

Анкетирование. Сравнение изменений в своём физическом развитии и работоспособности. Анализ изменения работоспособности и важность соблюдения режима дня, чередование видов деятельности.

1. **Как научиться разговаривать с людьми (1ч. аудит., 3 внеаудит.)**

Обучение детей общению с людьми. Игры-тренинги на основе реальных жизненных ситуаций. Соревнование «Приветствие».

1. **Что такое интонация (1ч. аудит., 2 внеаудит.)**

Выявление представлений о роли интонации в общении людей.

1. **Проектная работа «Постановка спектакля» (1ч. аудит., 3 внеаудит.)**
2. **Как научиться преодолевать трудности (1ч. аудит., 4 внеаудит.)**

Выявление трудностей при общении с людьми и преодолении их. Игры-тренинги «Похвала», «Радость», «Отказ».

1. **Как понять друг друга без слов (1ч. аудит., 3 внеаудит.)**

Формирование представлений о значении мимики и жестов в общении. Тест «Самооценка». Игры, инсценировки, обучающие общению с помощью жестов и мимики.

1. **Для чего нужна улыбка (1ч. аудит., 2 внеаудит.)**

Закрепление представлений детей о доброжелательных отношениях между людьми. Просмотр мультфильма «Крошка Енот». Постановка мини-спектакля. Рисование улыбки.

1. **Умеешь ли ты дружить (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Обучение умению ценить дружбу. Иллюстрация законов дружбы. Тест «Контактность».

1. **Итоговое занятие (1ч. аудит.)**

Контроль и проверка знаний. Анкетирование. Тест «Контактность»

1. **Конкурс знатоков (1ч. аудит.)**
2. **Проектная работа «Дружба крепкая» (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

***4 класс «Учусь общаться»- 34 часа***

1. **Вводное занятие (1ч. аудит.)**

Ознакомление с планом и работой кружка. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете, в зале, во время экскурсий.

1. **Что вы знаете друг о друге (1ч. аудит., 2 внеаудит.)**

Анкетирование. Обучение умению рассказывать о себе, своих интересах, увлечениях, интересах и увлечениях своих одноклассников. Формирование адекватной самооценки у себя и других. Игры «Моё любимое занятие», «Расскажи о себе»

1. **Твой класс (2ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Обучение умению анализировать свои симпатии, привязанности; бережно относиться к чувствам других людей. Социометрия. Составление «Цветовой карты настроения»

1. **Кто твой друг (3ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Расширение представлений детей о дружбе, позитивном отношении к людям. «Законы дружбы». Качества и черты характера, их значение и проявление.

1. **Как научиться жить дружно (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Наблюдение над особенностями построения дружеских отношений в коллективе, тренинг в их построении. Причины ссор.

1. **Как помириться после ссоры (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Обучение умению находить пути выхода из конфликтов, развить представление о необходимости и важности примирения. Проигрывание ситуаций примирения. Анализ жизненных ситуаций.

1. **Какой у тебя характер (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

Представление о характере, многообразии черт характера. Анализ своего характера. Словарная работа.

1. **Как воспитывать свой характер (2ч. аудит., 1 внеаудит.)**

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

1. **Проектная работа «Люди сильные духом» (1ч. аудит., 3 внеаудит.)**
2. **Как сказать «нет» и отстоять свое мнение (1ч. аудит., 1 внеаудит.)**

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!»

1. **Фантастическое путешествие (1ч. аудит., 2 внеаудит.)**

Проблемы сохранения здоровья, экология. Игра «Воздушные шарики».

1. **Конкурс знатоков. (1ч. аудит.)**
2. **Итоговое занятие (1ч. аудит.)**

Контроль и проверка знаний. Анкетирование.

1. **Проектная работа «Путешествие в лето» (1ч. аудит., 2 внеаудит.)**
2. **Планируемые результаты реализации программы**

* Полученные знания позволят детям понять, почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;
* Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
* Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
* Дети получат знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

Реализация программы позволяет достичь  **личностных, предметных и метапредметных результатов**  обучения, т.е. реализовать социальные и образовательные цели социального образования младших школьников.

**Личностные результаты** представлены двумя группами.

Первая относится к личности субъекта обучения, его новым социальным ролям, которые определяются новым статусом ребенка как школьника:

* Готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
* Высокий уровень учебной мотивации, самоконтроля и самооценки;
* Личностные качества, позволяющие успешно осуществлять деятельность и взаимодействия с ее участниками.

Другая группа личностных результатов передает социальную позицию школьника, сформированность его ценностного взгляда на окружающий мир:

* Понимание роли человека в обществе, принятие норм нравственного поведения в обществе, правильного взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
* Понимание ценности любой жизни, освоение правил индивидуальной безопасности жизни с учетом изменений среды обитания.

