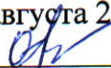
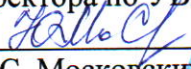


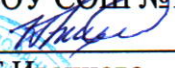
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Тулуна  
«Средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено: на заседании  
ШМО классных руководителей  
Протокол № 1  
от 31 августа 2023 года

  
Рук-ль ШМО  
Ивенкова О.А.

Согласовано:  
заместитель  
директора по УВР  
  
Ю.С. Московских

Утверждаю: директор  
МБОУ СОШ №1

  
И.Г.Иванцова  
Приказ №245-п  
от 31.08.2023 г.



**Программа внеурочной деятельности**  
**Элективный курс «Все цвета, кроме черного»**  
**(начальное основное образование)**

Составил(а):  
Машкина Алина Владимировна,  
социальный педагог

# 1. Планируемые результаты программы внеурочной деятельности «Все цвета, кроме чёрного»

## Личностные результаты

В рамках компонента сформированы:	<i>когнитивного</i> будут	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;</li> <li>• установки на здоровый образ жизни;</li> <li>• широкие познавательные интересы, инициатива и любознательность, мотивы познания и творчества</li> </ul>
В рамках эмоционального будут сформированы:	<i>ценностного и компонентов</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• уважение к личности и её достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;</li> <li>• потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;</li> <li>• позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении</li> </ul>
В рамках будут сформированы:	<i>деятельностного (поведенческого) компонента</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;</li> <li>• готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, во внеучебных видах деятельности;</li> <li>• потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности.</li> <li>• способность эффективно строить взаимоотношения со взрослыми и сверстниками;</li> <li>• ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей</li> </ul>
<p><i>Обучающийся получит возможность научиться:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• адекватной позитивной самооценке;</li> <li>• представлять ценности здоровья и бережно относиться к собственному здоровью;</li> <li>• устойчивому следованию в поведении моральным нормам и этическим требованиям;</li> <li>• эмпатии, как пониманию и сопереживанию чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия</li> </ul>		

## Метапредметные результаты

<p><i>Регулятивные универсальные учебные действия</i></p>
<p>Обучающийся получит возможность научиться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;</li> <li>• принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;</li> <li>• адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации;</li> <li>• основам саморегуляции эмоциональных состояний;</li> <li>• овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми;</li> <li>• извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста;</li> <li>• определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя;</li> <li>• учиться осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;</li> </ul>

• строить речевое высказывание в устной форме

*Коммуникативные универсальные учебные действия*

Обучающийся получит возможность научиться:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- работать в паре и в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;
- учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах;
- выполнять различные роли;
- слушать и понимать речь других ребят;
- осознавать особенности позиции ученика и учиться вести себя в соответствии с этой позицией.

*Познавательные универсальные учебные действия*

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно включаться в творческую деятельность;
- 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

### **Предметные результаты**

*Обучающийся получит возможность научиться:*

- применять элементарные представления о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, нравственного, социально-психологического; о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;
- понимать важность физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- применять представления об оздоровительном влиянии природы на человека;
- первоначальным представлениям о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;
- представлениям об аддиктивных проявлениях различного рода – наркозависимости, табакокурении, алкоголизме, как факторах, ограничивающих свободу личности;
- противостоять влиянию социально-негативных явлений;
- потребности в соблюдении правил личной гигиены, режима дня, здорового питания

## **2. Содержание программы внеурочной деятельности «Все цвета, кроме чёрного»**

### **2 класс «Учусь понимать себя»**

№ п/п	Тема занятия	Содержание	Форма занятия	Характеристика вида деятельности
1	Твои новые друзья	Вводное занятие. Твои новые друзья. Диагностика «Уровня социальной адаптированности	Подвижная игра, презентация	Определить уровень социальной адаптированности учащихся. Формировать умения анализировать свой режим дня, его соответствие требованиям и нормам



