

Утверждено  
приказом директора  
МАОУ «Средняя школа № 6»  
№ 411 от 31.08.2015 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
внеурочной деятельности  
социального направления  
«Азбука счастливой жизни»**

Составитель:  
Педагог - психолог  
Усольцева Е. А.

г.Когалым 2015

## «Азбука счастливой жизни»

(1 час в неделю)

Планирование составлено на основе:

1. Маюрова А. Н., Маюрова А. Я. Азбука счастливой жизни (Ярославль: «Рыбинский дом печати», 2007)
2. Немцева Т.В. «За здоровый образ жизни» Методическое пособие для учителя (1-4 класс)

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа к курсу «Азбука счастливой жизни» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта

Программа данного курса представляет систему **развивающих занятий** для детей в возрасте от 6,6 до 10 лет.

В 1 классе 33 часа (1 час в неделю).

Во 2 классе 34 часа (1 час в неделю).

### **Актуальность выбора определена следующими факторами:**

Современное состояние здоровья наших детей в последние годы не дает повода для оптимизма. Сегодня ни у кого не вызывает сомнения положение о том, что формирование здоровья – только и не столько задача медицинских работников, сколько психолого-педагогическая проблема. Очевидно, что каждая школа должна стать центром здоровьесберегающего отношения к ребенку, а сохранение и укрепление здоровья школьников должно быть приоритетной функцией образовательного учреждения.

**Цель данного курса:** сформировать представление о здоровом образе жизни.

### **Основные задачи курса:**

- усвоение учащимися знаний об объектах, явлениях и взаимосвязях окружающего мира,
- формирование навыков безопасного, культурного, экологически грамотного, нравственного поведения в природе, быту, обществе.
- овладение школьниками основами личной гигиены;
- обучение учащихся противостоянию негативным явлениям,
- развитие познавательной активности у младших школьников в получении знаний об окружающем мире,
- воспитание у школьников любви к природе, к своему Отечеству, бережного отношения ко всему живому на земле, сознательного отношения к своему здоровью и здоровью других людей.

### **Описание ценностных ориентиров содержания курса**

**Ценность истины** – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к познанию мира и самосовершенствованию.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

**Ценность свободы** как свободы выбора и предъявления человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами и правилами поведения в обществе.

**Ценность гражданственности** – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

**Ценность патриотизма** – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

### **Методы работы**

Выбор методов обусловлен содержанием воспитания и обучения, а также достигнутым уровнем развития детского коллектива, возрастными особенностями детей, особенностями взаимодействия между педагогом и детьми.

### **Методы организации деятельности:**

- показ примеров и образцов;
- создание ситуации успеха;
- перспектива.

### **Методы стимулирования и мотивации;**

Методы стимулирования интереса к учению:

- игры;
- познавательные беседы;
- создание ситуации успеха;
- творческие задания

Методы стимулирования долга и ответственности:

- убеждение;
- требование;
- поощрение;
- порицание;
- поручение.

### **Особенности организации учебного процесса.**

Материал каждого занятия рассчитан на 40 минут. Во время занятий у ребенка происходит становление развитых форм самосознания и самооценки. Отсутствие отметок снижает тревожность и необоснованное беспокойство учащихся, исчезает боязнь ошибочных ответов. В результате у детей формируется отношение к данным занятиям как к средству развития своей личности.

### **Содержание занятий:**

**1 класс:** Путешествуя с котом Васей по страницам «пестрой» Азбуки, дети приобретают первоначальные представления о здоровом образе жизни, о правилах личной гигиены, о режимных моментах своего дня, о тех занятиях и развлечениях, которые способствуют укреплению здоровья, о полезных прививках и вредных привычках, о правилах общения, которые помогают ребенку жить в гармонии с природой и обществом. Учитывая возрастные особенности детей, материал в Азбуке представлен в виде пословиц, загадок, стихотворений, занимательных игр и др.

Неотъемлемой частью занятия становится рубрика «полезная информация», из которой дети узнают о строении человека, о вреде табака, алкоголя и др. Только вместе с психологом ребенок может постигнуть тайны «Азбуки счастливой жизни».

Учебное пособие рассчитано на изучение материала в течение 33 часов, каждое занятие продолжительностью 35 минут, особенностью распределения материала по темам является алфавит, новая тема начинается с новой буквы.

**2 класс:** «Живем в радости» продолжают серию занятий по культуре здоровья учащихся начальной школы, на которых школьники знакомятся с вредными и полезными привычками, с правилами личной гигиены и гигиеной питания, с проблемами, связанными с курением и употреблением алкоголя, с основами безопасной жизнедеятельности.

