

МАОУ «Дедуровская средняя общеобразовательная школа Оренбургского района»

Утверждаю директор школы Дубских Г.Н. _____ Пр. № 266 от 30.08.24 г.	Согласовано зам. директора по ВПВ Короткова Ю.И. _____ «30» августа 2024 г.	Принято на заседании МО классных руководителей и педагогов ДО рук. МО _____ Короткова Ю.И. «30» августа 2024 г.
---	--	--

X

Г.Н. Дубских
директор МАОУ "Дедуровская СОШ"

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности**

«ДОБРЕЮШКА»

Возраст обучающихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Короткова Юлия Ивановна
педагог дополнительного образования

с. Дедуровка, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

I.	КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	3
1.	ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
	1.1. Направленность программы	3
	1.2. Уровень освоения программы	5
	1.3. Актуальность программы	6
	1.4. Отличительные особенности программы	6
	1.5. Адресат программы	6
	1.6. Объем и сроки освоения программы	7
	1.7. Формы организации образовательного процесса	7
	1.8. Режим занятий	7
2.	ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	7
3.	СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	9
	3.1. Учебный план	9
	3.2. Содержание учебного плана	11
4.	ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	15
II.	КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	16
1.	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	16
2.	УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	22
3.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	23
4.	ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	23
5.	МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	23
6.	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ	26
7.	СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	31
8.	Приложения	32
	Приложение 1. Методика определения уровня нравственной воспитанности учащихся (по С.М. Петровой)	32
	Приложение 2. Диагностика и исследование нравственной сферы школьника	35
	Приложение 3. Диагностика эмоционального компонента нравственного развития	37
	Приложение 4. Методика «Закончи предложение» (методика Н.Е. Богуславской)	40
	Приложение 5. Анкета-опросник «Настоящий друг»	41
	Приложение 6. Диагностика уровня воспитанности учащихся начальных классов (методика Н.П. Капустиной)	42
	Приложение 7. Методика-тест «Хороший ли ты сын (дочь)?»	45
	Приложение 8. Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз при дистанционной форме обучения (СанПиН 2.4.2.2821-10)	46
	Приложение 9. Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ) при дистанционной форме обучения (Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10)	48

I. Комплекс основных характеристик программы

1. Пояснительная записка

Духовность, нравственность, здоровье являются компонентами социализации, превращающие индивид в личность, обогащающие ее правилами взаимодействия с людьми, опытом цивилизованной жизни.

Решение этой сложной проблемы и ответственность по воспитанию духовно – нравственной культуры подрастающего поколения возлагается обществом на общеобразовательную организацию и семью при доминирующей роли первой из них. Поэтому духовно – нравственное воспитание обучающихся сегодня является первостепенной задачей современной образовательной системы и представляет собой важный компонент социального заказа.

Нравственность – это качество человека, которое основывается на знании норм морали, проявляющихся в отношении всех аспектов его жизни. Окружение ребенка в лице родителей и школы призваны поддерживать и развивать интерес к этим нормам, способствуя их усвоению.

1.1. Направленность программы – социально-педагогическая.

Программа разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.06.2022 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»
(рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму

работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

- Постановление «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 24.03.2021 № 10 «О внесении изменений в санитарно-эпидемиологические правила СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16» (зарегистрирован 29.03.2021 № 62900);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 17.03.2020 № 103 «Об утверждении временного порядка сопровождения реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»;

- Приказ №104 от 17 марта 2020 г. «Об организации образовательной деятельности в организациях, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования, образовательные программы среднего профессионального образования, соответствующего дополнительного профессионального образования и дополнительные общеобразовательные программы, в условиях распространения новой коронавирусной инфекции на территории Российской Федерации»;

- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Минтруда России от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Зарегистрировано в Минюсте России 17.12.2021 № 66403);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие

критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ министерства образования и науки Российской Федерации и министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. №ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»;

- Письмо Минпросвещения РФ от 07.05.2020 г. № ВБ-976_04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных технологий»;

- Уставом МАОУ «Дедуровская СОШ Оренбургского района»

Методические рекомендации:

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

- - Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 2.06.2020 г. (<http://form.instrao.ru>);

- Методические рекомендации по разработке программ воспитания.

1.2. Уровень программы. Программа реализуется на стартовом уровне.

Стартовый уровень предполагает использование и реализацию общедоступных и универсальных форм организации материала, минимальную сложность предлагаемого для освоения содержания программы.

Реализации программы на стартовом уровне направлена на формирование и развитие духовно-нравственных ценностей.

1.3. Актуальность программы. В связи с происходящими глобальными преобразованиями в социокультурной и духовной сфере

современного российского общества проблема духовно-нравственного воспитания подрастающего поколения приобретает особую актуальность.

Духовно-нравственное развитие и воспитание личности в целом является сложным, многоплановым процессом. Оно неотделимо от жизни человека во всей её полноте и противоречивости, от семьи, общества, культуры человечества в целом, формирующей образ жизни народа и сознание человека.

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тропинки души» способствует гармоничному и духовно-нравственному совершенствованию личности учащихся, развитию коммуникативных умений, обеспечивает эффективное осуществление процесса развития и воспитания духовно-нравственных ценностей у детей младшего школьного возраста.

1.4. Отличительная особенность. Дополнительная общеобразовательная программа «Добреюшка» разработана на основе:

- дополнительной общеобразовательной программы «Начала нравственности», автор Кузьмина Е. С., Пырова Л. Н., г. Стерлитамак;
- дополнительной общеобразовательной программы «Мое Отечество», автор Лазарчук И.Ю., г. Краснодар;
- дополнительной общеобразовательной программы «ДОМ», автор Семина О.А., с. Большое Попово);
- дополнительной общеобразовательной программы «Я – гражданин своей Республики, своей страны», автор Огнева Н.А., п. Жешарт Усть – Вымского района Республики Коми, срок реализации программы – 1 год, группа формируется из учащихся в возрасте 7–10 лет.

Отличительная особенность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Добреюшка» заключается в создании особенной образовательно-воспитательной среды, стимулирующей духовно-нравственное развитие учащихся.

Данная программа реализуется с использованием электронного обучения (учащиеся работают по карточкам, создают слайдовые презентации) при непосредственной связи семьи, школы и общества.

Содержание программы дополняет знания учащихся, полученные в предметных областях: «Окружающий мир», «Литература», «Музыка», «Изобразительное искусство», «ОРКСЭ». Фундаментального ядра основного общего образования.

1.5. Адресат программы. Возраст обучающихся, участвующих в реализации данной программы, от 7 до 10 лет.

Младший школьный возраст – период накопления, впитывания знаний, период приобретения знаний по преимуществу. В этом возрасте подражание многим высказываниям и действиям является значимым условием интеллектуального развития. Особая внушаемость, впечатлительность, направленность умственной активности младших школьников на повторение,

внутреннее принятие, создание подходящих условий для развития и обогащения психики. Данные свойства, в большинстве случаев, являются положительной своей стороной, и в этом исключительное своеобразие этого возраста. Следовательно, поступление в школу способствует формированию потребности в признании и познании, к развитию чувства личности.

Группы постоянного состава формируются из детей разного возраста. Набор в группы свободный. Наполняемость групп – 5-25 человек. Наполняемость групп определена из расчетов социального заказа.

1.6. Объем и сроки освоения дополнительной образовательной программы. Программа рассчитана на 1 год обучения – 72 ч.

1.7. Формы организации образовательного процесса.

Форма обучения: очная, заочная, электронная форма обучения с применением дистанционных технологий.

Формы организации образовательного процесса: групповая, индивидуально-групповая и индивидуальная.

Формы организации учебного занятия

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Добреюшка», используются разнообразные формы организации образовательного процесса: беседа, представление, экскурсия, встреча с интересными людьми, открытое занятие и др.

1.8. Режим занятий. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1 академическому часу.

2. Цель и задачи программы

Цель: формирование нравственного потенциала личности учащегося.

Задачи:

Воспитательные:

- способствовать воспитанию чувства патриотизма и гражданственности;
- воспитать эмоциональную отзывчивость, способность к сопереживанию, доброжелательность;
- формирование духовного развития, самооценки, саморегуляции.

Развивающие:

- развивать познавательный интерес и основы культуры общения;
- развивать способности формулировать собственные нравственные обязательства;
- формировать осуществление самоконтроля;
- развить способность давать нравственную самооценку своим и чужим поступкам;
- формировать духовно-нравственные ориентиры на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

Образовательные:

- владеть знаниями в области истории и культуры родного края;
- изучить культурные и духовно-нравственные традиции русского народа;
- сформировать представления о величайших ценностях, достоинствах общечеловеческой и национальной культуры, культуры славянских народов.

