

## 1. Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Учусь понимать других.» разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки России от 6.10.2009 г № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования".
- Приказами Министерства образования и науки Российской Федерации «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования» от 26.11.2010 г. N 1241, от 22.09.2011 г. № 2357, от 18.12.2012 N 1060, от 29.12.2014 N 1643, от 18.05.2015 N 507.

На основании:

- Основной образовательной программы начального общего образования МАОУ «Гимназия № 1».
- Положения о рабочей программе курса внеурочной деятельности МАОУ «Гимназия № 1».
- 

**Направление программы:** общекультурное

Программа предназначена для учащихся 3 класса.

Программа курса внеурочной деятельности «Учусь понимать себя.» разработана на основе требований к результатам освоения ООП НОО с учетом программ, входящих в ее структуру, а именно, РПУП «Окружающий мир» и Программы развития УУД.

Программа внеурочной деятельности по направлению «Учусь понимать других» может рассматриваться как одна из ступеней к формированию здорового образа жизни и неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса в школе.

Программа направлена на формирование позитивного мироощущения, выработки у детей навыков эффективной социальной адаптации, позволяющей находить удовольствие от жизни как таковой и в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

**Реализация программы предполагает решение следующих задач:**

- формирование у детей представлений о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценить себя (своё состояние, поступки) и других людей;

- формирование представления об особенностях своего организма, характера, навыках управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умение строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов);
- формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих;
- пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении новых знаний;
- просвещение родителей в вопросах развития у детей представлений о здоровом образе жизни, предупреждение вредных привычек.

Таким образом, программа «Учусь понимать других» является одним из механизмов реализации Программы развития УУД, обеспечивающим развитие всех групп метапредметных УУД и вносящим вклад в достижение личностных результатов. Программа «Учусь понимать себя.» усиливает вариативную составляющую программы учебного предмета «Окружающий мир», связанную с углублением содержания по следующим разделам: Общее представление о строении тела человека. Системы органов (опорно-двигательная, пищеварительная, дыхательная, кровеносная, нервная, органы чувств), их роль в жизнедеятельности организма. Гигиена систем органов. Личная ответственность каждого человека за состояние своего здоровья и здоровья окружающих его людей. Правила взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, культура поведения в школе и других общественных местах.

Курс реализуется в течение учебного года, начиная со I четверти 1 раз в неделю в количестве 30 часов.

## **2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Учусь понимать себя.»**

**Программа обеспечивает формирование следующих:**

**личностных результатов:**

- внутренняя позиция школьника на уровне положительного отношения к школе, ориентации на содержательные моменты школьной действительности и принятия образца «хорошего ученика»;
- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей;

- знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;
- развитие этических чувств — стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения; понимание чувств других людей и сопереживание им;
- установка на здоровый образ жизни;
- *установки на здоровый образ жизни и реализации её в реальном поведении и поступках;*
- *эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь другим и обеспечение их благополучия.*

**метапредметных результатов:**

- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учёта характера сделанных ошибок, использовать предложения и оценки для создания нового, более совершенного результата
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве.*
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), в открытом информационном пространстве, в том числе контролируемом пространстве сети Интернет;
- строить сообщения в устной и письменной форме;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;
- устанавливать аналогии.
- *осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;*
- *осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;*
- *строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей;*
- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- строить понятные для партнёра высказывания, учитывающие, что партнёр знает и видит, а что нет;
- задавать вопросы;
- контролировать действия партнёра;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.
- *аргументировать свою позицию и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;*
- *продуктивно содействовать разрешению конфликтов на основе учёта интересов и позиций всех участников;*
- *задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;*
- *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;*
- *адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач, планирования и регуляции своей деятельности.*

#### **предметных результатов:**

- понимать необходимость здорового образа жизни, соблюдения правил безопасного поведения; использовать знания о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья.
- оценивать характер взаимоотношений людей в различных социальных группах (семья, группа сверстников, этнос), в том числе с позиции развития этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания чувств других людей и сопереживания им;
- использовать различные справочные издания (словари, энциклопедии) и детскую литературу о человеке и обществе с целью поиска информации, ответов на вопросы, объяснений, для создания собственных устных или письменных высказываний.
- *пользоваться простыми навыками самоконтроля самочувствия для сохранения здоровья; осознанно соблюдать режим дня, правила рационального питания и личной гигиены;*

- выполнять правила безопасного поведения в доме, на улице, природной среде, оказывать первую помощь при несложных несчастных случаях;
- наблюдать и описывать проявления богатства внутреннего мира человека в его созидательной деятельности на благо семьи, в интересах образовательной организации, социума, этноса, страны;
- проявлять уважение и готовность выполнять совместно установленные договорённости и правила, в том числе правила общения со взрослыми и сверстниками в официальной обстановке; участвовать в коллективной коммуникативной деятельности в информационной образовательной среде.

### 3. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Содержание	Формы организации	Виды деятельности	Взаимосвязь с содержанием учебного предмета «Окружающий мир» 3 класс
Что изменилось за год. Как научиться разговаривать с людьми	Ролевые игры. Контекстное обучение:	Знакомятся с практическими приёмами знакомства с людьми	Друзья, взаимоотношения между ними; ценность дружбы, согласия, взаимной помощи.
Что такое интонация. Для чего нужна улыбка.	включение информации об опасности наркотизации в содержание базовых	Формируют представления об интонации, ее роли в общении между людьми Расширяют представление о роли доброжелательных отношений между людьми	Правила взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, культура поведения в школе и других общественных местах. Внимание к сверстникам, одноклассникам
Как научиться преодолевать трудности	учебных курсов, в различные	Выявляют причины, проблемы связанные с общением Знакомятся с приёмами эффективного общения	
Как понимать друг друга. Умеешь ли ты дружить	виды творчества.	Расширяют представление о роли дружбы Осваивают навыки сотрудничества	

### 4. Тематическое планирование (30 часов)

№ п/п	Тема	Количество часов
1-2	Что изменилось за год	2

3-4-5	Как научиться разговаривать с людьми	3
6-7	Что такое интонация	2
8-9	Как научиться преодолевать трудности вместе	2
10-11-12	Эффективное общение	3
13-14-15	Как понять друг друга без слов	3
16-17	Мимика и жесты	2
18-19-20	Для чего нужна улыбка	3
21-22	«От улыбки хмурый день светлей...»	2
23-24	Умеешь ли ты дружить	2
25-26	Вместе не грузно...	2
27-28-29	Что мы узнали за год	3
30	Конкурс знатоков	1

## 5. Формы подведения итогов реализации программы

Для определения эффективности функционирования программы целесообразно избрать критерии, позволяющие оценить результативность осуществляемой деятельности по достижению целевых ориентиров. К числу таких критериев можно отнести:

1. сохранение и повышение уровня здоровья детей;
2. уменьшение количества детей, употребляющих психически активные вещества;
3. снижение уровня правонарушений, совершаемых несовершеннолетними;
4. развитие познавательного потенциала ребёнка;
5. повышение уровня коммуникативных способностей ребёнка;
6. улучшение социальной ориентации;
7. сформированность у учащихся первоначальных умений самопознания, самореализации и самоутверждения.

### Диагностический инструментарий

Показатели	Индикаторы
Уровень здоровья детей	1. Прибавка в весе и росте; 2. Отсутствие отрицательной динамики состояния здоровья учащихся 3. Малое количество больничных в течении года
Уменьшение количества детей, совершающих правонарушения и употребляющих психотропные вещества	1. уменьшение правонарушений; 2. уменьшение детей, стремящихся к табакокурению, употреблению алкоголя
Улучшение социальной ориентации	1. Социальная активность учащихся; 2. Сформированность основных качеств личности; 3. Увеличение количества детей, проявляющих социальную активность;

	4.Отсутствие отрицательной динамики правонарушений и преступлений среди учащихся
Познавательный потенциал	1.Развитие познавательных интересов; 2.Способность к проектной деятельности
Коммуникативные способности	1.Коммуникабельность; 2.Сформированность коммуникативной культуры детей
Сформированность самопознания, самоутверждения	1. Адекватный уровень самооценки. 2. Стремление к самоуправлению в классном коллективе.

## 6. Список рекомендуемой литературы

1. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для начальной школы. – М.: Вентана-Граф, 2002.
2. Безруких М.М., Филиппова Т.А. Учебно-методический комплект «Разговор о правильном питании». – М.: Олма-Пресс, 1999–2003.
3. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Учебно-методический комплект «Две недели в лагере здоровья». – М.: Олма-Пресс, 2002.
4. Журавлева О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н. Программа «Путешествие во времени» (методические рекомендации по курсу профилактических занятий для подростков). – М., 2000.
5. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей 1–11 классов / Под ред. В.Н. Касаткина, Л.А. Щеплягиной. – М., 2001.
6. Кобякова Т.Г., Смердов О.А. Первичная профилактика наркозависимости: концепция программы организации и развития подросткового добровольческого движения. – М., 2002.
7. Латышев Г.В., Орлова М.В., Яцышин С.М., Титова О.А., Речнев Д.О. Руководство по работе с подростками «Смотри по жизни вперед». – СПб.: АПКИПРО, 2001.
8. Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного. Учебно-методический комплект для 7–11 классов. – М.: Просвещение, 2004.
9. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Учебно-методический комплект «Волшебные уроки в стране Здоровье». – СПб., Образование и культура, 1999.
10. Макеева А.Г. Учебно-методический комплект «Не допустить беды». – М.: Просвещение, 2003.
11. Подростковая наркомания. Комплект наглядно-методических пособий. – М.: Центр Планетариум, 2002.

12. Прокофьев С.Л. и др. Румяные щёчки.-М.:Физкультура и спорт, 1988

Серия «Работающие программы». Составители серии Чечельницкая С.М., Родионов В.А.  
– М., 2000.