

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Омской области
Комитет по образованию Калачинского муниципального района Омской области
БОУ "Сорочинская СОШ"

«РАССМОТРЕНО»
Методическим объединением
Учителей начальных классов
Руководитель МО
_____ Бобкова Е.М..
Протокол № 1 от 30.08. 2024 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР
_____ С.В.Калинина
Протокол №1 от 30.08.2024 г.

«УТВЕРЖДЕНО»
Директор школы:
_____ Л. Р. Лубнина
Приказ № 455 от 30.08.24

Рабочая программа курса внеурочной деятельности

«Полезные привычки»

на 2024-2025 учебный год

3 класс

Составитель: Глаубец Анна Валерьевна
социальный педагог

Сорочино-2024 год

**Содержание курса внеурочной деятельности с указанием
форм организации и видов деятельности**

Форма организации	Содержание курса	Вид деятельности
Профилактическая программа «Полезные привычки»	<p>Введение. Вводное занятие Введение в образовательную программу. Правила поведения на занятиях.</p>	Беседа.
	<p>Раздел «Положительный образ«Я» Знакомимся с характером одноклассников и своим. Учимся оценивать себя.</p>	Беседа. Практическая работа.
	<p>Понятие о полезных привычках Знакомимся с полезными привычками. Формируем у детей сознательное отношение к сохранению своего здоровья.</p>	Беседа. Просмотр мультфильма.
	<p>Умение общаться расширять кругозор детей в отношении полезных привычек, положительно влияющих на здоровье детей, вредных привычек, разрушающих здоровье, эффективных форм и методов сохранения здоровья</p>	Беседа Практическая работа
	<p>Принятие решений Учить детей понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; Способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.</p>	Беседа
	<p>Бережное отношение к природе Сформировать понятие о пользе и вреде, который человек наносит природе</p>	Беседа. Наблюдения за окном.

	<p>Соблюдение правил дорожного движения. Изучить сигналы светофора и регулировщика.</p>	Беседа. Игра.
	<p>Проведение досуга. Игры на улице. Научить детей уважать соперников.</p>	Беседа. Игра.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Цель программы: «Полезные привычки» - овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других ПАВ.

Задачи:

- предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе;
- способствовать увеличению знаний учащегося путем обсуждения проблем, связанных с алкоголем и курением.
- учить детей понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению;
- способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними.
- учить детей эффективно общаться.
- помочь школе и родителям в предупреждениях приобщения учащихся начальной школы к табаку и алкоголю.

Общая характеристика курса внеурочной деятельности.

Программа призвана:

- воспитывать у детей сознательное отношение к сохранению своего здоровья, желания быть здоровым, противостояние отрицательному влиянию со стороны окружающих;
- расширять кругозор детей в отношении полезных привычек, положительно влияющих на здоровье детей, вредных привычек, разрушающих здоровье, эффективных форм и методов сохранения здоровья;

- сформировать у детей умение выстраивать свой день в зависимости от режима питания, труда, отдыха и сна - как основы для сохранения и поддержания здоровья, физических сил, работоспособности детей;
- познакомить с комплексами упражнений, позволяющими снять напряжение во время занятий в школе и дома;
- развивать двигательную активность детей через подвижные игры физкультминутки.

Превентивное обучение является одной из составляющих образования в области охраны здоровья.

“Здоровье - состояние полного физического, умственного и социального благополучия человека, а не только отсутствие заболевания или немоци”.

Двумя неотрывными элементами школьного образования в области охраны здоровья являются обучение и воспитание. Воспитание детей в области охраны здоровья - это формирование навыков ответственного поведения и формирование здоровых установок или развитие личностной и социальной компетенции. Превентивное обучение направлено на снижение вероятности приобщения и основано на следующих научно установленных закономерностях: Вероятность приобщения снижается, если ученики критически относятся к своему поведению, обучены рефлексии и самоанализу. Вероятность приобщения снижается, если поощряется вера в свои силы, признается уникальность каждого ученика. Вероятность приобщения снижается, если учащиеся умеют распознавать опасные ситуации, принимать рациональные решения, находить альтернативные, употреблению табака и алкоголя, модели поведения. Вероятность приобщения снижается, если дети обучены распознаванию ситуации группового давления и располагают навыками сопротивлению давлению. «Полезные привычки» создавались в помощь учителям начальной школы. Они предназначены для того, чтобы дать учителям в руки научно-обоснованные и простые в использовании практические материалы для обучения детей в области охраны здоровья. Превентивное обучение особенно важно для детей младшего школьного возраста. Во-первых, потому что профилактика намного эффективнее среди тех, кто еще не употребляет ПАВ. Во-вторых, приобщение к любым ПАВ начинается с алкоголя и табака. Предупреждение их употребления способствует предупреждению употребления ПАВ вообще. Таким образом, программа «Полезные привычки» очень актуальна в современных условиях воспитания и развития здоровых, полноценных граждан нашего общества.