		учащихся».Режим дня.		здорового образа жизни. Сформировать представление, что неправильно. организованный режим дня может стать причиной школьных трудностей.
2	Как ты растешь. Как здоровье влияет на самочувствие	Частота пульса и дыхания. Сравнение лёгких здорового человека и курильщика.	Дискуссия. Мини - исследование	Самостоятельно определять и формулировать трудности, возникающие в школе и дома при выполнении домашних заданий. Учиться помогать друг другу в трудных ситуациях. Сформировать представление о физическом развитии младшего школьника. Сформировать навык оценки своего физического состояния
3	Что ты знаешь о себе	Рост. Вес. Частота пульса в покое. Частота пульса после нагрузки. Частота дыхания в покое. Частота дыхания после нагрузки.	Проблемный диалог. Анкетирование Коммуникативная игра с применением упражнений-активаторов	Формировать представления о значении нормальных условий жизни для роста и развития. Заполнить таблицу веса и роста на начало учебного года. Формировать представления о необходимости особенно бережного отношения к собственному здоровью в период роста
4	Твоё настроение	Какое бывает настроение. Что вызывает такое настроение.	Экспресс-опрос. Наблюдение. Игра-тренинг.	Дать представление о том, что такое настроение. Развивать навыки оценки своего настроения, изучить элементарные приемы, помогающие снять напряжение, формировать навык регуляции настроения
5	Как ты познаешь мир. Органы чувств. Тренируем память и внимание	Основные функции органов чувств. Правила соблюдения ЗОЖ. выполнение физических упражнений	Презентация. Исследовательская и практическая работа. Конкурс плакатов	Сформировать представление об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об особенностях познания окружающего мира. Сформировать осознание необходимости осторожного обращения с неизвестными веществами. Тренировать внимание и память.
6	Твои чувства	Чтение отрывков из литературных произведений и	Дискуссия. Сюжетно-ролевая игра.	Дать представление о чувствах человека. Формировать умение

		обсуждение. Виды чувств, особенности их проявления	Сказкотерапия	анализировать свои чувства.
7	Как изменить настроение Регуляция своего эмоционально го состояния	Аудиосказка «Царевна – Несмеяна». Сочинение сказки «Как Грусть- Тоска превратилась в Радость-Веселье».	Проблемный диалог, конкурс, творческий проект	Дать представление о способах изменения настроения. Развивать творческие способности; навык регуляции собственного эмоционального состояния. Расширять речевой диапазон школьника
8	Твои поступки. Последствия поступков.	Поступки, характеризирующ ие человека. Примеры из жизни о достойных поступках.	Дискуссия. Тренинг. Творческий проект.	Научить учащихся оценивать свои поступки. Формировать понятия о хороших и плохих поступках. Развивать умения прогнозировать последствия поступков.
9	Твоя привычка	Как избавиться от вредных привычек и воспитать полезные привычки. Чтение и анализ сказки А. де Сент-Экзюпери «Маленький принц».	Смысловое чтение. Блиц-опрос. Диалог.	Сформировать представление о привычках, их значении в жизни человека. Развивать умение вырабатывать полезные привычки, умение проявлять силу воли и твердость. Сформировать первоначальные представления о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека
10	Твой день	Режим дня. Целеполагание. Успех человека. Причины успеха и не успеха.	Интерактивная игра. Диагностическ ая работа	Выявить уровень социальной адаптированности учащихся в конце курса «Учусь понимать себя». Формировать умение самооценки и самоанализа

### 3 класс «Учусь понимать других»

№ п/ п	Тема учебного занятия	Содержание	Форма учебного занятия	Характеристика вида деятельности
1	Что изменилось за год	Заполнение дневника наблюдений по физиологическим данным уч-ся. Саморегуляция настроения.	Мини- исследование Деловая игра.	Формировать умения анализировать физиологические данные, настроение, работоспособность. Обучить элементарным навыкам эмоциональной

		Работоспособность учащихся.		разгрузки (релаксации);
2	Как научиться разговаривать с людьми	Выражение чувств и настроения словами в разных ситуациях: знакомство, благодарность, поздравление, просьба, отказ, извинение, сочувствие и т.д.	Диалог	Формировать навыки позитивного коммуникативного общения
3	Что такое интонация	Произношение одних и тех же слов с разной интонацией. Объяснение детьми крылатых выражений. Чтение по ролям отрывка из сказки «Федорино горе» с разной интонацией	Дискуссия. Работа в группах. Дидактическая игра.	Формировать навыки позитивного коммуникативного общения
4	Как научиться преодолевать трудности	Игра «Анлодисменты» Игра «Поддержка» Игра «Просьба» Игра «Поймай мяч» Игра «Сделаем вместе» Игра «Отказ» Предлагаемые игровые ситуации побуждают ребенка делать выбор между «плохим» и «хорошим», проявлять сильные стороны характера, а также понимать себя и других, сочувствовать, сопереживать и преодолевать трудности	Тестирование. Игры. Работа в парах. Тренинг желаемого поведения.	Формировать навыки позитивного коммуникативного общения. Развивать умение проявлять дисциплинированность, последовательность и настойчивость в выполнении учебных и других заданий
5	Как понять друг друга без	Выражение своих чувств, эмоций	Конкурс пантомим	Научиться преодолевать трудности в общении



	слов	без слов с помощью жестов и мимики.		
6	Для чего нужна улыбка	Театральная постановка отрывка из сказке «Крошка Енот и тот, кто сидит в пруду».	Экспромт-театр	Сформировать представление о значении мимики и жестов в общении.
7	Умеешь ли ты дружить	Правила дружбы у народов разных стран. 10 законов дружбы.	Продуктивное чтение. Коммуникативная игра	Формировать представления о значимости доброжелательных отношений между людьми.
8	Конкурс знатоков	Конкурс состоит из 11 разнообразных заданий, которые позволяют обобщить и закрепить полученные на курсе знания.	Интеллектуальный конкурс	Выявить уровень подготовки учащихся по содержанию курса. Формировать умение самооценки и самоанализа

