


МКОУ "Атагайская СОШ"  
Нижеудинский район рп. Атагай  
Подписано электронной подписью  
21.06.2021 07:15  
директор школы  
Григоровская Марина Валерьевна  
А - 7810fa8a57290f14fe1b

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Атагайская средняя общеобразовательная школа»

Утверждено  
приказом директора № 97 ОД от 09.06.2021г

## «Все цвета, кроме черного»

Рабочая программа внеурочной деятельности  
социальной направленности  
для 5 -7 классов

Рассмотрено на МО  
«Классных руководителей»  
Протокол №5 от 28.05.2021г  
Руководитель:  Гдовская А.В.

Составлено:  
социальный педагог Дворецкая А.Н.

### **Планируемые результаты курса внеурочной деятельности**

**Формы организации занятий:** проекты (исследовательская деятельность, информационно-просветительские, практико-ориентированные проекты), дискуссии, игры, лекции.

**Режим занятий:** программа рассчитана на 34 учебных часа в год, 1 час по 40 минут в неделю, срок реализации программы рассчитан на 1 год.

**Программа направлена на формирование у учащихся универсальных способов деятельности и ключевых компетенций:**

**Личностные результаты** освоения программы отражают индивидуальные качества, которые учащиеся должны приобрести в процессе освоения программного материала. К личностным результатам относят:

Самоопределение - личностное, жизненное самоопределение;

Смыслообразование- установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Учащийся должен задаваться вопросом о том, «какое значение, смысл имеет для меня учение», и уметь находить ответ на него;

Нравственно-этическая ориентация - действие нравственно - этического оценивания усваиваемого содержания, обеспечивающее личностный моральный выбор на основе социальных и личностных ценностей.

**Метапредметные результаты** освоения программы характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий (УУД): познавательных, коммуникативных и регулятивных.

#### **Регулятивные УУД:**

Определять и формулировать цель.

Проговаривать последовательность действий.

Учить высказывать своё предположение (версию) на основе работы с иллюстрацией, учить работать по предложенному учителем плану.

Использовать технологию проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Учить давать эмоциональную оценку деятельности.

Использовать технологию оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

#### **Познавательные УУД:**

Делать предварительный отбор источников информации.

Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятии.

Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Преобразовывать информацию из одной формы в другую: составлять рассказы на основе схем);

Находить и формулировать решение задачи с помощью моделей (предметных, рисунков, схематических рисунков).

#### **Коммуникативные УУД:**

Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.

Слушать и понимать речь других, используя технологию проблемного диалога (побуждающий и подводящий диалог).

Договариваться о правилах совместного общения и поведения в школе и следовать им.

Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

#### **Планируемые результаты учебного курса**

В результате освоения программы «Все цвета, кроме чёрного» у подростков:

формируются приемы и навыки, обеспечивающие эффективную социальную адаптацию, а, следовательно, снижающих вероятность их приобщения к наркотизации; вырабатываются позитивные жизненные цели и мотивация к их достижению;

учатся управлять своим поведением и прогнозировать разрешение конфликтных ситуаций.

#### **Ожидаемые результаты:**

1. Формироваться навыков эффективного общения в разнообразных ситуациях.
2. Формирование навыков рационального принятия решений и отказа от опасных для здоровья поступков в ситуации группового давления.
3. Оценивание режима с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректирование его несоответствия.
4. Соблюдать правила здорового образа жизни

### **Содержание программы**

#### **«Познаю свои способности»**

##### **Тема 1: Вводное занятие: Будем знакомы.(1 час)**

Ознакомление с содержанием и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в

##### **Тема 2: «Кто умеет жить по часам» (2 часа)**

Задачи:

развитие представления подростков о роли режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное и т. д.);

развитие навыка оценки собственного режима дня с точки зрения его влияния на здоровье; формирование навыка планирования собственного режима дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома и т. д.

