

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №120
с углубленным изучением отдельных предметов»
Московского района г.Казани

Утверждаю
Директор школы №120
О.А.Хасанова _____
Приказ № 250 от
« 29 » августа 2019 г.

Согласовано
Зам. директора по ВР
Н.И.Синицина _____
« 27 » августа 2019 г.

Рассмотрено
на заседании ШМО

Протокол № __1__ от
«26 » августа 2019 г.

**Рабочая программа по
профилактики вредных привычек и формированию
ценностного отношения к здоровью.**

«Все цвета, кроме черного».
(для 2-4 класс)

Педагога-психолога
Кузовковой Светланы Николаевны

Составлено на основе программы для
Общеобразовательных учреждений авторы:
М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А. Филипповой

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от
« 29 » августа 2019 г.

2019-2020 учебный год

Учебно-тематическое планирование

Количество часов:

-за учебный год: 10 ч

-в неделю: 1 ч

Пояснительная записка.

Данная программа предназначена для обучения младших школьников в образовательных учреждениях начального общего образования на основе линии УМК «Все цвета, кроме черного» М.М.Безруких, А.Г.Макеевой, Т.А. Филипповой.

Программа имеет социально - педагогическую направленность. Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для нормального физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития. Ситуация с потреблением алкоголя, наркотиков среди детей остается катастрофической. Актуальность данной проблемы обусловлено тем, что в условиях трансформации современного общества возникает ряд проблем: детская преступность, алкоголизм и наркомания.

Все это вызывает серьезную озабоченность и беспокойство школы, социальных учреждений. Вопросов много. Одно можно сказать, что оставленные без внимания дети, если ничего не изменить, составят угрозу для общества.

Программа «Все цвета, кроме черного» это комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту.

Программа предназначена для учащихся младших классов.

Продолжительность одного занятия: 45 мин.

Количество занятий в неделю: 1

Цель данного курса: формирование у детей навыков эффективной адаптации в обществе, позволяющей в дальнейшем предупредить вредные привычки: курение, употребление алкоголя и наркотиков.

Основные задачи курса:

- формирование у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- расширение знаний детей о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;
- формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение) и других людей;
- формирование представления об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием;
- развитие коммуникативных навыков (умения 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, предупреждения вредных привычек.

Планируемые результаты реализации программы:

- Полученные знания позволят детям понять, почему им нужно заботиться о своём здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;
- Дети смогут оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия.
- Дети научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- Дети получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

Реализация программы позволяет достичь личностных, предметных и метапредметных результатов обучения, т.е. реализовать социальные и образовательные цели социального образования младших школьников.

Личностные результаты представлены двумя группами.

Первая относится к личности субъекта обучения, его новым социальным ролям, которые определяются новым статусом ребенка как школьника:

- Готовность и способность к саморазвитию и самообучению;
- Высокий уровень учебной мотивации, самоконтроля и самооценки;
- Личностные качества, позволяющие успешно осуществлять деятельность и взаимодействия с ее участниками.

Другая группа личностных результатов передает социальную позицию школьника, сформированность его ценностного взгляда на окружающий мир:

- Понимание роли человека в обществе, принятие норм нравственного поведения в обществе, правильного взаимодействия со взрослыми и сверстниками;
- Понимание ценности любой жизни, освоение правил индивидуальной безопасности жизни с учетом изменений среды обитания.

Особое внимание уделяется освоению метапредметных результатов. Среди метапредметных результатов особое место занимают интеллектуальные, регулятивные и коммуникативные действия:

- Под интеллектуальными действиями понимается способность применять для решения учебных и практических задач различные умственные операции;
- Под регулятивными действиями понимается владение способами организации, планирования различных видов деятельности, понимание специфики каждой;
- Под коммуникативными действиями понимается способность в связной логически целесообразной форме речи передать результаты изучения объектов окружающего мира; владение рассуждением, описанием, повествованием.