3. Содержание программы

3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Мир вокруг нас	17	8	9	
1.1.	Вводное занятие	2	1	1	входное тестирование
1.2.	Наполни смыслом каждое мгновение	2	1	1	беседа
1.3.	Книга – источник знаний, правды и добра!	3	1	2	беседа, экскурсия
1.4.	С чего начинается Родина?	2	1	1	беседа, конкурс
1.5.	Умейте радоваться свету	4	2	2	беседа, конкурс
1.6.	Для чего мы живем на свете?	2	1	1	беседа
1.7.	Что я оставлю на свете?	2	1	1	беседа
2.	Добро и зло	10	5	5	
2.1.	Где мы – там доброе начало!	2	1	1	беседа
2.2.	Жизнь дана на добрые дела!	2	1	1	круглый стол
2.3.	Спешите делать добрые дела	4	2	2	игра
2.4.	Умейте жить в мире и согласии	2	1	1	тестирование
3.	О совести	4	2	2	
3.1.	Мое понимание совести	2	1	1	беседа
3.2.	Совесть в наших маленьких сердцах	2	1	1	конкурс
4.	Моя семья	6	3	3	
4.1.	Семья вместе – душа на месте	4	2	2	конкурс, проект
4.2.	Кто родителей почитает – вовек не погибает	2	1	1	спектакль, праздник

5.	Дружба	6	3	3	
5.1.	Настоящий друг верен в счастье и беде	4	2	2	конкурс
5.2.	Учимся ценить дружбу	2	1	1	проект
6.	О заботе	6	3	3	
6.1.	Мы способны любить и заботиться	2	1	1	круглый стол
6.2.	Мы в ответе за тех, кого приручили	2	1	1	конкурс рисунков
6.3.	Природа – твой дом и ты в нем хозяин	2	1	1	конкурс
7.	О вежливости	12	6	6	
7.1.	Мы – маленькие лучики солнца!	2	1	1	конкурс рисунков
7.2.	Как много в мире слов прекрасных!	2	1	1	викторина
7.3.	Учимся красиво говорить	2	1	1	праздник
7.4.	Мы любим трудиться	2	1	1	выпуск стенгазеты
7.5.	Делаем чудеса своими руками	4	2	2	конкурс поделок
8.	О милосердии	11	5	6	
8.1.	Знакомство с понятием «милосердие»	2	1	1	беседа
8.2.	Ты всегда любим, храним добрым Ангелом своим	3	1	2	праздник
8.3.	Делая счастливыми других, мы счастливы сами!	2	1	1	беседа
8.4.	Счастливый ли я человек?	2	1	1	конкурс
8.5.	Итоговое занятие	2	1	1	тестирование
Всего часов		72	35	37	

3.2. Содержание учебного плана

Раздел 1. Мир вокруг нас.

Тема 1. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с учащимися. Вводный инструктаж по теме «Правила поведения учащихся на занятиях». Беседа с учащимися о духовно-нравственном развитии и воспитании личности гражданина России. Введение в курс данной программы: цель и задачи, содержание основных разделов дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Демонстрация презентации творческого объединения «Тропинки души». Входная диагностика.

Тема 2. Наполни смыслом каждое мгновение.

Теория. В чем смысл жизни. Жизнь человека как ценность. Зачем я живу? Жить здесь и сейчас. Творите биографии сами. Знакомство с рассказом «Утерянный день».

Практика. Чтение и анализ рассказа, игры – знакомства.

Тема 3. Книга – источник знаний, правды и добра.

Теория. Знакомство с разделами книги, каталогом, разделами в библиотеке. Книга – открытая дорога в мир.

Практика: Экскурсия в библиотеку, работа с книгами.

Тема 4. С чего начинается Родина?

Теория. Родина – наш мир, наш дом, наш дух. Чувство любви к родному краю. Знакомство с рассказами и стихами о Родине.

Практика. Конкурс стихов, рисунков, анализ произведений.

Тема 5. Умейте радоваться свету.

Теория. Как важно уметь радоваться солнцу, лету, удачам друзей. Чтение и анализ рассказа «Лесной переполох» В.Д.Максимовой, разучивание веселых игр.

Практика: Иллюстрирование произведения, игры.

Тема 6. Для чего мы живем на свете?

Теория. Наше предназначение в жизни, в чем ценность жизни. Если быть добрым, любить красоту и людей. То жизнь прожита не зря. Чтение и анализ произведения «Божье поручение» В.Д.Максимовой.

Практика: Беседа, иллюстрации к рассказу.

Тема 7. Что я оставляю на свете?

Теория. Выбор жизненного пути, предназначение человека, духовное богатство или духовная нищета, рассказ «Лекарство для сердца» В.Д.Максимовой.

Практика: Беседа, конкурс рисунков.

Раздел 2. Добро и зло.

Тема 1. Где мы – там доброе начало.

Теория. Что такое добро и зло? Как важно ежедневно делать добрые дела. Ведь только тогда ты остаешься человеком. Чтение и анализ рассказа «Колечко».

Практика: Беседа, игра.

Тема 2. Жизнь дана на добрые дела.

Теория. Понятия добро и доброта, критерии добра и зла, для чего надо делать добрые дела. Чего не следует делать, того не делай даже в мыслях.

Практика: Дискуссия на тему, игровые ситуации.

Тема 3. Спешите делать добрые дела!

Теория. Судить человека следует по его добрым делам. Спешите делать добрые дела, потому что они бесценны. Наши добрые дела в течение дня, проектная работа.

Практика: Выпуск стенгазеты о добрых поступках детей.

Тема 4. Умейте жить в мире и согласии.

Теория. Что значит мир и согласие, подбор пословиц, чтение рассказа «Подарок».

Практика: Работа с пословицами, анализ прочитанного рассказа.

Раздел 3. О совести.

Тема 1. Понятие «совесть».

Теория. Знакомство с понятием «совесть», о природе совести, различные состояния совести, средства успокоения совести. Совесть – мерило жизненных ценностей. Чтение рассказа В.Осеевой «Трусиха».

Практика: Работа со словарем, анализ прочитанного рассказа.

Тема 2. Совесть в наших маленьких сердцах

Теория. Что такое чистая совесть, совесть как средство духовно-нравственного становления личности. Подбор и анализ пословиц.

Практика: Беседа, игровые ситуации, иллюстрирование пословиц.

Раздел 4. Моя семья.

Тема 1. Семья вместе – душа на месте.

Теория. Знакомство с определением «семья», насколько близки родные люди. Что делает людей родными? Семья как целостная единица. Чтение и анализ книг о семье, подобранных детьми, работа со словарем.

Практика: Работа со словарем, беседа.

Тема 2. Кто родителей почитает – вовек не погибает.

Теория. Знакомство с понятиями «род, родня, родные». Почитание родителей – уважение к себе. Любовь родителей к детям. Работа со словарями, подбор материала для газеты.

Практика: Конкурс стихов и рисунков о семье, создание мини-проектов.

Раздел 5. Дружба.

Тема 1. Настоящий друг верен в счастье и беде.

Теория. Знакомимся с понятие «дружба». Большое счастье иметь настоящего друга. Что значит дружить? Кого можно назвать настоящим другом. Чтение и анализ рассказа «Два товарища».

Практика: Работа со словарями, конкурс рисунков «Мой друг», игры с

друзьями.

Тема 2. Учимся ценить дружбу.

Теория. Мнимая и подлинная дружба. Понимание другого. Хорошая книга – спутник и друг. Собираем пословицы о дружбе, создание законов дружбы.

Практика: Конкурс стихов и рисунков о дружбе, создание книжки-малышки, проекта о друзьях.

Раздел 6. О заботе.

Тема 1. Мы способны любить и заботиться.

Теория. Каждому человеку свойственно любить. Знакомимся с понятием «забота». Чем больше мы заботимся о людях, тем счастливее себя чувствуем. Чтение и анализ рассказа В.Д.Максимовой «Яблонька».

Практика: Круглый стол, выразительное чтение рассказа.

Тема 2. Мы в ответе за тех, кого приручили.

Теория. Настоящая любовь к животным требует времени, тепла, труда и заботы. Чтение рассказа «Снегирек», беседа о тех, о ком мы можем заботиться.

Практика: Круглый стол, конкурс рисунков «Наши братья меньшие».

Тема 3. Природа – твой дом, и ты в нем хозяин.

Теория. Общение с природой и отдых среди ее красот. Природа – наш дом. Беседа о природе, ее красоте, любимом уголке природы, рассказ «Соловушка».

Практика: Беседа, конкурс рисунков «Мой любимый уголок природы».

