

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА ПСКОВА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ГЕНЕРАЛА АРМИИ В.Ф. МАРГЕЛОВА»

ул. 23 Июля, д.9, г. Псков, 180004

тел./факс (8112) 72-14-94
e-mail: org13@pskovedu.ru

«ОБСУЖДЕНО»

«УТВЕРЖДАЮ»

на заседании педагогического совета

(Протокол №1 от 28.08.2020 года)

Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа № 18 имени Героя
Советского Союза генерала армии
В.Ф.Маргелова»

М.Б.Ильина
(Приказ № 195 от 31.08.2020 года)

ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Программа внеурочной деятельности детей 7- 8 лет

Срок реализации — 1год

Направление деятельности: социальное

Количество часов за год: 33 ч в неделю 1 час.

Разработчик (автор/составитель): Михайлова Л.В.

Псков
2020 г

I. Результаты освоения курса внеурочной деятельности.

В результате обучения курса у обучающихся будут сформированы личностные и метапредметные (регулятивные, познавательные и коммуникативные) универсальные учебные действия.

Личностные действия:

Обучающийся научится или приобретет:

- научиться ориентироваться в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;
- научиться способам предупреждения и преодоления отрицательных чувств;
- приобретёт способность развить в себе этические чувства - стыда, вины, совести - как регуляторов морального поведения.;
- научиться адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Обучающийся получит возможность для формирования:

- мотивации на здоровый образ жизни;
- эмпатии, как понимание чувств других людей и сопереживание им;
- основ законопослушности;
- чувства положительного отношения к себе.

Метапредметные действия:

Регулятивные:

Обучающийся научится:

- использовать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- выполнять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;
- проявлять инициативу в принятии решений.

Обучающийся получит возможность:

- описывать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- уметь анализировать жизненные ситуации, предвидеть последствия своих решений.

Познавательные:

Обучающийся научится:

- узнавать связь поступков и решений;
- находить способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств;
- узнавать уникальность культуры, к которой они принадлежат, и древние корни здорового образа жизни;
- описывать шаги принятия решений;
- объяснять, что значит ответственное поведение в отношении здоровья.

Обучающийся получит возможность:

- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей группы;
- подбирать информацию, уметь ориентироваться в книге;
- находить ответы на вопросы, используя книгу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

Коммуникативные:

Обучающийся научится:

- ориентироваться на разнообразие способов решения задач и принятия решений;

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

Обучающийся получит возможность:

- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им;
- наблюдать и описывать неповторимость человека.

Данный курс интегрируется с предметами: литературное чтение, окружающий мир.

II. Содержание курса внеурочной деятельности.

Данный курс основан на концепции, которую можно без труда объяснить детям, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие «единого целого», т.е. здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого. Каждую составную часть необходимо рассматривать в контексте понятия «здоровье в целом».

Под физическим аспектом здоровья понимается то, как функционирует наш организм, здоровье всех его систем. Нам важно знать, как наш организм должен функционировать, чтобы мы могли определить: здоровы мы или с нами что-то неладно.

Под интеллектуальным аспектом здоровья понимается то, как мы получаем информацию, знание того, где можно получить нужную информацию и как пользоваться уже полученной информацией. Необходимо умение извлекать знания из самых разнообразных источников и пользоваться ими с тем, чтобы принимать решения, касающиеся своего организма.

Эмоциональный аспект здоровья означает понимание своих чувств и умение выражать их. Знание своего отношения к самому себе и окружающим людям помогает выражать свои чувства в форме, понятной для других. Необходимо уверенное владение целым рядом эмоций.

Социальный аспект здоровья подразумевает осознание себя в качестве личности мужского или женского пола и взаимодействие с окружающими. Необходимо развивать в себе навыки, которые помогли бы в общении со всеми этими людьми.

Личностный аспект здоровья означает то, как мы осознаем себя в качестве личности, как развивается наше «Я» («Я» – это часть личности, которой необходимо развитие осознания себя как личности и чувства самореализации), чего мы стремимся достичь, и что каждый день понимаем под успехом. Каждый человек самореализуется по-своему, и способ самореализации зависит от того, что мы ценим, и чего хотим добиться на благо себя и общества. Некоторые, например, находят способ самореализации в своей работе или карьере, другие – в семье, третьи – в работе на благо других. Мы сами определяем для себя то, что приносит чувство наибольшего удовлетворения.

