

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Белая средняя общеобразовательная школа»**

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель ШМО Ибрагимова И.С. Протокол №1 заседания ШМО от «18» августа 2025 г.	Заместитель директора по УВР Климентьева И.В. Протокол №1 заседания методического совета От «19» августа 2025 г.	Директор Ченских А.В. Приказ №142 от «20» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного курса внеурочной деятельности
«Все цвета, кроме черного» для 1 класса
Педагога дополнительного образования
Житовой Юлии Романовны

2025-2026 учебный год

Рабочая программа внеурочной деятельности по социальному направлению «Все цвета, кроме черного» для 1 класса составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования и авторской программы М.М.Безруких, А.Г. Макеева, Т.А. Филиппова «Все цвета кроме черного. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников».

В таких современных условиях жизни, как информационное изобилие, дестабилизация семейных отношений, эмоциональная сфера ребенка подвергается перегрузкам. Результат подобных неблагоприятных воздействий – обилие негативных реакций: нетерпимость, бесчувственность, агрессивность.

Актуальность и новизна в младшем школьном возрасте происходит развитие психических, психофизиологических характеристик ребенка, которые необходимо учитывать в процессе воспитания. Особенностью развития ребенка в 6,6 -7 лет является недостаточное умение произвольно регулировать процесс восприятия по инструкции; затруднение в выделении наиболее существенных признаков поступающей информации. В этом возрасте эмоциональные стимулы наиболее значимы - вызванные биоэлектрические реакции мозга.

Л. С. Выготский писал об этом: «Ни одна форма поведения не является столь крепкой, как связанная с эмоциями. Поэтому, если вы хотите вызвать у ученика нужные вам формы обучения, всегда позаботьтесь о том, чтобы эти реакции оставили эмоциональный след в ученике... Эмоциональные реакции оказывают существенное влияние на все решительные формы нашего поведения и на все моменты воспитательного процесса».

По Д. А. Фарбер: «Роль внимания состоит в создании общей мобилизационной готовности к деятельности и ее избирательной функциональной организации в соответствии с конкретными задачами и потребностями. Наблюдая за непосредственными реакциями ребенка, можно составить представление о многих сторонах его психической жизни - основных интересах, потребностях, эмоциональном тоне, особенностях восприятия и внимания. Уже простое наблюдение показывает: внимание по-разному проявляется у одного и того же ребенка- то он легко отвлекается, переключаясь с одного предмета на другой, то так бывает захвачен какой-то деятельностью, что перестает реагировать на окружающее».

Если такие характеристики внимания, как объем, концентрация, переключение, распределение, устойчивость, сильно выражены, то они «хороши» при соответствии особенностям той деятельности, в которую ребенок вовлечен по собственной инициативе либо которая предложена ему взрослыми или сверстниками. При таком соответствии именно внимание становится регулятором деятельности, повышает эффективность, являясь надежным союзником в развитии познавательной деятельности ребенка.

Содержание программы «Все цвета кроме черного» соответствует целям и задачам основной образовательной программы, реализуемой МБОУ «Белая СОШ», построено по концентрическому принципу, с повышением уровня требований к результатам обучения и воспитания каждого последующего учебного года.

Предлагаемая программа предназначена для работы с детьми младшего школьного возраста, направлена на решение проблемы адаптации младших школьников, снижение у них состояния психического дискомфорта, эмоционального напряжения. .

Цель программы – снижение состояния психического дискомфорта, эмоционального напряжения через игровую деятельность

Задачи:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- способствовать развитию познавательных, личностных, коммуникативных универсальных учебных действий;
- формировать регулятивные универсальные учебные действия:

целеполагание, планирование, прогнозирование, самоконтроль, коррекцию, самооценку;

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 осознать 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
- осознать 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.

Содержание рабочей программы «Все цвета, кроме чёрного»

1. Твои новые друзья (4 ч.)

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

2. Я – школьник (4 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 (4 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? (6 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 (6 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 (9 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».

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.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименования разделов и тем	Кол-во часов
Твои новые друзья (4 ч.)		
1	Давайте познакомимся.	1
2	Играть вместе веселее.	1
3	Ссориться не будем!	1
4	Земля – наш общий дом.	1
Я – школьник (4 ч.)		
5	Я – первоклассник	1
6	Адрес школы (целевая прогулка)	1
7	Собираемся в школу	1
8	Учителя и ученики	1
Как ты познаешь мир (4 ч.)		
9	Грамоте учиться всегда пригодится.	1
10	Дом без книги, что без окон.	1

11	Мои помощники.	1
12	Как стать внимательным и наблюдательным?	1
Какой Я – какой Ты (6 ч.)		
13	Какой Я?	1
14	Мой автопортрет	1
15	Моё настроение	1
16	Какой ты?	1
17	Я и другие	1
18	Твёрдое слово «нет!»	1
Я и мое здоровье (6 ч.)		
19	Режим дня.	1
20	Полезно и вкусно.	1
21	Если хочешь быть здоров...	1
22	Движение – рецепт здоровья.	1
23	Нет здоровья – нет счастья.	1
24	Вредные привычки.	1
Твои чувства (9 ч.)		
25	Что такое эмоции и зачем они нужны	1
26	Способы выражения эмоций	1
27	Мимика в рисунках.	1
28	«Кого или чего я боюсь»	1
29	Учимся быть смелыми.	1
30	Мы стали смелее!	1
31	Зависть здоровье забирает.	1
32	Кто гнев умирят, тот сильным бывает.	1
33	От чего зависит настроение.	1
34	Я умею понимать других.	1
	Итого	34