Особое внимание уделяется освоению **метапредметных результатов.** Среди метапредметных результатов особое место занимают интеллектуальные, регулятивные и коммуникативные действия:

* Под интеллектуальными действиями понимается способность применять для решения учебных и практических задач различные умственные операции;
* Под регулятивными действиями понимается владение способами организации, планирования различных видов деятельности, понимание специфики каждой;
* Под коммуникативными действиями понимается способность в связной логически целесообразной форме речи передать результаты изучения объектов окружающего мира; владение рассуждением, описанием, повествованием.

1. **Формы и виды контроля результативности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Год обучения | Запланированные в программе предметные результаты | Формы контроля |
| 2 класс | *Должны знать:*   * Иметь первичное представление о здоровье, его значении, здоровом образе жизни. * Уметь понимать своё внутреннее состояние * Интересоваться различными видами полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении. | Конкурс  Праздник  Игра- викторина  Тестирование |
| 3 класс | *Должны знать:*   * Уметь понимать поступки других людей ( в том числе литературных героев) * Иметь представление об опасности наркосодержащих веществ для здоровья, о ситуациях, связанных с риском наркотизации. * Овладеть техникой общения в трудных жизненных ситуациях(знакомство, ссора, одобрение, отказ) | Конкурс  Викторина  Игра-соревнование  Праздник  Тестирование |
| 4 класс | *Должны знать:*   * Относится к здоровью как важнейшей человеческой ценности; овладевать навыками здоровьесберегающего поведения на практике * Относиться к людям, употребляющим наркотические вещества, как к слабым, безвольным, попавшим в беду; * обучиться равноправному общению в среде сверстников, умению отказываться от сомнительных предложений, защищать свои интересы (в том числе и своё здоровье). | Конкурс  Праздник  Тестирование  Викторина |

**Анкета для родителей:**

1.Полезна ли программа «В гармонии с миром» для вашего ребёнка?

2.Вызывает ли интерес у вашего ребёнка реализация этой программы?

3.Есть ли у вашего ребёнка проблемы, обсуждаемые на занятиях программы?

4. Помогает ли реализация данной программы в решении каких-либо проблем?

5.Способствует ли реализация данной программы улучшению отношений между детьми в классе?

**Анкета для учащихся:**

Много ли у тебя друзей?

Считаешь ли ты себя вежливым человеком?

Часто ли ты помогаешь своим друзьям?

Часто ли тебе помогают твои друзья?

Можешь ли ты быстро забыть обиду?

Прислушиваешься ли ты к мнению своих товарищей?

Согласен ли ты с пословицей «Худой мир лучше доброй ссоры»

**5. Критерии результативности программы**

1. Полученные знания позволят детям понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;

2. Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов, с окружающими;

3. Дети получат знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений которые считают опасными ;

4. Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия;

**6. Методические рекомендации к программе**

Основные направления реализации программы:

*2 класс «Учусь понимать себя».* Занятия помогут детям узнать себя, понять свои чувства, настроение, научиться рассказывать о себе другим, почувствуют, что не нужно стесняться своих чувств, но необходимо уметь управлять ими.

*3 класс «Учусь понимать других».* Задания направлены на развитие у детей интереса и уважения к чувствам, поступкам, эмоциям других людей, позволяют развить умение не только позитивно относиться к себе, но и строить конструктивные отношения со сверстниками и взрослыми.

*4 класс «Учусь общаться».* Задания нацелены на формирование навыков общения, а так же способности оценивать своё поведение, самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки.

1. ***Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Количество |
| 1. Библиотечный фонд | | |
| ***1***  ***2***  ***3***  ***4***  ***5***  ***6***  ***7*** | *Сказка о тебе и других. (Программа «Избирательной профилактики по употреблению психоактивных веществ, для детей из асоциальных семей) Москва, 2012.*  *Право и закон. Программа по правовому воспитанию. Ж. Практика административной работы в школе. №1 2014.*  *Права ребёнка. Ж. Справочник классного руководителя. №12 2015.*  *Стать принцессой за 8 часов или уроки сказкотерапии. Ж.Здоровье школьников. №7 2011.*  *Ваши права. Шабельник Е.С. Каширцева Е.Г. Книга для учащихся начальных классов. Москва, Вита-Пресс, 2014*  *Конвенция о правах ребёнка.* | ***Д***  ***Д***  ***Д***  ***Д***  ***Д***  ***Д***  ***Д*** |
| 1. Технические средства обучения | | |
| ***1*** | Компьютер, компьютерные программы. |  |
| 1. Игры и игрушки | | |
| ***1***  ***2***  ***3*** | Учебная площадка для практических занятий и игр.  Костюмы для инсценирования, маски.  Мячи, кегли, скакалки, секундомер, ростомер, весы напольные. |  |
| 1. Оборудование класса | | |
| ***1*** | Ученические столы, стулья, доска |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |