**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Коношская средняя школа имени Н.П.Лавёрова»**

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**«Полезные привычки»**

**(направление: спортивно-оздоровительное)**

**2Д класс**

**Срок реализации программы: 1 год**

**Составитель: учитель Сандул Олеся Александровна**

**п.Коноша**

**2020 – 2021**

**Раздел 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»**

К концу 2-го класса у учащихся должны быть сформированы следующие представления.

*Учащиеся должны знать:*

* что человек узнает мир с помощью органов чувств,
* культуру питания, культуру поведения,
* полезные привычки,
* коллективные игры,
* приемы вербального и невербального общения,
* правила поведения дома, в общественных местах, на улице,
* содержание домашней аптечки: что опасно для детей, что может помочь при простейших травмах,
* негативное значение вредных привычек и нездорового образа жизни,
* причины возникновения конфликтов,
* значение положительных и отрицательных эмоций человека,
* способы избегания негативных ситуаций.

*Учащиеся научатся:*

* использовать в своей речи вежливые слова,
* соблюдать правила поведения в школе, дома, на улице, на природе, в транспорте, на дороге,
* слушать и слышать учителя и одноклассников,
* взаимодействовать с одноклассниками в работе или игре,
* выражать свои мысли и доводить их до собеседника.

*Учащиеся получат возможность научиться:*

* обладать навыками самоконтроля,
* отстаивать свое мнение,
* организовывать коллективные игры в компании своих одноклассников,
* понимать чувства близких людей,
* навыкам общения и совместного обучения,
* противостоять вредным привычкам,
* пользоваться простейшими средствами домашней аптечки,
* определять связь поступков и решений, объяснять шаги принятых решений,
* ориентироваться в сложных ситуациях и принимать правильные решения.

**Раздел 2. Содержание курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»**

Спецификой курса является формирование навыков здорового образа жизни, первичная профилактика вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики), формирование правильного поведения в обществе. Программа основывается на принципах превентивного (профилактического) обучения, которое включает в себя:

* сочетание знаний и навыков ответственного поведения в отношении здоровья с формированием здоровых установок и привычек;
* формирование положительного образа «Я» ребенка;
* навыков принятия ответственного поведения, ответственных решений и эффективного общения;
* навыков сопротивления давлению средств массовой информации и сверстников;
* формирование таких духовно-нравственных ориентиров, которые сводят риск приобщения к вредным привычкам к минимуму.

**Раздел 1.** **Я и моё окружение (7 ч.)**

Я - неповторимый человек – 1 ч.

Чувства, о чём они говорят – 2 ч.

Как я выгляжу – 1 ч.

Твои поступки и твои родители – 1 ч.

Ты и твоё здоровье – 1 ч.

Дружба – 1 ч.

**Раздел 2.** **Интересные занятия (6 ч.)**

Культура моей семьи и я – 1 ч.

Обязанности ученика в школе и дома – 1 ч.

Здоровый образ жизни – 1 ч.

Спорт и школьник – 1 ч.

Мои увлечения – 1 ч.

Увлекательный мир профессий – 1 ч.

**Раздел 3. Учусь понимать людей (8 ч.)**

Чем богат человек – 1 ч.

Моя мама - самая лучшая – 1 ч.

Наш класс – 1 ч.

Школьный этикет – 1 ч.

Праздничный этикет – 1 ч.

Учимся общаться – 2 ч.

Толерантность – что это? – 1 ч.

**Раздел 4. Опасные и безопасные ситуации (9 ч.)**

Что несет вред нашему здоровью и жизни – 1 ч.

Вредные и полезные привычки – 2 ч.

Опасные и безопасные ситуации – 1 ч.

Правила поведения дома – 1 ч.

Домашняя аптечка. Что надо знать? – 1 ч.

Правила поведения на дорогах и в транспорте – 1 ч.

Правила поведения во дворе и на улицах города – 1 ч.

Правила поведения в лесу и на водоемах в разное время года – 1 ч.

**Раздел 5. Учусь принимать решения (3 ч.)**

Зачем быть вежливым – 1 ч.

Понятие «терпения». Как справляться со своими эмоциями – 1 ч.

Наши чувству и чувства других людей – 1 ч.

**Подведение итогов года – 1 ч.**

**Формы организации внеурочной деятельности:**

* беседа,
* коллективная творческая деятельность,
* индивидуальные и коллективные проекты,
* экскурсии,
* викторины,
* просмотр видеороликов, прослушивание аудиозаписей (притчи, сказки, стихи и т.д.),
* дискуссии,
* ролевые игры,
* психогимнастические упражнения.

**Виды деятельности:**

* развитие навыков дискуссионного общения,
* игровая деятельности,
* художественная деятельность (рисование, сочинение сказок, рассказов),
* работа с разными источниками информации.

**Раздел 3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности «Полезные привычки»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| **Я и моё окружение (7 ч.)** |
| 1 | Я - неповторимый человек | 1  |
| 2 | Чувства, о чём они говорят | 2 |
| 3 | Как я выгляжу | 1 |
| 4 | Твои поступки и твои родители | 1 |
| 5 | Ты и твоё здоровье | 1 |
| 6 | Дружба | 1 |
| **Интересные занятия (6 ч.)** |
| 7 | Культура моей семьи и я | 1 |
| 8 | Обязанности ученика в школе и дома | 1 |
| 9 | Здоровый образ жизни | 1 |
| 10 | Спорт и школьник | 1 |
| 11 | Мои увлечения | 1 |
| 12 | Увлекательный мир профессий | 1 |
| **Учусь понимать людей (8 ч.)** |
| 13 | Чем богат человек | 1 |
| 14 | Моя мама - самая лучшая | 1 |
| 15 | Наш класс | 1 |
| 16 | Школьный этикет | 1 |
| 17 | Праздничный этикет | 1 |
| 18 | Учимся общаться | 2 |
| 19 | Толерантность – что это? | 1 |
| **Опасные и безопасные ситуации (9 ч.)** |
| 20 | Что несет вред нашему здоровью и жизни | 1 |
| 21 | Вредные и полезные привычки | 2 |
| 22 | Опасные и безопасные ситуации | 1 |
| 23 | Правила поведения дома | 1 |
| 24 | Домашняя аптечка. Что надо знать? | 1 |
| 25 | Правила поведения на дорогах и в транспорте | 1 |
| 26 | Правила поведения во дворе и на улицах города | 1 |
| 27 | Правила поведения в лесу и на водоемах в разное время года | 1 |
| **Учусь принимать решения (3 ч.)** |
| 28 | Зачем быть вежливым | 1 |
| 29 | Понятие «терпения». Как справляться со своими эмоциями | 1 |
| 30 | Наши чувства и чувства других людей | 1 |
| 31 | **Подведение итогов года**  | 1 |
|  | **Итого**  | **34** |