Учебные пособия рассчитаны на изучение материала в течение 34 часов, каждое занятие продолжительностью 40 минут.

В процессе изучения данного курса школьники получают знания об окружающем мире из различных источников, приобретают разнообразные навыки и умения: наблюдать и сопоставлять, спрашивать и доказывать, выявлять взаимосвязи, причины и следствия, отражать полученную информацию в виде рисунка, таблицы и др.

**Категория участников:** Учащиеся 1-4 классов (дети 6,5-11 лет).

**Для оценки эффективности занятий** используются следующие показатели:

- поведение учащихся на занятиях: живость, активность, заинтересованность школьников обеспечивают положительные результаты занятий;

Кроме того, представляется важным оценивать воздействие занятий на эмоциональное состояние учеников. Для этого используется прием цветограммы: школьников в начале и конце занятия просят нарисовать цветными карандашами свое настроение в данный момент. Использование красного цвета, свидетельствует о восторженном настроении, оранжевого - о радостном, зеленого - о спокойном, уравновешенном состоянии, фиолетового - о тревожности, напряженности, черного - об унынии, разочаровании, упадке сил. Сравнение результатов этого задания, позволит сделать выводы об изменении эмоционального состояния каждого ученика.

**Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса**

**Личностными результатами** изучения курса является формирование следующих умений:

- ✓ *Определять и высказывать* под руководством педагога самые простые общие для всех людей правила поведения при сотрудничестве (этические нормы).
- ✓ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, *делать выбор*, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметными результатами** изучения курса являются формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

*Регулятивные УУД:*

- ✓ *Определять и формулировать* цель деятельности с помощью учителя.
- ✓ Учиться совместно с учителем и другими учениками *давать* эмоциональную *оценку* деятельности товарищей.

*Познавательные УУД:*

- ✓ Добывать новые знания: *находить ответы* на вопросы, используя свой жизненный опыт и информацию, полученную от учителя.
- ✓ Перерабатывать полученную информацию: *делать выводы* в результате совместной работы всего класса.

*Коммуникативные УУД:*

- ✓ *Слушать и понимать* речь других.
- ✓ Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- ✓ Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

## Контроль и оценка планируемых результатов.

В основу изучения курса положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами. Воспитательные результаты внеурочной деятельности оцениваются по трём уровням.

**Первый уровень результатов** — приобретение школьником социальных знаний (об общественных нормах, устройстве общества, о социально одобряемых и неодобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие ученика со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.

**Второй уровень результатов**— получение школьником опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие школьников между собой на уровне класса, школы, то есть в защищенной, дружественной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребёнок получает (или не получает) первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить (или отвергает).

**Третий уровень результатов**— получение школьником опыта самостоятельного общественного действия. Только в самостоятельном общественном действии, действии в открытом социуме, за пределами дружественной среды школы, для других, зачастую незнакомых людей, которые вовсе не обязательно положительно к нему настроены, юный человек действительно становится (а не просто узнаёт о том, как стать) социальным деятелем, гражданином, свободным человеком. Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретается то мужество, та готовность к поступку, без которых немыслимо существование гражданина и гражданского общества.

## Используемая литература:

1. Гоштаутас А. А., Баубинене А. В., Ругявичус М. З., Грабаускас В. И. Сопоставление поведенческих характеристик курящих и некурящих мужчин // Кардиология. – 1981. - № 9. – С. 100-102.
2. Демин А. К., Демина И. А. Табачного паразита – на свалку истории / Дымовая завеса. Канадская табачная война. С. 454-472.
3. Каннингхэм Роб. Дымовая завеса. Канадская табачная война /Пер. с англ. Под ред. А. К. Демина. Подготовлено и опубликовано Российской ассоциацией общественного здоровья при сотрудничестве с Исследовательским центром по проблемам международного развития (Канада). - Москва, 2001.- 497 с.
4. Карпов А. М. Образовательно-воспитательные основы профилактики и психотерапии наркомании. - Казань: Медицина, 2000. - 36 с.
5. Карпов А. М., Шакирзянов Г. З. Самозащиты от курения. – Казань: Изд-во "ДАС", 2001. – 32 с.
6. Курение и здоровье (Материалы МАИР) / Пер. с англ. Под ред. Д. Г. Заридзе, Р. Пето. - М.: Медицина. – 1989. - 384 с.
7. Новиков О. В. Тайны золотого листа. – Казань, 124 с.
8. Проблемы терапии зависимости от психоактивных веществ: Труды кафедры наркологии РМАПО. Том I / Под ред. Ю. В. Валентика. - М., 1998. - 92 с.
9. Скворцова Е., Иоффина О. Борьба с курением за рубежом // Врач. – 1995. - № 3. - С. 42-
10. Смирнов В. К. Клиника и терапия табачной зависимости. - М., 2000. – 96 с.