В процессе обучения учащиеся должны:

- Иметь первичное представление о здоровье, его значении, здоровом образе жизни.
- Уметь понимать своё внутреннее состояние
- Интересоваться различными видами полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении.
- Уметь понимать поступки других людей (в том числе литературных героев)
- Иметь представление об опасности наркосодержащих веществ для здоровья, о ситуациях, связанных с риском наркотизации.
- Овладеть техникой общения в трудных жизненных ситуациях(знакомство, ссора, одобрение, отказ)
- Относится к здоровью как важнейшей человеческой ценности; овладевать навыками здоровьесберегающего поведения на практике

- Относиться к людям, употребляющим наркотические вещества, как к слабым, безвольным, попавшим в беду;
- Обучиться равноправному общению в среде сверстников, умению отказываться от сомнительных предложений, защищать свои интересы (в том числе и своё здоровье).

Учебно-тематическое планирование

для 2-го класса

№ п.п.	Тема занятия	содержание	Количество часов	Дата проведения
1.	Твои новые друзья	Знакомство с содержанием и героями курса, с цветовой гаммой настроения. Анализ «Сказки о потерянном времени».	1	
2.	Режим дня. Если хочешь быть здоров	Анализ своего режима дня, его соответствие требованиям и нормам здорового образа жизни	1	
3.	Как ты растешь	Получение представления о значении нормальных условий жизни для роста и развития, об их физическом развитии. Овладение навыкам оценки своего физического состояния; развитие представления о влиянии режима дня на физическое состояние	1	
4.	Изменение физического состояния.	Осознание необходимости физического развития, формирование представления о зависимости здоровья, самочувствия и успешной деятельности	1	
5.	Что ты знаешь о себе.	Получение представления о своём физическом развитии. Заполнение таблицы веса и роста на начало учебного года	1	
6.	Изменения, происходящие в организме.	Знакомство с различными изменениями, которые происходят в организме; с приемами определения функционального состояния организма.	1	
7.	Бережное отношение к своему здоровью в период роста. Гигиена питания.	Настроенность на формирование представления о необходимости особенно бережного отношения к собственному здоровью в период роста.	1	
8.	Как ты познаешь мир.	Знакомство с основными органами чувств и их назначением.	1	
9.	Основные органы чувств.	Представление об основных органах чувств (зрение, слух, обоняние, осязание), об особенностях познания окружающего мира с их помощью. Упражнение в	1	

		тренировке внимания и памяти.		
10.	Мы испытываем разные чувства.	Получение представления о чувствах человека. Анализ своих чувств.	1	
11.	Радость. Что такое радость. Как ее доставить другому человеку. Мимика.	Получение представления о том, что такое настроение и от чего оно зависит. Знакомство учащихся с общечеловеческими ценностями. Анализ чувств других людей или литературных героев. Различие эмоции радости, страха, гнева.	1	
12.	Жесты.	Изучение многообразия жестов, их значение. Передача радости глазами, взглядом	1	
13.	Радость можно передать прикосновением, взглядом. Какие продукты питания могут вызвать радость?	Дети на примерах литературных героев определяют, как можно передать прикосновением, взглядом. Составление списка продуктов питания, которые могут вызвать радость.	1	
14.	Грусть.	Выделение грусти из других чувств; Обучение находить положительные и отрицательные стороны этих чувств	1	
15.	Страх	Что такое страх. Отличие страха от других чувств. Умение распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.	1	
16.	Как справиться со страхом.	Что надо делать, чтобы противостоять страху?	1	
17.	Гнев. С какими чувствами он дружит.	Отличие гнева от обиды. Друзья и враги гнева	1	
18.	Обида.	Как обида влияет на настроение человека. Анализ влияние обиды на взаимоотношения между людьми.	1	
19.	Твои чувства.	Анализ своих чувств. Раскрытие понятия, что люди не должны стыдиться своих чувств, важно научиться контролировать их и сдерживаться, когда это необходимо.	1	
20.	Твое настроение.	Знакомство со способами изменения настроения. Умение распознавать и изображать чувства и настроения других людей. Развитие познавательного интереса к своему здоровью.	1	
21.	Как изменить настроение.	Как можно развить навыки регуляции своего эмоционального состояния?	1	
22.	Какой Я?	Определение своего внутреннего состояния.	1	
23.	Твои поступки.	Оценивание своих поступков. Осознание своих трудностей и стремление к их преодолению. Формирование понятия о	1	