**Теория:** понятие организованной режим дня.

**Практика:** выполнение заданий, направленных на развитие у подростка умения оценивать, анализировать различные сферы своей жизни — режим дня, ежедневную нагрузку, эмоциональное состояние

##### **Тема 3: «Внимание: внимание!» (3 часа)**

Задачи: расширение представлений подростков о роли внимания для успешной учебы; оценка подростками собственной внимательности;

освоение навыков развития внимательности; развитие представлений подростков о негативном влиянии психоактивных веществ на характеристики внимания.

**Теория:** расширение понятий подростков о роли внимания

**Практика:** выполнение ряд тестовых и тренировочных заданий, позволяющих подростку самостоятельно оценить характеристики своего внимания, но и помогут развить эту способность. Выполнение заданий этой темы может носить игровой характер и включаться в сценарий про ведения классного вечера, конкурса, викторины. Анализ литературного отрывка.

##### **Тема 4: Секреты нашей памяти (2 часа)**

Задачи:

развитие представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека; анализ уровня развития различных видов собственной памяти, оценка личностных особенностей памяти; формирование представления о методах и способах развития памяти; развитие представления о негативных последствиях употребления психоактивных веществ для характеристик памяти

**Теория:** расширение понятий подростков о роли и свойствах памяти.

**Практика:** реализация творческого проекта - выпуск журнала «Секреты нашей памяти», выполнение ряда тестовых и тренировочных заданий, позволяющих подростку самостоятельно оценить характеристики своей памяти, но и помогут развить эту способность.

##### **Тема 5: «Homo sapiens — человек разумный» (1 час)**

Задачи:

развитие представления подростков о роли мышления, познавательной деятельности в

жизни человека; формирование навыков эффективной организации учебной деятельности; закрепление представлений о негативном влиянии наркотизации на интеллектуальные способности человека.

**Теория:** расширение представления подростков о роли мышления, познавательной деятельности в жизни человека.

**Практика:** выполнение ряда тестовых и тренинговые задания, позволяющих подростку самостоятельно оценить характеристики своей памяти, но и помогут развить эту способность. Игра «Путешествие в будущее»

### **Тема 6: «Какой ты человек» (2 часа)**

Задачи:

развитие представлений подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера; развитие умения адекватно оценивать собственные поступки и поступки окружающих;

характер человека как результат его работы над собой, формирование у подростков понятия об ответственности за свое будущее.

**Теория:** расширение представлений подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера.

**Практика:** анализ ситуаций литературных героев, выработка вариантов эффективного поведения.

### **Тема 7: «Что я знаю о себе» (2 часа)**

Задачи:

формирование у подростков адекватной самооценки; развитие стремления к самосовершенствованию;

развитие представления о роли личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним.

**Практика:** ребята совместно с педагогом обобщают все, что они узнали о себе, своих психофизиологических особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу. Такая форма работы поможет каждому подростку увидеть свои «сильные» и «слабые» стороны, подскажет направление дальнейшей работы над собой.

### **«Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми»**

### **Тема 8: Радуга эмоций и чувств. (2 часа)**

Понятия «эмоции» и «чувства». Формы выражения эмоций, освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния. Роль эмоций и чувств в жизни человека. Негативное влияние наркотизации на способность человека управлять своими эмоциями.

### **Тема 9 Как научиться понимать друг друга. (3 часа)**

Общение со сверстниками — важнейшая составляющая жизни подростков. Роль общения в жизни человека. Формы и методы эффективного общения со сверстниками и взрослыми. Освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркотического заражения.

### **Тема 10.Секреты сотрудничества. (3 часа)**

Совместная деятельность. Готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия с людьми. Способы эффективного взаимодействия с окружающими. Нетерпимость – показатель низкой культуры. Негативное влияние наркотизации на взаимодействие людей друг с другом. Проектная деятельность.

### **Тема 11. Как избежать конфликтов. (2 часа)**

Понятие «конфликт». Виды конфликтов. Способы эффективного общения. Освоение поведенческих схем, позволяющих избежать конфликтных ситуаций. Способы оценки своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.