## Календарно-тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа Опасное слово
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности Изучаемая буква	Практическая часть занятия /форма организации деятельности Ключевое слово занятия	
1-2		Знакомство. Правила ТБ	1	Правила ТБ	Знакомство детей с педагогом и между собой.	Развитие коммуникативных навыков
3		Буква алфавита		А	Аппетит	Алкоголь
4		Буква алфавита		Б	Бабушка	
5		Буква алфавита		В	Витамины	Вредные привычки: курение
6		Буква алфавита		Г	Гигиена	
7		Буква алфавита		Д	Дружба	
8		Буква алфавита		Е	Еда	
9		Буква алфавита		Е	Ёлка	
10		Буква алфавита		Ж	Желудок	
11		Буква алфавита		З	Здоровье	
12		Буква алфавита		И	Игра	Изжога
13		Буква алфавита		Й	Йогурт	
14		Буква алфавита		К	Каникулы	
15		Буква алфавита		Л	Лекарство	

16		Буква алфавита		М	Мама	
17		Буква алфавита		Н	Наказание	Наркотик
18		Буква алфавита		О	Овощи	Отравление
19		Буква алфавита	1	П	Полезные привычки	
20		Буква алфавита	1	Р	Режим	
21		Буква алфавита	1	С	Спорт	Сигарета
22		Буква алфавита	1	Т	Тренировка	Табак
23		Буква алфавита	1	У	Урок	
24		Буква алфавита	1	Ф	Физкультура	
25		Буква алфавита	1	Х	Хлеб	
26		Буква алфавита	1	Ц	Цель	
27		Буква алфавита	1	Ч	Чистота	
28		Буква алфавита	1	Ш	Школьник	Алкоголь (шампанское)
29		Буква алфавита	1	Щ	Щедрость	
30		Буква алфавита	1	Э	Экскурсия	
31		Буква алфавита	1	Ю	Юность	
32		Буква алфавита	1	Я	Язык	
33		Итоговое занятие	1	Посеешь привычку – пожнешь поступок!		

## Календарно-тематическое планирование

### 2 класс

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Всего часов	Содержание деятельности		Воспитательная работа
				Теоретическая часть занятия /форма организации деятельности	Практическая часть занятия /форма организации деятельности	
1.		Человек и его привычки. Правила ТБ	1	Текст “Полезные и вредные привычки”	Выполнение заданий	Формирование безопасного поведения на занятиях
2.		Полезные и вредные привычки.	1	Вредные привычки. Опасные продукты	Стихотворения школьников; вопросы и задания	Формирование полезных привычек
3.		Какие привычки – такой и человек.	1	Текст для чтения “Вредные привычки”.	Чтение стихотворения по ролям	Формирование полезных привычек
4.		“Доброе” общение	1	Значение общения. Различные виды общения.	Текст “Доброе общение”	Формирование «доброто общения»
5.		Вежливый человек	1	Стихотворение А. Барто, стихотворение И. Антонова,	Выполнение заданий, вопросы после стихотворения	Формирование высокой языковой культуры
6.		Как стать интересным для окружающих?	1	Совершенствование мыслительных операций. Развитие умения решать нестандартные задачи	Использование различных средств и способов для общения.	Воспитание духовной культуры личности
7.		Какие бывают дома?	1	Текст “Дом”, стихотворение В. Пальчинскайте	игра “Чей дом?”	Формирование самосознания, любви к дому
8.		«Душевный» уют дома.	1	Стихотворения “Новый дом” М. Ярковой, “Твой дом” К. Мурзамива	Выполнение заданий, вопросы после стихотворения	Воспитание духовной культуры личности
9.		Чистота и порядок в доме	1	Текст, отрывок из стихотворения С. Волкова	Выполнение заданий, загадки	Воспитание трудолюбия
10.		«Кто не работает, тот не ест»	1	Текст для чтения “Сербская сказка”,	Ответы на вопросы после текста	Воспитание трудолюбия