Раздел 7. О вежливости.

Тема 1. Мы - маленькие лучики солнца.

Теория. У каждого человека есть свой тайный личный мир. Как помочь проявиться в душе человека благородному чувству. Понятие «луч», «лучик», наши добрые дела, рассказ «Кленыч».

Практика: Работа со словарем, мини-проект.

Тема 2. Как много в мире слов прекрасных!

Теория. Чем чаще мы говорим и слышим добрые и приветливые слова, тем радостнее становится наша жизнь. Какой должна быть наша речь, умение говорить, подбор пословиц, рассказ «Крутой».

Практика: Работа со словарем, иллюстрирование пословиц, чтение и анализ рассказа.

Тема 3. Учимся красиво говорить.

Теория. Что такое вежливость? Что необходимо, чтобы стать вежливым человеком. Законы вежливости. Чтение и анализ рассказов. Подбор вежливых слов.

Практика: Создание словаря вежливых слов, конкурс стихов и рисунков, проведение Дня вежливости. Конкурс поделок.

Тема 4. Мы любим трудиться.

Теория. Самое дорогое для человека то, что он создает своими руками.

Понятие «труд», какую роль играет труд в жизни человека, рассказ «Колодец».

Практика: Беседа, игровые ситуации, чтение и анализ произведения.

Тема 5. Делаем чудеса своими руками.

Теория. Все люди живут ожиданием чуда! Чудеса наполняют нашу жизнь радостью. Какими могут быть чудеса, чудеса своими руками, рассказ В.Д.Максимовой «Новогодние чудеса»

Практика. Беседа, конкурс поделок, чтение и анализ рассказа.

Раздел 8. О милосердии.

Тема 1. Знакомство с понятием «милосердие».

Теория. Милосердие – традиционная черта российского народа. Знакомимся с понятием «милосердие». Что значит уметь любить и прощать. Чтение и анализ книг о милосердии.

Практика: Работа со словарем, беседа.

Тема 2. Ты всегда любим, храним добрым Ангелом своим.

Теория. Кто такой Ангел-хранитель, кому он может помочь. Оставайся нравственным и добродетельным человеком – и твой ангел-хранитель не покинет тебя в трудную минуту. Рассказ «Рождественские Ангелы».

Практика: Беседа, изготовление Ангела из бумаги, чтение и анализ рассказа.

Тема 3. Делая счастливыми других, мы счастливы сами!

Теория. Счастье – это внутреннее состояние человека, ощущение радости. Понятие «счастье», что значит быть счастливым, рассказ «Волшебные сапожки».

Практика: Беседа за круглым столом, чтение и анализ рассказа, рисунок на тему.

Тема 4. Счастливый ли я человек?

Теория. От чего зависит счастье человека? Что важнее для счастья внутренний мир или внешний? Дорожите счастьем, дорожите. Чтение стихотворений о счастье, подобранных детьми.

Практика: Беседа, диагностика.

Тема 5. Итоговое занятие.

Теория. Подводим итоги работы в объединении. Делаем вывод о том, помогла ли нам работа в течение года как-то измениться. Какие виды работ больше всего понравились. Предварительное планирование на новый год. Диагностика по итогам работы в объединении «Тропинки души».

4. Планируемые результаты

Личностные результаты

У обучающихся:

- сформировано чувство патриотизма и активная гражданская позиция
- ;
- сформирована эмоциональная отзывчивость, способность к сопереживанию, доброжелательность;
- сформировано активное духовное развитие, адекватная самооценка, саморегуляция.

Метапредметные результаты

У обучающихся развиты:

- познавательный интерес и основы культуры общения;
- способности формулировать собственные нравственные обязательства;
- способность осуществлять самоконтроль;
- способность давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;
- духовно-нравственные ориентиры на основе традиционных общечеловеческих ценностей.

Предметные результаты

Обучающиеся будут знать:

- историю и культуру родного края;
- культурные и духовно-нравственные традиции русского народа;
- величайшие ценности, достояния общечеловеческой и национальной культуры, культуру славянских народов.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

1. Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Формы контроля
1.	сентябрь	17	15.00-15.45 16.00-16.45	вводный инструктаж, беседа	2	Вводное занятие	кабинет №4	входная диагностика
2.	сентябрь	19	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа, игра	1	Наполни смыслом каждое мгновение	кабинет №4	
3.	сентябрь	24	15.00-15.45 16.00-16.45	игра	1	Наполни смыслом каждое мгновение	кабинет №4	тест
4.	сентябрь	26	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Книга – источник правды и добра!	кабинет №4	
5.	октябрь	1 -3	15.00-15.45 16.00-16.45	круглый стол, экскурсия	2	Книга – источник правды и добра!	кабинет №4, библиотека ДК	тест
6.	октябрь	8	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	1	С чего начинается Родина?	кабинет №4	конкурс
7.	октябрь	10	15.00-15.45 16.00-16.45	игра, конкурсы	1	С чего начинается Родина?	кабинет №4	конкурс
8.	октябрь	15	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Умейте радоваться свету!	кабинет №4	
9.	октябрь	17	15.00-15.45 16.00-16.45	круглый стол, дискуссия	1	Умейте радоваться свету!	кабинет №4	
10.	октябрь	22	15.00-15.45 16.00-16.45	игра	1	Умейте радоваться свету!	кабинет №4	спектакль

11.	октябрь	24	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурсы	1	Умейте радоваться свету!	кабинет №4	тест
12.	октябрь	29	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Для чего мы живем на свете?	кабинет №4	
13.	октябрь	31	15.00-15.45 16.00-16.45	викторина	1	Для чего мы живем на свете?	кабинет №4	
14.	ноябрь	5	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Что я оставлю на свете?	кабинет №4	
15.	ноябрь	7	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс рисунков	1	Что я оставлю на свете?	кабинет №4	Тест
16.	ноябрь	12	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Где мы – там доброе начало	кабинет №4	
17.	ноябрь	14	15.00-15.45 16.00-16.45	спектакль	1	Где мы – там доброе начало	кабинет №4	спектакль
18.	ноябрь	19	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Жизнь дана на добрые дела	кабинет №4	
19.	ноябрь	21	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс поделок	1	Жизнь дана на добрые дела	кабинет №4	
20.	декабрь	3	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Спешите делать добрые дела!	кабинет №4	
21.	декабрь	5	15.00-15.45 16.00-16.45	изготовление поделок	1	Спешите делать добрые дела!	кабинет №4	
22.	декабрь	10	15.00-15.45 16.00-16.45	выпуск стенгазеты	1	Спешите делать добрые дела!	кабинет №4	
23.	декабрь	12	15.00-15.45 16.00-16.45	круглый стол	1	Спешите делать добрые дела!	кабинет №4	анкетирование
24.	декабрь	17	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Умейте жить в мире и согласии!	кабинет №4	
25.	декабрь	19	15.00-15.45	игры	1	Умейте жить в мире и	кабинет №4	тест

			16.00-16.45			согласии!		
26.	декабрь	24	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Понятие «совесть»	кабинет №4	
27.	декабрь	26	15.00-15.45 16.00-16.45	дискуссия	1	Понятие «совесть»	кабинет №4	
28.	январь	9	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Совесть в наших ма- леньких сердцах	кабинет №4	
29.	январь	10	15.00-15.45 16.00-16.45	работа со словарем, разбор ситу- аций	1	Совесть в наших ма- леньких сердцах	кабинет №4	тест
30.	январь	14	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Семья вместе – душа на месте!	кабинет №4	
31.	январь	16	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс сти- хов о семье	1	Семья вместе – душа на месте!	кабинет №4	
32.	январь	21	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс ри- сунков, бесе- да	1	Семья вместе – душа на месте!	кабинет №4	
33.	январь	23	15.00-15.45 16.00-16.45	проект о се- мье	1	Семья вместе – душа на месте!	кабинет №4	проект
34.	январь	28	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Кто родителей почитает – вовек не погибает	кабинет №4	
35.	январь	30	15.00-15.45 16.00-16.45	разыгрыва- ние ситуаций	1	Кто родителей почитает – вовек не погибает	кабинет №4	анкета
36.	февраль	4	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Настоящий друг верен в счастье и беде	кабинет №4	
37.	февраль	6	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс ри- сунков о друге	1	Настоящий друг верен в счастье и беде	кабинет №4	