## **Тема 12.Твоя будущая профессия. (2 часа)**

Профессиональное самоопределение. «Кем быть?». Роль профессии в жизни человека. Личностные качества, необходимые человеку для освоения желаемой профессии. Негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека. «Калейдоскоп профессий».

### **«Помогаю другим, помогаю себе»**

## **Тема 13. Пишем книгу рекордов (3 часа)**

Выдающиеся люди. Как стать самым-самым. «Лестница успеха». Творческий проект «Правила здорового питания».

## **Тема 14. Ученье-свет. (3 час)**

Образование в жизни человека. Выдающиеся русские ученые. Образование и самообразование. Самообразование – путь к успеху. Секреты успешной учебы Мои отношения с учителями. Мой режим дня. «Школа – второй дом». Творческая игра «Устав моей школы»

## **Тема 15. За компанию.(2 часа)**

Компания – это... Мои отношения с окружающими. Человек в группе. Какие бывают группы. Межличностные отношения в подростковых группах. Виды межличностных отношений. Товарищество. Дружба. Правила дружбы. Секреты этикета. «Смеяться, право не грешно?» Что можно, чего нельзя и что за это бывает. Правила этикета.

## **Тема 16 Итоговое занятие.(1 час)**

Итоги работы в течении года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих психофизиологических особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу.

**Виды деятельности:** проблемно-ценностное общение, познавательная деятельность, игровая деятельность.

**Формы деятельности:** беседы, практика, диспуты, сообщения, презентации.

### **Формы и виды контроля**

Результаты внеурочной деятельности оцениваются с использованием методов: наблюдение, анкетирование детей и родителей. Самооценку ребенка рекомендуется осуществлять с помощью дневника самонаблюдений. Метапредметные и предметные результаты оцениваются с помощью включенных тестовых заданий.

## Тематический план

№	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Вводное занятие: Будем знакомы.	1	1	
2	«Кто жить умеет по часам»	2	1	1
3	«Внимание: внимание!».	3	1	2
4	«Секреты нашей памяти»	2	1	1
5	«Homo Sapiens - человек разумный»	1	1	
6	«Какой ты человек»	2	1	1
7	«Что я знаю о себе»	2	1	1
8	«Радуга эмоций и чувств.»	2	1	1
9	«Как научиться понимать друг друга»	3	1	2
10	«Секреты сотрудничества»	3	1	2
11	« Как избежать конфликтов»	2	2	
12	«Твоя будущая профессия»	2	1	1
13	«Пишем книгу рекордов»	3	1	2
14	«Ученье -свет»	3	1	2
15	« За компанию»	2	2	
16	Итоговое занятие	1	1	
	Итого:	34	18	16

## Информационно-методическое сопровождение программы:

### Основная учебная литература

1. УМК «Все цвета, кроме черного»: пед. профилактика наркотизма школьников: метод, пособие для учителя 5-9 / А. Г. Макеева; под ред. М. М. Безруких. - М.: Просвещение, 2005. - 64 с.:

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме чёрного: пед. профилактика наркотизма школьников: метод. пособие для учителя 5-6: Пособие для педагогов и родителей А.Г. Макеева; под ред. М.М.Безруких.- М.: Просвещение, 2005.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Познаю свои способности: 5 класс: - Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. - М.: Вентана- Граф, Просвещение, 2008. - 56 с.

Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Учусь владеть собой и сотрудничать с людьми: 6 класс: - Рабочая тетрадь для учащихся общеобразовательных учреждений. - М.: Вентана- Граф, Просвещение, 2008. - 48 с.

Макеева А.Г. Все цвета, кроме чёрного: пед. профилактика наркотизма школьников: метод. пособие для учителя 7-9 / А.Г. Макеева; под ред. М.М.Безруких.- М.: Просвещение, 2005.