В соответствии с учебным планом курс изучается с 1 по 4 класс. Занятия проводятся один раз в неделю. Общий объем учебного времени составляет 34 часа для каждого года обучения.

Ценностные ориентиры содержания курса.

Ценность истины – осознание ценности научного познания как части культуры человечества, проникновения в суть явлений, понимание закономерностей, лежащих в основе социальных явлений; приоритетности знания, установления истины, самого познания как ценности. Ценность семьи – понимание важности семьи в жизни человека, осознание своих корней, формирование эмоционально-позитивного отношения к семье, близким, взаимной ответственности, уважения к старшим, их нравственным идеалам. Ценность гражданственности и патриотизма – осознание себя как члена общества, народа, представителя страны, государства; чувство ответственности за настоящее и будущее своего языка; интерес к своей стране, языку, культуре, ее жизни и ее народу. Ценность общения – понимание важности общения как значимой составляющей жизни общества, как одного из основополагающих элементов культуры.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

Личностные:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.

Метапредметные результаты:

Регулятивные:

- планировать собственную деятельность;
- анализировать и объективно оценивать свои поступки и слова;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;

Познавательные:

- ориентироваться в своей системе знаний;
- самостоятельно определять, какая информация нужна для решения жизненных задач;
- отбирать источники информации среди предложенных, перерабатывать полученную информацию, делать выводы на основе обобщения знаний;

Коммуникативные:

- доносить свою позицию до других;
- высказывать свою точку зрения и пытаться ее обосновать, приводя аргументы, слушать других, быть готовым изменить свою точку зрения.

Предметные результаты:

- после завершения курса обучающиеся смогут объяснить в доступной для них форме вред курения;
- смогут отказаться от вредной привычки сами и повлиять на выбор сверстников;
- используя компьютер, смогут подготовить презентацию или небольшой доклад о вреде курения, о пользе здорового образа жизни, о приоритетном значении спорта в жизни каждого человека.

Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы курса внеурочной деятельности Полезные привычки

Всего – 34 часа

В неделю – 1 час

№	Наименование раздела, темы	Количество часов	Дата проведения
	Раздел «Положительный образ «Я»	2	
1.	Мой характер	1	
2.	Учусь оценивать себя сам	1	
	Понятие о полезных привычках	1	
3.	Термин “полезная привычка”. Влияние полезных привычек на здоровье человека.	1	
	Раздел «Умение общаться»	17	
4.	Учусь взаимодействовать	1	
5.	Учусь настаивать на своём	1	
6.	Общение	1	
7.	Щедрость	1	
8.	Пунктуальность	1	
9.	Правдивость	1	
10.	Волшебные слова	1	
11.	Доброе отношение к окружающим	1	
12.	Любовь к животным	1	
13.	Справедливость	1	
14.	Умение дружить	1	
15.	Взаимопонимание	1	
16.	Поведение в общественных местах.	1	
17.	Разговор по телефону	1	

18.	Я становлюсь увереннее	1	
19.	Курение.	1	
20.	Вред курения	1	
	Раздел «Принятие решений»	2	
21.	Я становлюсь увереннее	1	
22.	Когда на меня оказывают давление.	1	
	Раздел «Бережное отношение к природе»	2	
23.	Природа в опасности. Экология. Значение экологии в жизни современного человека. Взаимосвязь всех факторов на Земле.	1	
24.	Правила поведения в природе. Бережное отношение и любовь к природе. Помощь природе.	1	
	Раздел «Соблюдение правил дорожного движения»	3	
25.	«Знайте правила движения как таблицу умножения»	1	
26	Причины дорожно-транспортных происшествий. Виновники дорожно-транспортных происшествий	1	
27	Сигналы светофора и регулировщика. Дорожная грамота. Отряды ЮИД – помощники ГАИ.	1	
	Проведение досуга	3	
28.	Хобби. Увлечение. Коллекционирование.	1	
29.	Развитие познавательных интересов. Общение.	1	
30.	Игра. Правила игры. Уважение	1	

	к соперникам.		
31.	Подвижные игры на свежем воздухе: «Третий лишний», «Колечко», «Прятки», «Съедобное-несъедобное». Игры в помещении: «Кошки-мышки», «Ручеёк», «Золотые ворота».	1	
32-33.	Обобщение изученного материала. Пост-тест	2	
34.	Викторина " Мои полезные привычки"	1	
	Итого	34 часа	