Духовный аспект здоровья отражает суть нашего бытия (то, что действительно важно для нас, то, что мы более всего ценим). Это центр нашей жизни, обеспечивающий целостность нашей личности, позволяющий нам понять остальные пять аспектов здоровья, и составить свое отношение к ним. В целом важен каждый из аспектов здоровья. Каждый влияет на все остальные. Каждый аспект освещается в данной учебной программе с целью довести до детей принципы здорового образа жизни. Необходимо, чтобы дети уяснили, что заботиться о своём здоровье, прежде всего, должен сам человек.

Основные компоненты работы:

Потребностно-мотивационный – обеспечивает у детей потребность в саморазвитии, самореализации.

Аксиологический – предполагает осознание ребенком ценности, уникальности себя, окружающих, единства с миром во всей его полноте.

Образовательный – обеспечивает детей знаниями о: чувствах, эмоциях, конструктивных способах разрешения проблем, о психоактивных веществах.

Аксиологичность: формирование у детей представления о здоровье как о важнейшей общечеловеческой ценности, ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих.

Многоаспектность: сочетание различных направлений профилактической работы в рамках программы «Полезные привычки»:

социальный аспект (формирование моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни, отрицательного отношения к употреблению алкоголя и наркотических веществ);

психологический аспект (формирование адекватной самооценки, освоение навыков “быть успешным”, самостоятельно принимать решения и нести за них ответственность, прежде всего, перед самим собой);

образовательный аспект (формирование системы представления о негативных последствиях употребления наркотических веществ).

Формы работы:

Информирование (расширение кругозора по вопросам, связанным с табакокурением и опасными для здоровья привычками) ;

Игры - энергизаторы

Ролевое проигрывание (моделирование);

Групповое обсуждение;

Работа по алгоритму формирования навыка;

Тренинг;

Пре-тест;

Пост-тест.

Мозговой штурм

Промежуточная аттестация.

Виды деятельности:

Игровая деятельность.

Познавательная деятельность.

Проблемно-ценностное общение.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

III. Тематическое планирование.

№	Наименование разделов	Всего часов	Количество часов		Характеристика деятельности обучающихся
			Ауди торные	Внеауди торные	
1.	Я- неповторимый человек.	8	6	2	Узнают, что каждый человек является уникальным. Сравнивают признаки людей, находя сходства и различия. Объясняют, что такое

					уникальность. Учится основам экологической культуры: принятие ценности природного мира, готовность следовать в своей деятельности нормам природоохранного, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения. Формулируют простые правила поведения в природе. Испытывают чувство гордости за родную природу. Развивают способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, находить средства и способы ее осуществления..
2.	Культура моей страны	3	1	2	Оценивают себя. Получают представления о богатых и развитых культурах мира. Понимают важность соблюдения культурных традиций России.
3.	Чувства	9	6	3	Получают представление о палитре различных чувств человека, классифицируют чувства в зависимости от жизненной ситуации, учатся управлять своими чувствами, выражать чувства. Знакомятся с различными чувствами людей и возможности управления ими. Обращают внимание на многообразие человеческих чувств. Объясняют, что неприятных чувств можно избежать. Запоминают способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств. Учатся связывать чувства и желания с ожиданиями, последствиями поступков. Объясняют, что для преодоления неприятных чувств существуют специальные приёмы.
4.	Множество решений	6	5	1	Рассказывают о многообразии принимаемых людьми решений. Показывают связь поступков и решений. Составляют алгоритм

					принятия решений. Аргументируют принятое решение.
5.	Здоровье	6	4	2	Получают представление о влиянии ряда поступков на организм, как заботиться о своем здоровье, способах безопасного и интересного проведения времени Осознают пользу и вред лекарственных препаратов в зависимости от ситуации. Иметь представление о влиянии табачного дыма на организм человека, последствиях курения, способах безопасного и интересного проведения времени. Учатся ответственному поведению по отношению к здоровью.
6.	Промежуточная аттестация. Пост-тест	1	1		Анализируют полученные навыки в результате прохождения курса. Самоисследование уровня информированности о проблеме употребления ПАВ.
	Итого	33 ч.	23 ч.	10 ч.	