

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Школа № 5 г. Черемхово»

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
МОУ Школа № 5 г. Черемхово
Протокол № 2 от “4” сентября 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МОУ Школа № 5 г.
Черемхово
Приказ № 320 от “5” сентября 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Спецкурса

**«Все цвета, кроме чёрного»
(начальное общее образование)**

г. Черемхово, 2023 год

Пояснительная записка

Актуальностью программы спец курса является здоровье российских школьников, которое вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад.

Как помочь школьнику, как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной и полноценной жизнью? Как сделать так, чтобы учение в школе вызывало прилив энергии, а обучение было в радость, развивало рефлексивные умения учащихся? Именно в решении этих вопросов и заключается **актуальность** программы «Все цвета, кроме черного».

Рабочая программа спец. курса «Все цвета, кроме чёрного» разработана с учётом рекомендаций программы воспитания МОУ Школа № 5 г. Черемхово. Программа реализуется в единстве учебной и воспитательной деятельности общеобразовательной организации по основным направлениям воспитания (физическое направление) в соответствии с ФГОС.

Программа дает возможность сформировать у детей навыки, позволяющие успешно справляться с возникающими проблемами, реализовать свои желания и потребности за счёт внутренних личностных ресурсов. Содержание программы «Все цвета, кроме чёрного» актуально, так как направлено 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 школьников младшего возраста 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.

Форма проведения занятий.

Занятия проводятся в групповой форме.

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

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.

Содержание программы спецкурса «Все цвета, кроме черного» обеспечивает **преемственность** с программами предметов «Окружающий мир», «Русский язык», «Математика», «Физическая культура», «Изобразительное искусство» и является продолжением и дополнением содержания образования. Курс не дублирует программное содержание предметов учебного плана.

Реализуется в 1 классе, (1 ч. в неделю).

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).

Содержание рабочей программы «Все цвета, кроме чёрного»

1 класс

1. Твои новые друзья (2ч)

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

2. Я – школьник (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)

Мир книг. Как работать с учебником? Как развивать уверенность в себе и своих учебных возможностях? Как развивать внимательность и наблюдательность?

4. Какой Я – какой Ты (3 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. Я и мое здоровье (3 ч)

Составление режима дня. Что такое здоровый образ жизни? Полезное и вкусное. Вредные привычки. Гигиенические навыки: уход за зубами, ушами, кожей. Правильная осанка - стройная спина. Положительные эмоции - хорошее настроение.

6. Твои чувства. (4 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?

Игра «Разыщи радость».

Планируемые результаты освоения учебного курса

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1 класс (16 часов)

№	Наименования разделов и тем	Кол-во академически часов	Электронные цифровые образовательные ресурсы	Форма проведения занятий
1	Твои новые друзья. (2 ч) Давайте познакомимся. Играть вместе веселее.	1	http://school-collection.edu.ru/	Занятия проводятся в групповой форме. Игры: инсценировки, интегрирование
2	Ссориться не будем! Земля – наш общий дом.	1		
3	Я – школьник. (2 ч) Я – первоклассник. Адрес школы (целевая прогулка)	1	http://school-collection.edu.ru/	темы в различные виды детского творчества
4	Собираемся в школу. Учителя и ученики.	1		
5	Как ты познаёшь мир. (2 ч) Грамоте учиться всегда пригодится. Дом без книги, что без окон.	1	http://school-collection.edu.ru/	
6	Мои помощники. Как стать внимательным и наблюдательным?	1		
7	Какой Я – какой Ты. (3 ч) Какой Я? Мой автопортрет	1	http://school-collection.edu.ru/	

8	Моё настроение. Какой ты?	1	ru/	
9	Я и другие. Твёрдое слово «нет!»	1		
10	Я и мое здоровье (3 ч) Режим дня. Вредные привычки.	1	http://school-collection.edu	
11	Полезно и вкусно. Если хочешь быть здоров...	1	ru/	
12	Движение – рецепт здоровья. Нет здоровья – нет счастья.	1		
13	Твои чувства. (4 ч) Что такое эмоции и зачем они нужны. Способы выражения эмоций	1	http://school-collection.edu ru/	
14	Мимика в рисунках. От чего зависит настроение.	1		
15	«Кого или чего я боюсь». Учимся быть смелыми.	1		
16	Итоговое занятие. Игра «Быть вместе».			
	Итого	16 часов		