Макеева А.Г. Все цвета, кроме чёрного: помогая другим, помогаю себе: блокнот для учащихся 7-8 кл./ А.Г.Макеева; под ред. М.М Безруких. М.: Просвещение, 2015. - 93 с.

Макеева А.Г. Все цвета, кроме чёрного: разумный выбор, правильное решение: блокнот для учащихся 9 кл./ А.Г.Макеева; под ред. М.М Безруких. М.: Просвещение, 2015. - 64 с.

Безруких М.М, Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей. — М.: Вентана-Графф, 2002. — 32 с. — (В помощь образовательному учреждению: профилактика злоупотребления психоактивными веществами). Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2002.

Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного : семейная профилактика наркотизма : кн. для родителей /А. Г. Макеева; под ред. М. М. Безруких. — М. : Просвещение, 2005. - 47 с

**Календарно-тематическое планирование 5-7 класс**

№	Название разделов программы и тем занятий	Количество во часов	Дата проведения	
			план	факт
<b>1. Вводное занятие. Будем знакомы</b>		<b>1</b>	03.09	
<b>2. «Кто жить умеет по часам»</b>		<b>2</b>		
	Режим дня в жизни человека. Планирование дел в течении дня.	1	10.09	
	Формирование навыков оценки	1	17.09	
<b>3. «Внимание: внимание!»</b>		<b>3</b>		
	Роль внимания для успешной работы. Устойчивость внимания.	1	24.09	
	Переключение внимания. Объем внимания	1	01.10	
	Игры на внимание	1	08.10	
<b>4. «Секреты нашей памяти»</b>		<b>2</b>		
	Что такое память?	1	15.10	
	Виды памяти	1	22.10	
<b>5.«Homo Sapiens — человек разумный»</b>		<b>1</b>		
	Определение «Человек разумный»	1	29.10	
<b>6.«Какой ты человек»</b>		<b>2</b>		
	Мои способности и возможности. Самооценка.	1	12.11	
	Характер человека	1	19.11	
<b>7.«Что я знаю о себе»</b>		<b>2</b>		
	Что я знаю о себе	1	26.11	
	Обобщение	1	03.12	
<b>8. «Радуга эмоций и чувств»</b>		<b>2</b>		
	Понятия «эмоции» и «чувства».	1	10.12	
	Роль эмоций и чувств в жизни человека.	1	17.12	
<b>9. «Как научиться понимать друг друга»</b>		<b>3</b>		
	Роль общения в жизни человека.	1	24.12	
	Формы и методы эффективного общения. сверстни-	1	14.01	
	Освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркогенного заражения.	1	21.01	
<b>10. «Секреты сотрудничества»</b>		<b>3</b>		
	Совместная деятельность.	1	28.01	
	Нетерпимость – показатель низкой культуры.	1	04.02	
	Способы эффективного взаимодействия с окружающими.	1	11.02	
<b>11. « Как избежать конфликтов»</b>		<b>2</b>		
	Понятие «конфликт». Виды конфликтов.	1	18.02	
	Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.	1	25.02	
<b>12. «Твоя будущая профессия»</b>		<b>2</b>		
	Профессиональное самоопределение. «Кем быть?».	1	04.03	
	Роль профессии в жизни человека.	1	11.03	
<b>13. «Пишем книгу рекордов»</b>		<b>3</b>		
	Выдающиеся люди.	1	18.01	
	Как стать самым-самым.	1	25.01	
	«Лестница успеха».	1	08.04	



<b>14. «Ученье - свет»</b>		<b>3</b>		
	Образование в жизни человека.	1	15.04	
	Выдающиеся русские ученые.	1	22.04	
	Творческая игра «Устав моей школы»	1	29.04	
<b>15. « За компанию»</b>		<b>2</b>		
	Мои отношения с окружающими.	1	06.05	
	Правила дружбы. Секреты этикета	1	13.05	
<b>16. Итоговое занятие</b>		<b>1</b>	20.05	
<b>Итого:</b>		<b>34</b>		