38.	февраль	11	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс стихов о дружбе	1	Настоящий друг верен в счастье и беде	кабинет №4	
39.	февраль	13	15.00-15.45 16.00-16.45	проект о друзьях	1	Настоящий друг верен в счастье и беде.	кабинет №4	проект
40.	февраль	18	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Учимся ценить дружбу	кабинет №4	
41.	февраль	20	15.00-15.45 16.00-16.45	игра, дискуссия	1	Учимся ценить дружбу	кабинет №4	тест
42.	февраль	25	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение и анализ рассказов	1	Мы способны любить и заботиться	кабинет №4	
43.	февраль	27	15.00-16.45	Разыгрывание ситуаций	1	Мы способны любить и заботиться	кабинет №4	анкета
44.	март	3	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Мы в ответе за тех, кого приручили	кабинет №4	
45.	март	5	15.00-15.45 16.00-16.45	игры, конкурсы	1	Мы в ответе за тех, кого приручили	кабинет №4	тест
46.	март	10	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс стихов и рисунков	1	Природа – твой дом, и ты в нем хозяин	кабинет №4	
47.	март	12	15.00-16.45	экскурсия	1	Природа – твой дом, и ты в нем хозяин		экскурсия
48.	март	17	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение и анализ рассказов	1	Мы – маленькие лучики солнца	кабинет №4	
49	март	19	15.00-15.45 16.00-16.45	выпуск стенгазеты	1	Мы – маленькие лучики солнца	кабинет №4	
50.	март	24	15.00-15.45	чтение книг,	1	Как много в мире слов	кабинет №4	

			16.00-16.45	беседа		прекрасных!		
51.	март	26	15.00-15.45 16.00-16.45	работа со словарем, книжка- малышка	1	Как много в мире слов прекрасных!	кабинет №4	выпуск книжки-малышки
52.	март	28	15.00-15.45 16.00-16.45	разыгрыва- ние ситуаций	1	Учимся красиво гово- рить	кабинет №4	
53.	март	31	15.00-15.45 16.00-16.45	день вежли- вости	1	Учимся красиво гово- рить	кабинет №4	день вежливости
54.	апрель	2	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Мы любим трудиться	кабинет №4	
55.	апрель	7	15.00-15.45 16.00-16.45	выпуск стен- газеты	1	Мы любим трудиться	кабинет №4	
56.	апрель	10	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Делаем чудеса своими руками!	кабинет №4	
57.	апрель	14	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс по- делок	1	Делаем чудеса своими руками!	кабинет №4	
58.	апрель	16	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс ри- сунков, игры	1	Делаем чудеса своими руками!	кабинет №4	
59.	апрель	21	15.00-15.45 16.00-16.45	спектакль для д\сада	1	Делаем чудеса своими руками!	кабинет №4	спектакль
60.	апрель	23	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Знакомство с понятие «милосердие»	кабинет №4	
61.	апрель	24	15.00-15.45 16.00-16.45	игры, дис- куссия	1	Знакомство с понятие «милосердие»	кабинет №4	тест
62.	апрель	28	15.00-15.45 16.00-16.45	Чтение и анализ рас- сказов	1	Ты всегда любим, хра- ним добрым Ангелом своим!	кабинет №4	
63.	май	5	15.00-15.45	изготовление	1	Ты всегда любим, хра-	кабинет №4	

			16.00-16.45	поделки		ним добрым Ангелом своим!		
64.	май	7	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс сочинений	1	Ты всегда любим, храним добрым Ангелом своим!	кабинет №4	сочинение
65.	май	9	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Делая счастливыми других, мы счастливы сами!	кабинет №4	
66.	май	12	15.00-15.45 16.00-16.45	игры, инсценирование сценок, помощь пожилым людям	1	Делая счастливыми других, мы счастливы сами!	кабинет №4	
67.	май	14	15.00-15.45 16.00-16.45	чтение книг, беседа	1	Счастливый ли я человек?	кабинет №4	
68.	май	15	15.00-15.45 16.00-16.45	конкурс сочинений	1	Счастливый ли я человек?	кабинет №4	диагностика

2 Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

- Просторный, светлый кабинет.
- Стулья, столы.
- Компьютер.
- Проектор.
- Экран.
- Музыкальный центр.
- Бумага разного формата, картон.
- Кисти, краски.
- Ножницы.
- Клей ПВА.
- Линейка, угольник.
- Циркуль.
- Свеча.

Информационное обеспечение:

- репродукции А.К Саврасова, В.А. Серова, М.А Врубеля, И.И. Левитана, М.В. Нестерова, И.И. Шишкина, В.М.Васнецова и др.;
- аудиозаписи: «Времена года» Вивальди, Прокофьев «Детский альбом», «Звуки леса», «Шум дождя», «Голоса птиц» и др.;
- диски с фильмами: «Иосиф и его братья», «Авраам – друг Божий», «Потомки Адама», «Потоп», «Иаков», « Сотворение мира», «Жизнь в Раю» и др.

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области, знающий специфику дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации интерактивной деятельности детей.

3. Формы аттестации/контроля

Аттестация учащихся проводится поэтапно:

Начальная проверка (сентябрь) – включает сбор сведений об основных знаниях учащихся в области духовно-нравственного воспитания. Проводится в форме диагностики.

Промежуточная аттестация (декабрь) – выявляет степень освоения пройденного материала. Проводится в форме конкурсов, анкетирования и тестирования.

Итоговая аттестация (май) – направлена на выявление итогов освоения программы за соответствующих год, определения количества остаточных знаний. Выполняется в форме защиты творческих работ, итоговой диагностики, получение сертификата.

Формами отслеживания и фиксации образовательных результатов по программе являются: аналитический материал, грамота, готовая работа, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитическая справка, выставка, готовое изделие, демонстрация моделей, защита творческих работ, концерт, научно-практическая конференция, открытое занятие, отчет итоговый, портфолио, праздник.

4. Оценочные материалы

В качестве оценочного материала используются следующие методики и диагностики:

- методика определения уровня нравственной воспитанности учащихся (по С. М. Петровой);
- диагностика и исследование нравственной сферы школьника (Фридман Г.М., Пушкина Т.А., Каплунович И.Я);
- методика «Сюжетные картинки» (по Р.Р.Калининой);
- методика «Как поступать»;
- методика «Закончи предложение» (методика Н.Е. Богуславской);
- диагностика уровня воспитанности учащихся начальных классов (методика Н.П. Капустиной).

5 Методические материалы

Технологии обучения

Технология коллективной творческой деятельности – система условий, методов, приемов и организованных форм воспитания, обеспечивающих формирование и творческое развитие коллектива взрослых и детей на принципах гуманизма.

Информационные технологии – используются как вспомогательные средства для обеспечения материально – технического оснащения.

Игровые технологии – группа методов и приемов организации педагогического процесса.

Технологии личностно ориентированного обучения – максимальное развитие индивидуальных познавательных способностей ребенка на основе использования имеющегося у него жизненного опыта.

Здоровьесберегающие технологии – повышает результативность воспитательно-развивающего процесса, направлена на сохранение и укрепление здоровья обучающихся, способствует созданию условий, обеспечивающих индивидуальный подход к каждому ребенку.

При реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тропинки души» используется следующая методическая продукция:

1. Максимова В.Д. Божье поручение. Рассказы для детей. – Оренбург: ИПК «Газпромпечатать», 2011.

2. Максимова В.Д. И добрым будет день. Рассказы для детей. – Оренбург: ИПК «Газпромпечатать», 2011.

3. Максимова В.Д. Спаси и сохрани. Рассказы для детей. – Оренбург: ИПК «Газпромпечатать», 2011.

4. Священник Андрей Мекрюков, Елена Момот «Основы христианской нравственности»: методическое пособие для учителя. – Москва: изд-во Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2015 г.

При работе по программе используются разнообразные формы педагогической деятельности: беседа, представление, экскурсия, встреча с интересными людьми (ветеранами Великой Отечественной войны, тружениками тыла), открытое занятие и др.

При проведении занятий используются различные методы работы:

- словесные (лекция, объяснение, консультация);
- демонстративно – наглядные (коллекция фото, видео);
- метод практической работы;
- проблемно-поисковый (поиск и отбор аргументов, анализ полученной информации).

Принципы обучения

Программа построена с учетом целостного подхода к педагогическому процессу, предполагающему выделение следующих принципов обучения:

1. Принцип гуманистической направленности, предполагающий подчинение образовательно-воспитательной работы задачам формирования личности.

2. Принцип адекватности особенностям психического развития ребенка; предполагает изучение педагогом психофизиологических возрастных особенностей детей; умение педагога общаться с детьми на их уровне развития с небольшим опережением;

3. Принцип дифференциации и индивидуального подхода; предполагает дополнительные занятия с учетом уровня развития каждого ребенка; кроме того, при осуществлении воспитательного процесса, он предполагает учет темперамента каждого участника коллектива;

4. Принцип последовательности и систематичности знаний, умений и навыков их развития и совершенствования; предполагает четкое следование разработанной педагогом экспериментальной программе;

5. Принцип координации «педагог – воспитанник – семья» предполагает тесное сотрудничество педагога с родителями обучающегося, где воспитанник выступает не только в роли субъекта.