		хороших и плохих поступках; развитие умения прогнозировать последствия поступков.		
24.	Разнообразие поступков.	Осознание того, что поступок – действие, оцениваемое как акт нравственного самоопределения человека, в котором он утверждает себя, как личность в своем отношении к другому человеку, себе самому, к группе или обществу, к природе в целом.	1	
25.	Твои привычки.	Выявление полезных привычек.	1	
26.	Твои полезные привычки.	Беседа о выработке полезных привычек, умения проявлять силу воли и твердость. Осознание того, что трудно воспитать полезную привычку, но избавиться от вредной привычки еще сложнее, это требует от человека проявления твердости и силы воли;	1	
27.	Игра «Твой день».	Анализ своего режима дня. Представление своего режима дня в картинках.	1	

Учебно-тематическое планирование для 3-го класса.

№ п.п.	Тема занятия	содержание	Количество часов	Дата проведения
1.	Что изменилось за год. Сравни с результатами.	Дневник наблюдений. Формирование представления об особенностях своего характера, навыков управления своим поведением, эмоциональным состоянием. Обучение следить за изменением настроения, отмечать смену настроения в дневнике.	2	
2.	Как научиться разговаривать с людьми? Знакомство. Поздравление. Благодарность. Просьба.	Развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов. Овладение правилами общения с людьми. Обогащение лексического запаса «вежливых» слов.	1	
3.	Предложение. Отказ. Согласие. Несогласие.	Овладение навыком согласия и не согласия с собеседником. Обучение контактировать, вырабатывать правила поведения в обществе, семье, со сверстниками.	1	

4.	Обратиться за помощью. Предложить помощь. Извинение. Сочувствие.	Обучение применению правильных слов для извинения и сочувствия. Обучение навыку правильно предложить свою помощь; Анализ своих и предложенных действий и поступков	1	
5.	Начать разговор. Похвала. Поддержка.	Обучение правилам поведения в обществе, семье, со сверстниками знакомство с ситуациями, в результате которых надо похвалить или отругать. Обсуждение вопросов в группах,	1	
6.	Что такое интонация? Восхищение. Насмешка. Одобрение.	Обучение правильной реакции на восхищение, насмешку, одобрение. Умение распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя.	1	
7.	Огорчение. Благодарность. Обида.	Обучение правильно реагировать на огорчение, стремиться в плохом увидеть хорошее. Сравнение «хороших» и «плохих» поступков.	1	
8.	"Найти общий язык". Тон делает фразу". Нужная интонация в сказке К. Чуковского "Федорино горе".	Чтение сказки с нужной интонацией. Обучение разбираться в понятиях «тон», «интонация». Обучение правилам игрового общения. Воспитание правильного отношения к собственным ошибкам, к победе, поражениям.	1	
9.	Стихотворение К. Чуковского "Телефон". Игра "Испуганный ежик".	Чтение стихотворений. Составление анализа произведения. Нахождение положительных и отрицательных поступков героев.	1	
10.	Как научиться преодолевать трудности вместе. Общение в разных ситуациях. Анкета. Подведение итогов.	Обучение управлять своим поведением в различных ситуациях, избегать конфликтов с окружающими. Анализ своих действий, поступков, речи.	1	
11.	Дискуссия на тему "Когда тебя хвалят". Игра "Аплодисменты".	Обучение участию в диалоге, выражению свои мысли, разобраться в том, что, когда тебя хвалят, это хорошо или плохо?	1	
12.	Почему важно поддерживать других? Игра "Поддержка".	Обучение пониманию, почему важно поддерживать других. Участие в игре. Обучение навыку правильного общения с одноклассниками.	1	
13.	"Обратиться с просьбой". Игра «Просьба»	Обучение преодолевать комплекс в обращении за помощью. Применение понятий в игровой форме.	1	
14.	Признать ошибку. Игра "Поймай мяч".	. Участие в игре, в игровой форме учиться признавать свои	1	

