

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Иркутской области**

**Комитет по образованию Усольского муниципального района**

**МБОУ "Белая СОШ "**

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
Руководитель ШМО <hr/> Ибрагимова И.С. Протокол №1 заседания ШМО от «21» августа 2024 г.	Заместитель директора по УВР <hr/> Климентьева И.В. Протокол №1 заседания методического совета От «22» августа 2024 г.	Директор <hr/> Ченских А.В. Приказ №151 от «23» 08 2024 г.

**Рабочая программа**

**учебного курса внеурочной деятельности**

**«Все цвета, кроме чёрного» для 2 классов**

**учителя Борисовой Зои Николаевны**

**п. Средний, 2024-2025**

## **Пояснительная записка.**

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Все цвета кроме черного» для учащихся 2 классов составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа имеет социально - педагогическую направленность. Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для нормального физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития.

Проблема формирования психологически здоровой личности в условиях обучения в общеобразовательной школе в настоящее время является очень актуальной, т.к. учебные нагрузки, несоответствие между внешними требованиями и психофизиологическими возможностями учащихся, слабая функциональная готовность к школе, отсутствие учебной мотивации приводят к тому, что школа для многих детей становится источником стресса. В особой ситуации риска находятся младшие школьники, поскольку именно им необходимо быстро адаптироваться к непростым условиям школьной жизни при физиологической незрелости организма.

Предлагаемая программа занятий в начальной школе направлена на формирование и сохранение психологического здоровья младших школьников, т.к. способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, способствует установлению атмосферы дружелюбия, формирует коммуникативные навыки, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей. Всё это в комплексе повышает ресурсы психологического противостояния негативным факторам реальности и создаёт условия для полноценного развития личности ребёнка, основой которого как раз и является психологическое здоровье, предполагающее, по мнению большинства ведущих исследователей в этой области, наличие динамического равновесия между индивидом и средой. Поэтому ключевым критерием формирования психологического здоровья ребёнка является его успешная адаптация к социуму.

Программа внеурочной деятельности «Все цвета, кроме черного» рассчитана на четыре года обучения по 1 часу в неделю. Сроки реализации курса с 1 по 4 класс.

Программа предназначена для учащихся 2 классов -34 часа.

Курс занятий с младшими школьниками направлен на формирование у них следующих умений и способностей:

- осознание себя с позиции школьника
- умение адекватно вести себя в различных ситуациях
- умение различать и описывать различные эмоциональные состояния
- способность справляться со страхами, обидами, гневом
- умение отстаивать свою позицию в коллективе, но в то же время, дружески относиться к одноклассникам
- умение справляться с негативными эмоциями
- стремление к изучению своих возможностей и способностей
- успешная адаптация в социуме.

### **Форма проведения занятий.**

Занятия проводятся в групповой форме. 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);

**Цель программы:**

формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе.

**Задачи:**

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональное состояние по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей – установку преодоления.
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и с учителем.
- Развивать и укреплять внутрисемейные связи учащихся и их родителей.
  
- понимать ключевые проблемы по сохранению здоровья, в коммуникации с другими, по преодолению возникших трудностей, связанных с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам;
- овладевать умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- понимать культуру движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью

### **Цель программы:**

формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе.

### **Задачи:**

- Мотивировать детей к самопознанию и познанию других людей. Пробудить интерес к внутреннему миру другого человека.
- Учить детей распознавать эмоциональное состояние по мимике, жестам, голосу, понимать чувства другого человека.
- Формировать адекватную установку в отношении школьных трудностей – установку преодоления.
- Развивать социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений друг с другом и с учителем.
- Развивать и укреплять внутрисемейные связи учащихся и их родителей.
  
- понятиям: коллектив, дискуссия, характер, конфликт, сотрудничество, привычка, интонация, характер, гигиена, трудность, чувства, фантазия этика, этикет, речевой этикет;
- приобретать знания по здоровьесбережению, общению со сверстниками, культуре поведения в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- понимать ключевые проблемы по сохранению здоровья, в коммуникации с другими, по преодолению возникших трудностей, связанных с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам;
- овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- понимать культуру движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью

### **«Календарно- тематическое планирование**

№	Тема урока	Количество часов на тему	Примечание
1	Твои новые друзья. Режим дня.	1	
2	Как ты растёшь.	1	
3	Что ты знаешь о себе	1	
4	Как ты познаешь мир.	1	
5	Мы рады встрече.	1	
6	Твои чувства.	1	
7	Понимаем чувства другого.	1	
8	Мы испытываем разные чувства.	1	
9	Мы испытываем разные чувства.	1	
10	Твое настроение.	1	
11	Как изменить настроение.	1	
12	Люди отличаются друг от друга своими качествами.	1	
13	Хорошие качества людей.	1	
14	Самое важное качество.	1	
15	Кто такой сердечный человек?	1	
16	Кого называют доброжелательным человеком?	1	
17	Трудно ли быть доброжелательным человеком?	1	
18	Я желаю добра ребятам в классе.	1	

19	Чистое сердце.	1	
20	Какие качества нам нравятся друг в друге?	1	
21	Какими качествами мы похожи, а какими различаемся?	1	
22	Каждый человек уникален.	1	
23	В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.	1	
24	Какой я?	1	
25	Твои поступки.	1	
26	Твои привычки.	1	
27	Какой ты?	1	
28	Какой ты, учимся договариваться.	1	
29	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	1	
30	Школьные трудности.	1	
31	Школьные трудности (продолжение).	1	
32	Домашние трудности.	1	
33	Домашние трудности (продолжение).	1	
34	Итоговое занятие.		
29	Мой будущий дом.	1	
30	Моя будущая профессия.	1	
31	Моё близкое будущее – 5 класс	1	
32	Что нового меня ждёт в 5 классе?	1	
33	Фантастическое путешествие.	1	
34	Итоговое занятие.		