6. Системности и преемственности, предусматривающий взаимосвязь и последовательность всех компонентов программы, соблюдение установок «от простого к сложному».

7. Развивающего обучения, обеспечивающий активность усвоения знаний на материале повышенной трудности.

8. Педагогики и искусства, предусматривающий единство содержания и художественной формы, целостного культурного и духовного развития личности.

При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий необходимы организация рабочего места педагога и учащегося с целью реализации дистанционных технологий обучения.

В соответствии с техническими возможностями, проведение занятий может осуществляться в дистанционном режиме с использованием электронных образовательных ресурсов на платформах «ВКонтакте», «Сферум».

При дистанционном обучении рабочее место педагога обеспечено доступом к сети Интернет, используются наглядные пособия, таблицы, видео и аудио материалы. Как устроено рабочее место обучающегося педагог обсуждает с обучающимся или его родителями. При планировании онлайн-обучения некоторые дети планируют использовать смартфоны, планшеты и ноутбуки. Использование смартфона для онлайн-обучения связано с большими рисками для здоровья детей. Использование смартфона сопровождается воздействием на школьника целого комплекса неблагоприятных факторов (электромагнитное излучение, маленький экран, малый размер символов и изображений, невозможность соблюдения рациональной рабочей позы, сильное напряжение мышц шеи и плечевого пояса и др.). Работа на смартфоне приведет к выраженному утомлению ребенка и, в конечном итоге, отразится на состоянии его здоровья. Использование смартфонов для онлайн-обучения полностью исключено.

При дистанционной форме обучения для снятия зрительного напряжения, возникающего в результате работы на компьютере, в течение 1-2 минут проводится гимнастика для глаз через 15 - 20 минут от начала занятий либо сразу после появления признаков зрительного утомления (Приложение 8).

Проведение зрительной гимнастики обязательный элемент занятия. Выполняются упражнения совместно с педагогом и под его контролем.

Упражнения выполняются стоя или сидя, отвернувшись от экрана при ритмичном дыхании, с максимальной амплитудой движения глаз. При проведении занятия предусмотрены физкультминутки. Своевременное их проведение способствует, помимо предупреждения локального утомления, также и повышению общей и умственной работоспособности ребенка. По содержанию они различны и предназначены для конкретного воздействия на ту или иную группу мышц или систему организма. Проводить 2-3 минутные физические упражнения необходимо при появлении первых признаков утомления у детей (примерно через 15-20 минут урока) (Приложение 9).

При реализации программы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий педагог вносит корректировки в части форм обучения, технических средств обучения.

6. Рабочая программа воспитания

1. Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Рабочая программа воспитания для обучающихся творческого объединения «Добреюшка» разработана педагогом дополнительного образования - руководителем творческого объединения согласно требованиям следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Федеральный закон от 29.06.2022 г. «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

3. Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

4. Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;

5. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;

6. Указ Президента РФ от 9 ноября 2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»

7. Государственная программа РФ «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства РФ от 26 декабря 2017 года № 1642 (ред. От 16.07.2020);

8. Федеральный проект «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16);

9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

10. Примерный календарный план воспитательной работы на 2022-2023 учебный год, утвержден заместителем Министра просвещения Российской Федерации Грибовым Д.Е. 10 июня 2022 г. за № ДГ-120/06вн.

Актуальность программы

В соответствии со Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года образовательная деятельность предусматривает обновление воспитательного процесса с учетом современных достижений науки и на основе отечественных традиций.

Воспитание детей рассматривается как стратегический общенациональный приоритет, требующий консолидации усилий различных институтов гражданского общества и ведомств на федеральном, региональном и муниципальном уровнях.

С 1 сентября 2020 года вступил в силу Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».

Президент Российской Федерации В.В. Путин отметил, что смысл предлагаемых поправок в том, чтобы «укрепить, акцентировать воспитательную составляющую отечественной образовательной системы». Он подчеркнул, что система образования не только учит, но и воспитывает, формирует личность, передает ценности и традиции, на которых основано общество.

«Воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде». (Статья 2, пункт 2, ФЗ № 304).

Адресат программы

Рабочая программа воспитания предназначена для всех групп обучающихся, а также их родителей (законных представителей) творческого объединения «Тропинки души».

Данная программа воспитания рассчитана на один учебный год.

2. Характеристика творческого объединения

Деятельность объединения «Тропинки души» имеет социально-педагогическую направленность.

Количество обучающихся объединения составляет 1 группа, всего 15 человек.

Формы работы с обучающимися и их родителями (законными представителями) – индивидуальные и групповые.

3. Цель, задачи и результат воспитательной работы

Цель воспитания – воспитание гармоничной, духовно развитой, социально-активной личности учащегося, способной к постоянному самообразованию и самосовершенствованию; привитие ему нравственных принципов на основе изучения культурно-исторических, патриотических традиций семьи, учреждения, России.

Задачи воспитания:

- способствовать приобретению опыта осуществления социально значимых дел; □
- воспитывать чувства патриотизма, активной гражданской позиции, сопричастности к истории России; □
- развивать навыки самоопределения и самореализации; □
- формировать и развивать духовно-нравственные ориентиры на основе традиционных общечеловеческих ценностей; □
- реализация важных для личностного развития социально значимых форм и моделей поведения;
- формирование и развитие творческих способностей; □
- способствовать ранней профессиональной ориентации.

Результат воспитания:

- активное участие в социально-значимой деятельности;
- чувство патриотизма, активная гражданская позиция, чувство гордости за историю России;
- самосовершенствование, осознает свое место в жизни;
- активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление творческих способностей, развитая фантазия, креативность;
- первичное представление о будущей профессии.

4. Работа с коллективом обучающихся

Работа с коллективом обучающихся творческого объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления, освоению технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации, формированию ответственности за себя и других;
- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;

- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

5. Работа с родителями

Работа с родителями обучающихся творческого объединения включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

6. Список использованной литературы

Литература для педагога:

1. Воспитательный процесс: изучение эффективности: методические рекомендации/ под редакцией Е.Н. Степанова – М., 2016.
2. Каргина З.А. Практическое пособие для работы педагога дополнительного образования. – Изд. доп. – М.: Школьная Пресса, 2008.
3. Маленкова П.И. Теория и методика воспитания. – М., 2017.
4. Слостенин В.А. Методика воспитательной работы. – изд.3-е-М, 2015.

Интернет-источники:

- <https://videouroki.net/razrabotki/rabochaya-programma-po-vozpitatelnoy-rabote.html>
- <https://nsportal.ru/shkola/distantionnoe-obuchenie/library/2021/11/21/rabochaya-programma-vozpitaniya-pdo-primer>

7. Список литературы

Список литературы для педагога

7.1. Основная литература

1. Власова, Т.И. Педагогика духовности: содержание и технологии духовно-нравственного воспитания / Т.И. Власова. – Москва ; БерДирект-Медиа, 2020.
2. Гайвас, О.В. От добрых слов – к добрым делам : формирование духовно-нравственных качеств младшего школьника на материале «Доброслова» : в 2 частях : // О.В. Гайвас, Л.Н. Урбанович ; Смоленская Православная

Духовная Семинария. – Смоленск : Свиток, 2018. – Ч. 2. Методические материалы в помощь учителю. – 120 с.

3. Дивногорцева, С.Ю. Основы православной педагогической культуры : учебное пособие / С.Ю. Дивногорцева ; Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет. – Москва : Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2018. – 244 с.

4. Дивногорцева, С.Ю. Основы православной педагогической культуры : учебное пособие / С.Ю. Дивногорцева ; Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет. – Москва : Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, 2017. – 243 с.

5. Журкина А.В. Духовное воспитание в системе дополнительного образования детей: проблемы, опыт //Вечное слово. – 2018. – №3.

6. Николаев, А.В. Школьная этика. Нравственный закон: фундаментальный учебник и программа фундаментального предмета / А.В. Николаев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 459 с.

7. Священник Андрей Мекрюков, Елена Момот «Основы христианской нравственности»: методическое пособие для учителя. – Москва: изд-во Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2018.

7.2. Интернет-источники

1.fulaschool.ru teachers/57/1228/ Духовно-нравственное воспитание школьников как ключевое требование ФГОС.

2. <http://festival.1september.ru/articles/212640/> «Духовно-нравственное воспитание младших школьников».