		ошибки. Повторение видов ошибок.		
15.	Любишь ли ты получать подарки? Игра "Подарок".	Обучение правильно принимать подарки. Участие в игре, в игровой форме учиться признавать свои ошибки. Анализ картинок, ситуаций.	1	
16.	Делать или руководить. Игра "Сделаем вместе".	Участие в анализе различных ситуаций. Участие в игре, в игровой форме учиться признавать свои ошибки. Обучение навыку правильного общения с одноклассниками.	1	
17.	Согласиться или отказаться. Игра "Отказ".	Подведение итогов. Обучение правильно отказывать, чтобы не обидеть собеседника. Развитие умения правильного выбора.	1	
18.	Как понять друг друга без слов? Грусть, печаль, удивление, радость.	Определение понятия эмоционального состояния человека, формулировка вывода о том, от чего зависит настроение. Развитие коммуникативных способностей, учиться взаимодействию друг с другом, выражению различных эмоциональных состояний; формировать установку толерантного сознания.	1	
19.	Покажи мимикой и жестами. Вырази без слов при помощи звуков возгласов.	Участие в игре, в игровой форме тренироваться жестами и мимикой передавать различные состояния души. Обучение выражению своих чувств без слов.	1	
20.	Одобрение, страх, запрет, угроза.	Обучение выражению мимикой и жестами передавать свои эмоции, влияние этих действий на психическое состояние человека; воспитание доброжелательности и эмоционально – нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей. Развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний.	1	
21.	Игра "Изобрази профессию" Игра "Волшебный стул".	Обучение проявлению интереса к культуре и истории различных профессий. Участие в игре, в игровой форме при помощи мимики и жестов изображать различные профессии. Обучение исследовать свои качества и свои особенности	1	
22.	Для чего нужна улыбка? Подари радость. Отрывок из сказки Антуана де Сент-Экзюпери «Маленький принц». Анализ фрагмента сказки Антуана де Сент-Экзюпери	». Анализ фрагмента сказки Антуана де Сент-Экзюпери «Маленький принц». Формирование уважительного отношения к положительным	1	

	«Маленький принц».	эмоциям и хорошему настроению. Развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний: сделать вывод о том, как влияет улыбка на человека.		
23.	Песня «Улыбка». Когда помогла тебе улыбка? Мини-спектакль "Крошка Енот".	Обучение осознанию своих телесных ощущений, связанных с напряжением и расслаблением. Развитие начальных форм регуляции своих эмоциональных состояний: ответить на вопрос темы: «Когда помогла тебе улыбка?». Участие в игре, в игровой форме разыграть мини-спектакль: «Значение улыбки».	1	
24.	Умеешь ли ты дружить? Твой друг. Черты характера твоего друга.	Обучение выявлению положительных и отрицательных черт характера, называть черты характера. Формирование уважительного отношения к положительным чертам характера друзей.	1	
25.	Десять законов дружбы.	Определение понятия «законы дружбы», вывести законы дружбы. Участие в игре, в игровой форме привести примеры дружеских поступков. Анализ дружеских и «недружеских» поступков.	1	
26.	Отрывок из рассказа Л. Пантелеева «Честное слово».	Определение понятия «Друг», кого мы можем назвать другом, друг отличается от товарища? Обучение оценки поступков героев литературных произведений.	1	
27.	Конкурс знатоков. Игра «Что? Где? Когда?»	?» Участие в игре, в игровой форме вспомнить всё, чему научились за год. Получение представления о полученных знаниях.	1	
28.	Помощь литературных героев в составлении режима дня, в борьбе с плохим настроением, в определении привычек.	Определение понятия «плохое настроение». Анализ жизненных ситуаций, Обучение выбирать нравственные формы поведения, в зависимости от ситуаций, сопоставляя их с нормами разных культурных традиций.	1	
29.	Анкета. Игра «Отгадай кроссворд»	» Обучение составлению и разгадыванию кроссворда; Обучение задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности.	1	
30.	Подведение итогов. Дружба – это...	... Определение понятия «Дружба», кого мы можем назвать другом? Участие в игре, в игровой форме привести примеры дружеских поступков. Анализ дружеских и «недружеских» поступков	1	

Учебно-тематическое планирование

для 4-го класса.