11.		Домашние радости	1	Любовь ближних; Стихотворение “Домашние радости” Л. Микрюковой.	Развитие умения отвечать любовью на любовь;	Развитие культуры общения, заботы и взаимопомощи
12.		Твой “Дивный край”	1	Неизвестное, но интересное для познания	Развитие хорошего настроения	Формирование высокой языковой культуры
13.		Без труда не вытащить и рыбку из пруда.	1	Текст для чтения сказка “О муравьишке” (по О. Саначиной),	Решение жизненных задач в сказке	Развитие заботы и взаимопомощи
14.		Что такое дружба?	1	Стихотворение “Два друга” Т. Волиной, стихотворение М. Яснова.	Чтение пословиц, стихов	Развитие коммуникативных способностей, культуры общения.
15.		Настоящий друг.	1	Стихотворение В. Еремина.	Чтение текста “Игра в снежки” по ролям, обсуждение	Формирование творческой, трудолюбивой личности
16.		Верные друзья	1	Сказка “Верные друзья”.	Обсуждение сказки “Верные друзья”.	Развитие коммуникативных способностей, культуры общения, заботы и взаимопомощи
17.		Растения – кладовая полезных веществ	1	Текст “Если ты заболел”, стихотворение С. Маршака,	Обсуждение, вопросы	Формирование бережного отношения к природным ресурсам
18.		Сказка ложь, да в ней намек – добрым мо-лодцам урок	1	Сказка “Цветик-семицветик» (по О. Васильевой)	Учимся фантазировать практическая работа	Развитие воображения
19.		О вреде курения	1	Текст “Еще о вреде табака”, стихотворения Н. Абрамова, А Воеводина, Ю. Благова,	Вопросы и задания	Обеспечение полноценного физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья
20.		Табак – это зло!	1	Сказка в стихах “Про табак” В. Белова,	Проектное занятие: “Плакат о вреде табака”	Обеспечение полноценного

						физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья
21.		Правила личной гигиены.	1	Тексты: “Полоскание рта”, “Гигиена носа”, “Чистка языка”	Практическая работа: чистка зубов	Обеспечение полноценного физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья
22.		Животные – часть нашей жизни	1	Стихотворения: «Хочу котёнка» М. Моравской, “Я хочу собаку” А. Семеновой; А. Яшина; А. Фета; А. Мельникова; Г. Ладонщикова	Обсуждение, вопросы	Обеспечение полноценного физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья
23.		Памятники животным	1	Текст, иллюстрации,	Поиск дополнительного материала из справочной литературы	Формирование высокой языковой культуры
24.		Загадочный мир животных	1	Стихотворения: “Ворона” Н.Рубцова; “Муравей” В. Соколова; “Кукушка” И. Кулакова		Воспитание духовной культуры личности
25.		Игровой час	1	Считалки, стихотворение “Взовьюсь-Полечу”	Отгадывание загадок	Формирование национального самосознания, любви к родной земле, своему народу
26.		Бережное отношение к природе	1	Рассказ для домашнего чтения “Ребята и утята” М. Пришвина	Ответы на вопросы	Развитие коммуникативных способностей, культуры общения, заботы и взаимопомощи
27.		Мы в ответе за тех, кого приручили!	1	Стихотворение про котенка;	Сообщения детей о своих домашних животных, рисунки или	Привитие бережного отношения к домашним питомцам

					фотографии любимых питомцев	
28.		Значение воды, чая, соков в жизни человека	1	Текст “Живительные” напитки, стихотворения В. Орлова, Е. Благиной, Ю. Коринец,	Вопросы	Развитие коммуникативных способностей, культуры общения, заботы и взаимопомощи
29.		Волшебная сила родниковой воды	1	Текст “Тайна про заветный серебряный ковш» (по И. Борисенко),	Вопросы, обсуждение	Формирование творческой, трудолюбивой личности
30.		Что значит – быть здоровым?	1	Текст “Здоровым быть здорово”,	Стихотворение “Утро с любопытным Лучиком”, загадки	Формирование высокой языковой культуры
31.		Любимые игры детей	1	Текст “Игра»; стихотворение “Миша-мастер” Г. Ладонщиков	Игра “Волшебное колечко”, задания, считалка	Воспитание духовной культуры личности
32.		Что значит: сохранить доброе имя?	1	Текст “Имя твое”, стихотворение “Малиновые имена” З. Тюмасевой	Вопросы, обсуждение	Обеспечение полноценного физического развития детей, охраны и укрепления их здоровья
33.		Радость открытий	1	Текст, стихотворение Р. Киплинга, И. Мордвинова,	практическая работа (рисунки детей)	Воспитание духовной культуры личности
34.		Итоговое занятие	1		Презентация рисунков детей	Воспитание духовной культуры личности