7.3. Список литературы для учащихся

1. Ганаго Б. Я вернусь. Сборник рассказов. – Минск: Братство в честь Святого Архистратига Михаила, 2018.

5. Священник Андрей Мекрюков, Елена Момот «Основы христианской нравственности»: учебное пособие для детей. – Москва: изд-во Московской Патриархии Русской Православной Церкви, 2018г.

6. Уроки добра и милосердия/Сост. Т.С. Роткина. – Оренбург: «Детство», 2019.

**Методика определения уровня нравственной
воспитанности учащихся
(по С. М. Петровой)**

Цель: определить уровень нравственной воспитанности учащихся и выявить особенности ценностных ориентаций к жизни, к людям, к самим себе.

Ход проведения. Ребёнку необходимо внимательно прочитать каждое высказывание и выбрать ту пару, с содержанием которой согласен в наибольшей степени.

1. а) счастлив тот, у кого совесть спокойна;
б) стыд не дым, глаза не выест;
в) лучше жить бедняком, чем разбогатеть с грехом;
г) что за честь, коли нечего есть.
2. а) не хлебом единым жив человек;
б) хорошо тому живётся, у кого денежка ведётся;
в) не в деньгах счастье;
г) когда деньги вижу, души своей не слышу.
3. а) кому счастье служит, тот ни о чём не тужит;
б) где счастье плодится, там и зависть родится;
в) кто хорошо живёт, тот долго живет;
г) жизнь прожить – не поле перейти.
4. а) бояться несчастья – счастья не видать;
б) людское счастье – что вода в бредне;
в) деньги – дело наживное;
г) голым родился, гол и умру.
5. а) только тот не ошибается, кто ничего не делает;
б) бережёного Бог бережёт;
в) на Бога надейся, да сам не плошай;
г) не зная броду, не суйся в воду.
6. а) всяк сам своего счастья кузнец;
б) бьётся как рыба об лед;
в) хочу – половина могу;
г) лбом стены не прошибёшь.
7. а) добрая слава лучше богатства;
б) уши выше лба не растут;
в) как проживёшь, так и прослывёшь;
г) выше головы не прыгнешь.
8. а) мир не без добрых людей;
б) на наш век дураков хватит;
в) люди – всё, а деньги – сор;
г) деньгам все повинуются.
9. а) что в людях живёт, то и нас не минет;

- б) живу как живётся, а не как люди хотят;
 - в) от народа отстать – жертвою стать;
 - г) никто мне не указ.
10. а) всякий за себя отвечает;
- б) моя хата с краю, я ничего не знаю;
 - в) своя рубашка ближе к телу;
 - г) наше дело – сторона.
11. а) сам пропадай, а товарища выручай;
- б) делай людям добро, да себе без беды;
 - в) жизнь дана на добрые дела;
 - г) когда хочешь себе добра, то никому не делай зла;
12. а) не имей сто рублей, а имей сто друзей;
- б) на обеде все – соседи, а пришла беда – они прочь как вода;
 - в) доброе братство дороже богатства;
 - г) чёрный день придёт – приятели откажутся.
13. а) ученье – свет, неученье – тьма;
- б) много будешь знать, скоро состаришься;
 - в) ученье лучше богатства;
 - г) век живи, век учишься, а дураком помрёшь.
14. а) без труда нет добра;
- б) от трудов праведных не наживёшь палат каменных;
 - в) можно тому богатому быть, кто от трудов мало спит;
 - г) от работы не будешь богат, а скорее будешь горбат.
15. а) на что и законы писать, если их не исполнять;
- б) закон – паутина, шмель проскочит, муха увязнет;
 - в) где твёрд закон, там всяк умён;
 - г) закон – что дышло, куда повернёшь, туда и вышло.

Обработка полученных данных

Ценностные отношения человека к жизни, к людям, к самому себе конкретизируются в отдельных высказываниях и в тексте методики располагаются следующим образом:

- 1) а, в – духовное отношение к жизни;
- б, г – бездуховное отношение к жизни;
- 2) а, в – незначимость материального благополучия в жизни;
- б, г – материально благополучная жизнь;
- 3) а, в – счастливая, хорошая жизнь;
- б, г – трудная, сложная жизнь;
- 4) а, в – оптимистическое отношение к жизни,
- б, г – пессимистическое отношение к жизни;
- 5) а, в – решительное отношение к жизни;
- б, г – осторожное отношение к жизни;
- 6) а, в – самоопределение в жизни;
- б, г – отсутствие самоопределения в жизни;
- 7) а, в – стремление к достижению цели,

- б, г – отсутствие стремления к достижению цели;
8) а, в – позитивное отношение к людям,
б, г – негативное отношение к людям;
9) а, в – коллективистское отношение к людям,
б, г – индивидуалистское отношение к людям;
10) а, в – эгоцентрическое отношение к людям,
б, г – эгоистическое отношение к людям;
11) а, в – альтруистическое отношение к людям,
б, г – паритетное отношение к людям;
12) а, в – значимость дружбы,
б, г – незначимость дружбы;
13) а, в – значимость учения,
б, г. – незначимость учения;
14) а, в – значимость труда,
б, г – незначимость труда;
15) а, в – значимость соблюдения закона,
б, г – незначимость соблюдения закона.

Основной принцип оценки полученных результатов – сравнение количества выборов. Большее количество выборов по ответам «а» и «в» свидетельствует об устойчивости желательных ценностных отношений обучающихся к жизни, к людям, к самим себе; по ответам «б» и «г» – об устойчивости нежелательных ценностных отношений.

Показатель нравственной воспитанности определяется соотношением: чем больше степень согласия с содержанием изречений «а» и «в» и меньше степень согласия с содержанием изречений «б» и «г», тем выше уровень нравственной воспитанности обучающихся. И наоборот.

Диагностика и исследование нравственной сферы школьника

(Фридман Г.М., Пушкина Т.А., Каплунович И.Я. Изучение личности учащегося и ученических коллективов. – М., 1988, стр. 326-341).

Диагностика развития нравственной сферы ребенка чаще всего включает исследование когнитивного, эмоционального и поведенческого компонента нравственного развития. Исследование когнитивного компонента предполагает изучение осознания детьми нравственных норм и представлений о нравственных качествах. Исследование эмоционального компонента предполагает изучение нравственных чувств ребенка, эмоционального отношения к моральным нормам. Исследование поведенческого компонента предполагает выявление нравственного поведения в ситуации морального выбора, нравственной направленности личности во взаимодействии со сверстниками и т.д.

Метод «Беседа» (предназначен для изучения представлений детей о нравственных качествах **7-8 лет (2 класс)**).

Развиваются обобщенные представления о доброте, честности, справедливости, дружбе. Складывается отрицательное отношение к таким моральным качествам, как хитрость, лживость, жестокость, себялюбие, трусость, лень.

Вопросы для беседы:

- Кого можно назвать хорошим (плохим)? Почему?
- Кого можно назвать честным (лживым)? Почему?
- Кого можно назвать добрым (злым)? Почему?
- Кого можно назвать справедливым (несправедливым)? Почему?
- Кого можно назвать щедрым (жадным)? Почему?
- Кого можно назвать смелым (трусливым)? Почему?

Выясняют соответствие представлений о нравственно-волевых качествах возрасту. Делается вывод о том, как меняются эти представления с возрастом.

Методика «Что такое хорошо и что такое плохо?»

Учащихся просят привести примеры: доброго дела, свидетелем которого ты был; зла, сделанного тебе другими; справедливого поступка твоего знакомого; безвольного поступка; проявления безответственности и др.

Обработка результатов.

Степень сформированности понятий о нравственных качествах оценивается по 3-х бальной шкале:

1 балл – если у ребенка сформировано неправильное представление о данном нравственном понятии;

2 балла – если представление о нравственном понятии правильное, но недостаточно четкое и полное;

3 балла – если сформировано полное и четкое представление.

Методика «Закончи историю».

Детям читают рассказ-ситуацию из школьной жизни. Задаются вопросы: «Как называется такой поступок?», «О каком справедливом поступке ты можешь рассказать сам?». *Обработка результатов по вышеуказанной шкале.*

Приложение 3

Диагностика эмоционального компонента нравственного развития

Методика «Сюжетные картинки» (предназначена для детей 1 – 2 классов) (по Р.Р.Калининой).



Ребенку предоставляются картинки с изображением положительных и отрицательных поступков сверстников. Ребенок должен разложить картинки так, чтобы с одной стороны лежали те, на которых нарисованы хорошие поступки, а с другой – плохие, объясняя свой выбор.

Обработка результатов.