№ п.п.	Тема занятия	содержание	Количество часов	Дата проведения
1.	Что вы знаете друг о друге. Игра «Моё любимое занятие» Игра «Мои увлечения».	Знакомство одноклассников со своими увлечениями и познакомиться с увлечением своих друзей;	1	
2.	Увлечения твоих друзей. Игра «Расскажи о себе».	Рассказ о себе и о своем хобби. Что такое хобби?	1	
3.	Твой класс. Мои одноклассники и их качества.	Проблема человеческого невежества. Выводы о том, как можно преодолеть собственное невежество. Культура взаимоотношений. Качества характера, как порядочность, умение быть ответственным за свои поступки	1	
4.	Моё настроение и настроение моих одноклассников.	Представление о том, что такое настроение. Навыки оценки своего настроения, элементарные приемы, помогающие снять напряжение, регулировать настроение.	1	
5.	Кто твой друг.	Законы дружбы. Пословицы и поговорки о дружбе. Качества и черты характера друга. Сравнение их с чертами характера литературных героев.	1	
6.	Законы дружбы.	Что такое дружба? Расширить представление детей о дружбе, позитивном отношении к людям.	1	
7.	Качества и черты характера твоего друга.	Каким должен быть настоящий друг? Как дружить и не ссориться? Объяснить, что дружеские отношения могут и должны иметь место в коллективе не только между близкими друзьями, но и всеми одноклассниками.	1	
8.	Оцени поступки литературных героев. М. Твен «Приключения Тома Сойера».	Помочь увидеть скрытый смысл поступков, на примере литературных героев.	1	
9.	Черты характера в пословицах и поговорках.	Осмысление народной мудрости в современных условиях жизни.	1	
10.	Качества героев сказки С. Лагерлефа «Чудесное	Характеристика поступков Нильса. Нравственный смысл	1	

	путешествие Нильса с дикими гусями».	поступков героя.		
11.	Как научиться жить дружно.	Еще раз о дружбе и о ее законах. Анализ пословицы «Нет друга –ищи, а нашел – береги!»	1	
12.	Причины ссоры.	Причины, вызывающие ссоры. Анализ мультфильма «Приключения Кота Леопольда».	1	
13.	Сделай правильный выбор. Ситуации.	На примере героев литературных произведений учиться делать правильный выбор.	1	
14.	Анализ поступков героев сказки «Алиса в зазеркалье» Л.Кэрролла..	Чтение отрывка сказки «Алиса в стране чудес». Обсуждение поступков героев	1	
15.	Как помириться после ссоры. Игра «ссоримся и миримся».	Розыгрыш ситуаций ссоры и примирения. В игровой форме дети учатся мириться после ссоры.	1	
16.	Выбери вариант. Сделай первый шаг.	Как правильно мириться. Как сделать первый шаг? Как правильно попросить прощение?	1	
17.	Пословицы. Примеры из школьной жизни.	Пословицы и поговорки о дружбе. Примеры из школьной жизни.	1	
18.	Кто прав? А. Линдгрэн «Малыш и Карлсон».	Ситуации примирения. Анализ жизненных ситуаций. Представление о необходимости и важности примирения.	1	
19.	Какой у тебя характер.	Хорошие и плохие черты характера. Познай себя и свой характер. Хорошее и плохое в моем характере.	1	
20.	Черты характера, выражающие отношение человека.	Умение определять различные черты характера. Положительное и отрицательное в характере человека.	1	
21.	Твои черты характера. Положительные и отрицательные черты твоего характера.	Анализ своего характера. Положительное и отрицательное в моем характере. Что бы тебе хотелось изменить в себе? Как это сделать?	1	
22.	Как воспитать характер.	5 самых важных действий, направленных на достижение поставленной цели. Представление о	1	

		возможности воспитывать в себе определённые черты характера.		
23.	Трудности и помощь в трудную минуту.	Пословицы и поговорки. Герои в наше время. Кого мы можем назвать героем нашего времени? Пословицы и поговорки.	1	
24.	Как сказать «нет» и отстаивать своё мнение.	Игра «Да и нет не говорите!». Оценка ситуаций и поступков других людей. Умение отстаивать своё мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.	1	
25.	Ситуации у тебя в жизни.	Гарри Поттер и его друзья. Умение отстаивать своё мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.	1	
26.	Фантастическое путешествие.	Путешествие по планетам. Проблемы сохранения здоровья, экологии.	2	
27.	Конкурс знатоков.	Соревнование в своих знаниях.	1	
28.	Разнообразные ситуации у тебя в жизни.	Умение отстаивать своё мнение и сопротивляться негативному влиянию со стороны взрослых и сверстников.	1	