#### 4 класс «Учись общаться»

№ п/п занятия	Тема учебного занятия	Содержание	Форма учебного занятия	Характеристика вида деятельности
1	Что вы знаете друг о друге	Моё любимое занятие (хобби, увлечение). Досуг. Увлечения сверстников, взрослых людей	Интерактивная игра	Формировать навыки общения, способности оценивать своё поведение, самостоятельно принимать решения и нести ответственность за свои поступки.
2	Твой класс	Дружба в классном коллективе. Эмпатия. Цветовая карта настроения.	Творческий проект, мини-исследование	Формировать способность анализировать свои симпатии, привязанности; бережно относиться к чувствам других людей.
3	Кто твой друг	«Настоящие друзья». Законы дружбы. Ценные черты характера. М. Твен «Приключения Тома Сойера»	Дискуссия, продуктивное чтение.	Расширить представления детей о дружбе, позитивном отношении к людям.
4	Как научиться жить дружно	Основные причины ссоры друзей, знакомых.	Инсценирование. Продуктивное	Развивать способность к установлению дружеских взаимоотношений в

		Сказка <i>Льюиса Кэрролла</i> «Алиса в Зазеркалье»	чтение	коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке. Сформировать первоначальные навыки коллективной работы
5	Как помириться после ссоры	Игра — «Ссоримся и миримся». Сказка <i>А. Линдгрен</i> «Мальш и Карлсон»	Проблемный диалог, интерактивная игра	Привить умение находить пути выхода из конфликтов, развивать представление о необходимости и важности примирения, способах выхода из конфликтных ситуаций. Формировать опыт ответственного социального поведения
6	Какой у тебя характер	Характер и черты характера. Самоанализ своего характера.	Сюжетно-ролевая игра.	Дать учащимся представление о характере, многообразии черт характера.
7	Как воспитать характер	Сильный характер. Рассказ об известных героях и их отважных подвигах.	Тренинг	Сформировать элементарные представления о национальных героях страны. Дать детям представление о возможности воспитывать в себе определённые черты характера.
8	Как сказать «нет» и отстаивать своё мнение	Игра «Да и нет — не говорите!». Личное мнение и мнение группы.	Игра. Сказкотерапия.	Научить ребят отстаивать своё мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.
9	Фантастическое путешествие	Привычки людей. Мир, в котором мы живем. Рисунок нашей планеты и выбор планеты, на которой бы хотелось жить. Игра «Воздушные шарики»	Дидактическая игра. Творческий проект	Формировать эстетические идеалы, развивать чувства прекрасного Выявить уровень подготовки учащихся по содержанию курса. Формировать умение самооценки и самоанализа
10	Конкурсы знатоков	Конкурс состоит из разнообразных заданий, которые позволяют обобщить и закрепить полученные на курсе знания.	Интеллектуальный конкурс	Систематизировать и закрепить знания по курсу. Развивать способность к установлению дружеских взаимоотношений в коллективе, основанных на взаимопомощи и взаимной поддержке.



### 3. Тематическое планирование программы внеурочной деятельности «Все цвета, кроме чёрного»

#### 2 класс «Учусь понимать себя»

Номер п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов
1	Твой новые друзья	1
2	Как ты растёшь	2
3	Что ты знаешь о себе	2
4	Твоё настроение	2
5	Как ты познаёшь мир	2
6	Твоё настроение	2
7	Как ты познаёшь мир	2
8	Твои чувства	2
9	Твои привычки	2
10	Настольная игра «Твой день»	1
Итого:		18 ч.

#### 3 класс «Учусь понимать других»

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов
1	Что изменилось за год	2
2	Как научиться разговаривать с людьми	2
3	Что такое интонация	2
4	Как научиться преодолевать трудности	3
5	Как понять друг друга без слов	2
6	Для чего нужна улыбка	2
7	Умеешь ли ты дружить	3
8	Конкуре знатоков	2
Итого:		18 ч.

#### 4 класс «Учусь общаться»

№ п/п	Тема учебного занятия	Кол-во часов
1	Что вы знаете друг о друге	1
2	Твой класс	2
3	Кто твой друг	2
4	Как научиться жить дружно	2
5	Как помириться после ссоры	2
6	Какой у тебя характер	2
7	Как воспитать характер	2
8	Как сказать «нет» и отстаивать своё мнение	2
9	Фангастическое путешествие	2
10	Конкуре знатоков	1
Итого:		18 ч.