0 баллов – ребенок неправильно раскладывает картинки (в одной стопке картинки с изображением плохих и хороших поступков), эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют.

1 балл – ребенок правильно раскладывает картинки, но не может обосновать свои действия; эмоциональные реакции неадекватны.

2 балла – ребенок правильно раскладывает картинки, обосновывает свои действия, эмоциональные реакции адекватны, но выражены слабо.

3 балла – ребенок обосновывает свой выбор (называет моральные нормы); эмоциональные реакции адекватны, яркие, проявляются в мимике, активной жестикуляции и т.д.

Методика «Что мы ценим в людях»

(предназначена для выявления нравственных ориентаций ребенка).

Ребенку предлагается мысленно выбрать двух своих знакомых: один из них хороший человек, на которого ребенок хотел бы быть похожим, другой – плохой. После чего просят назвать те их качества, которые нравятся в них и которые не нравятся, и привести по три примера поступков на эти качества. Исследование проводится индивидуально. Ребенок должен дать моральную оценку поступкам, что позволит выявить отношение детей к нравственным нормам. Особое внимание уделяется оценке адекватности эмоциональных реакций ребенка на моральные нормы: положительная эмоциональная реакция (улыбка, одобрение и т.п.) на нравственный поступок и отрицательная эмоциональная реакция (осуждение, негодование и т.п.) – на безнравственный поступок.

Обработка результатов.

0 баллов – ребенок не имеет четких нравственных ориентиров. Отношения к нравственным нормам неустойчивое. Неправильно объясняет поступки, эмоциональные реакции неадекватны или отсутствуют.

1 балл – нравственные ориентиры существуют, но соответствовать им ребенок не стремится или считает это недостижимой мечтой. Адекватно оценивает поступки, однако, отношение к нравственным нормам неустойчивое, пассивное. Эмоциональные реакции неадекватны.

2 балла – нравственные ориентиры существуют, оценки поступков и эмоциональные реакции адекватны, но отношение к нравственным нормам ещё недостаточно устойчивое.

3 балла – ребенок обосновывает свой выбор нравственными установками; эмоциональные реакции адекватны, отношение к нравственным нормам активное и устойчивое.

Методика «Как поступать» (предназначена для выявления отношения к нравственным нормам).

Ребенку предлагается представить себе заданную ситуацию и сообщить, как бы он повел себя в ней. Например, *первая ситуация*: во время перемены один из твоих одноклассников разбил окно. Ты это видел. Он не сознался. Что ты скажешь? Почему? *Вторая ситуация*: одноклассники сговорились сорвать урок. Как ты поступишь? Почему?

Обработка результатов по вышеуказанной шкале.

Методика «Закончи предложение»

(методика Н.Е. Богуславской)

Детям предлагается бланк теста, где необходимо закончить предложения несколькими словами.

1. Если я знаю, что поступил неправильно, то ...
2. Когда я затрудняюсь сам принять правильное решение, то ...
3. Выбирая между интересным, но необязательным, и необходимым, но скучным занятием, я обычно ...
4. Когда в моем присутствии обижают человека, я ...
5. Когда ложь становится единственным средством сохранения хорошего отношения ко мне, я ...
6. Если бы я был на месте учителя, я ...

Обработка результатов по вышеуказанной шкале.

Незаконченные предложения, или моё отношение к людям.

Отношение к друзьям

Думаю, что настоящий друг ...

Не люблю людей, которые ...

Больше всего люблю тех людей, которые ...

Когда меня нет, мои друзья ...

Я хотел бы, чтобы мои друзья ...

Отношение к семье

Моя семья обращается со мной как ...

Когда я был маленьким, моя семья ...

Чувство вины

Сделал бы все, чтобы забыть ...

Моей самой большой ошибкой было ...

Если ты совершаешь дурной поступок, то ...

Отношение к себе

Если все против меня ...

Думаю, что я достаточно способен ...

Я хотел бы быть похожим на тех, кто ...

Наибольших успехов я достигаю, когда ...

Больше всего я ценю ...

(Богуславская Н.Е., Купина Н.А. Веселый этикет. – Екатеринбург: «АРД ЛТД», 1997, стр. 37)

Анкета-опросник «Настоящий друг»

(Прутченков А.С. Наедине с собой. М. 1996, стр. 154)

1. Делится новостями о своих успехах.
2. Оказывает эмоциональную поддержку.
3. Добровольно помогает в случае нужды.
4. Стремиться, чтобы другу было приятно в его обществе.
5. Не завидует другу.
6. Защищает друга в его отсутствие.
7. Терпим к остальным друзьям своего друга.
8. Хранит доверенные ему тайны.
9. Не критикует друга публично.
10. Не ревнует друга к остальным людям.
11. Стремится не быть назойливым.
12. Не поучает, как нужно жить.
13. Уважает внутренний мир друга.
14. Не использует доверенную тайну в своих целях.
15. Не стремится переделать друга по своему образцу.
16. Не предаёт в трудную минуту.
17. Доверяет свои самые сокровенные мысли.
18. Понимает состояние и настроение друга.
19. Уверен в своем друге.
20. Искренен в общении.
21. Первым прощает ошибки друга.
22. Радуется успехам и достижениям друга.
23. Не забывает поздравить друга.
24. Помнит о друге, когда того нет рядом.
25. Может сказать другу то, что думает.

Обработка результатов:

За каждый ответ «да» поставьте себе 2 балла, за ответ «не знаю» – по 1 баллу, а за ответ «нет» – 0 баллов. Сложите полученные очки.

От 0 до 14 баллов. Вы еще не оценили до конца всех прелестей и достоинств дружбы. Скорее всего, вы не доверяете людям, поэтому с вами трудно дружить.

От 15 до 35 баллов. У вас есть опыт дружбы, но есть и ошибки. Хорошо, что вы верите в настоящую дружбу и готовы дружить.

От 35 до 50 баллов. Вы настоящий друг, верный и преданный. С вами тепло и радостно, ваши друзья чувствуют себя спокойно и надежно, доверяют вам, и вы платите им тем же.

*Диагностика уровня воспитанности учащихся начальных классов
(методика Н.П. Капустиной)*

1-2 классы

	Я оцениваю себя вместе с родителями	Меня оценивает учитель	Итоговые оценки
1. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ мне интересно учиться ▪ я люблю мечтать ▪ мне интересно находить ответы на непонятные вопросы ▪ мне нравится выполнять домашние задания ▪ я стремлюсь получать хорошие отметки 			
2. ТРУДОЛЮБИЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я старателен в учебе ▪ я внимателен ▪ я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью ▪ мне нравится помогать родителям, выполнять домашнюю работу ▪ мне нравится дежурство в школе 			
3. БЕРЕЖНОЕ ОТНОШЕНИЕ К ПРИРОДЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ к земле ▪ к растениям ▪ к животным ▪ к природе 			
4. МОЕ ОТНОШЕНИЕ К ШКОЛЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я выполняю правила для учащихся ▪ я добр в отношениях с людьми ▪ я участвую в делах класса и школы 			
5. КРАСИВОЕ В МОЕЙ ЖИЗНИ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я аккуратен в делах ▪ я опрятен в одежде ▪ мне нравится красивое вокруг меня ▪ я вежлив в отношениях с людьми 			
6. КАК Я ОТНОШУСЬ К СЕБЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я управляю собой 			

<ul style="list-style-type: none"> ▪ я соблюдаю санитарно-гигиенические правила ухода за собой ▪ у меня нет вредных привычек 			
--	--	--	--

Оценка результатов:

- всегда
- 4 – часто
- 3 – редко
- 2 – никогда
- 1 – у меня другая позиция

По каждому качеству выводится среднеарифметическая оценка. В результате каждый ученик имеет 6 оценок. Они складываются и делятся на 6. Средний балл – уровень воспитанности.

- 5 – 4,5 – высокий уровень
- 4,4 – 4 – хороший уровень
- 3,9 – 2,9 – средний уровень
- 2,8 – 2 – низкий уровень

Диагностика уровня воспитанности учащихся начальных классов
(методика Н.П. Капустиной)

3 – 4-е классы

	Я оцениваю себя вместе с родителями	Меня оценивает учитель	Итоговые оценки
1. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ мне интересно учиться ▪ я всегда выполняю домашние задания ▪ я люблю читать ▪ мне интересно находить ответы на непонятные вопросы ▪ я стремлюсь получать хорошие отметки 			
2. ПРИЛЕЖАНИЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я старателен в учебе ▪ я внимателен ▪ я старателен ▪ я помогаю другим в делах и сам обращаюсь за помощью ▪ мне нравится самообслуживание в школе и дома 			
3. ОТНОШЕНИЕ К ПРИРОДЕ: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я берегу землю ▪ я берегу растения ▪ я берегу животных ▪ я берегу природу 			
4. Я И ШКОЛА: <ul style="list-style-type: none"> ▪ я выполняю правила для учащихся 			

<ul style="list-style-type: none"> ▪ я выполняю правила внутришкольной жизни ▪ я участвую в делах класса и школы ▪ я добр в отношениях с людьми ▪ я справедлив в отношениях с людьми 			
<p>5. ПРЕКРАСНОЕ В МОЕЙ ЖИЗНИ:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ я аккуратен и опрятен ▪ я соблюдаю культуру поведения ▪ я забочусь о здоровье ▪ я умею правильно распределять время учебы и отдыха ▪ у меня нет вредных привычек 			

Оценка результатов:

5 – всегда

4 – часто

3 – редко

2 – никогда

1 – у меня другая позиция

По каждому качеству выводится среднеарифметическая оценка. В результате каждый ученик имеет 5 оценок. Они складываются и делятся на 5. Средний балл – уровень воспитанности.

5 – 4,5 – высокий уровень

3,9 – 2,9 - средний уровень

4,4 – 4 – хороший уровень

2,8 – 2 – низкий уровень

(Гуткина Л.Д. Организация и планирование воспитательной работы в школе.

– М.: Центр «Педагогический поиск», 2001, стр. 115 – 118)

Методика-тест «Хороший ли ты сын (дочь)?»

(Лаврентьева Л.И., Ерина Э.Г., Цацинская Л.И. Нравственное воспитание в начальной школе // Завуч начальной школы. 2004, № 6, стр. 118)

Поставь против каждого вопроса знак «+» или знак «-» в зависимости от того, положительный или отрицательный ответ ты дашь.

1. Если тебе приходится неожиданно задержаться в школе, на прогулке или внезапно уйти из дому, сообщаем ли ты об этом родным (запиской, по телефону, через товарищей)?

2. Бывают ли случаи, что родители заняты какой-то большой работой, а тебя отправляют на улицу или в кино, «чтобы не крутился под ногами»?

3. Отложи на минутку книжку и осмотри квартиру не своими, а мамиными глазами: нет ли в комнате вещей, которые лежат не на месте?

4. Можешь ли ты сразу, никуда не заглядывая, назвать дни рождения родителей, бабушки, дедушки, братьев, сестер?

5. Свои нужды (купить коньки, мяч) ты, наверное, знаешь хорошо. А известно ли тебе, какая вещь срочно необходима матери или отцу и когда собираются ее приобрести?

6. Случается ли, что помимо маминого поручения, ты выполняешь какую-нибудь работу «от себя», по своей инициативе?

7. Мама угощает тебя апельсином, конфетой. Всегда ли ты проверяешь, досталось ли вкусное взрослым?

8. У родителей выдался свободный вечер. Они собираются в гости или в кино. Выражаешь ли ты свое нежелание остаться дома (просишь их не уходить, требуешь взять с собой, говоришь, что тебе одному страшно, или, может быть, молча сидишь с кислым и недовольным лицом)?

9. У вас дома взрослые гости. Приходится ли родным напоминать тебе, что надо заняться тихим делом, не мешать им, не вмешиваться в их разговор?

10. Стесняешься ли ты дома, в гостях подать маме пальто или оказать другие знаки внимания?

Обработка результатов: Если ты очень хороший сын или дочь, знаки у тебя должны получиться такие: «+ - - + + + + - - -». Если картина получилась противоположная, тебе надо всерьез призадуматься, каким ты растешь человеком. Если же есть некоторые несовпадения, не огорчайся. Дело вполне можно поправить.

Рекомендуемый комплекс упражнений гимнастики глаз при дистанционной форме обучения
(СанПиН 2.4.2.2821-10)

1. Быстро поморгать, закрыть глаза и посидеть спокойно, медленно считая до 5. Повторять 4 - 5 раз.

2. Крепко зажмурить глаза (считать до 3, открыть их и посмотреть вдаль (считать до 5)). Повторять 4 - 5 раз.

3. Вытянуть правую руку вперед. Следить глазами, не поворачивая головы, за медленными движениями указательного пальца вытянутой руки влево и вправо, вверх и вниз. Повторять 4 – 5 раз.

4. Посмотреть на указательный палец вытянутой руки на счет 1 - 4, потом перенести взор вдаль на счет 1 - 6. Повторять 4 - 5 раз

5. В среднем темпе проделать 3 - 4 круговых движений глазами в правую сторону, столько же в левую сторону. Расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1 - 6. Повторять 1 – 2 раза.

В качестве примера можно предложить еще несколько вариантов проведения зрительной гимнастики:

Вариант 1

1. закрыть глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счет 1-4. До усталости глаза не доводить. Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 3-4 раза.

4. Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

Вариант 2

1. Закрыть глаза, не напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

2. Посмотреть на кончик носа на счет 1-4, а потом перевести взгляд вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

4. При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо; после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1-6. Повторить 3-4 раза.

Вариант 3

1. Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15.

2. Не поворачивая головы (голова прямо) с закрытыми глазами, посмотреть направо на счет 1-4, затем налево на счет 1-4 и прямо на счет 1-6. Поднять глаза вверх на счет 1-4, опустить вниз на счет 1-4 и перевести взгляд прямо на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

3. Посмотреть на указательный палец, удаленный от глаз на расстояние 25-30 см, на счет 1-4, потом перевести взор вдаль на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.

4. В среднем темпе прodelать 3-4 круговых движения в правую сторону, столько же в левую сторону и, расслабив глазные мышцы, посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 1-2 раза.

**Рекомендуемый комплекс упражнений физкультурных минуток (ФМ)
при дистанционной форме обучения
(Приложение 4 к СанПиН 2.4.2.2821-10)**

ФМ для улучшения мозгового кровообращения:

1. Исходное положение (далее - и.п.) - сидя на стуле. 1 - 2 - отвести голову назад и плавно наклонить назад, 3 - 4 - голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п. Повторить 6 - 8 раз. Темп медленный.

3. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 - и.п., 3 - 4 - то же правой рукой. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

ФМ для снятия утомления с плечевого пояса и рук:

1. И.п. - стоя или сидя, руки на поясе. 1 - правую руку вперед, левую вверх. 2 - поменять положения рук. Повторить 3 - 4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

2. И.п. - стоя или сидя, кисти тыльной стороной на поясе. 1 - 2 - свести локти вперед, голову наклонить вперед. 3 - 4 - локти назад, прогнуться. Повторить 6 - 8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3. И.п. - сидя, руки вверх. 1 - сжать кисти в кулак. 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

ФМ для снятия утомления с туловища:

1. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

2. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - 5 - круговые движения тазом в одну сторону. 4 - 6 - то же в другую сторону. 7 - 8 - руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

3. И.п. - стойка ноги врозь. 1 - 2 - наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3 - 4 - и.п., 5 - 8 - то же в другую сторону. Повторить 6 - 8 раз. Темп средний.

ФМ общего воздействия комплектуются из упражнений для разных групп мышц с учетом их напряжения в процессе деятельности.

Комплекс упражнений ФМ для обучающихся начального общего образования на уроках с элементами письма: (в ред. Изменений N 3, утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 24.11.2015 N 81)

1. Упражнения для улучшения мозгового кровообращения.

И.п. - сидя, руки на поясе. 1 - поворот головы направо, 2 - и.п., 3 - поворот головы налево, 4 - и.п., 5 - плавно наклонить голову назад, 6 - и.п., 7 - голову наклонить вперед. Повторить 4 - 6 раз. Темп медленный.

2. Упражнения для снятия утомления с мелких мышц кисти. И.п. - сидя, руки подняты вверх. 1 - сжать кисти в кулак, 2 - разжать кисти. Повторить 6 - 8 раз, затем руки расслабленно опустить вниз и потрясти кистями. Темп средний.

3. Упражнение для снятия утомления с мышц туловища. И.п. - стойка ноги врозь, руки за голову. 1 - резко повернуть таз направо. 2 - резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 4 - 6 раз. Темп средний.

4. Упражнение для мобилизации внимания. И.п. - стоя, руки вдоль туловища. 1 - правую руку на пояс, 2 - левую руку на пояс, 3 - правую руку на плечо, 4 - левую руку на плечо, 5 - правую руку вверх, 6 - левую руку вверх, 7 - 8 - хлопки руками над головой, 9 - опустить левую руку на плечо, 10 - правую руку на плечо, 11 - левую руку на пояс, 12 - правую руку на пояс, 13 - 14 - хлопки руками по бедрам. Повторить 4 - 6 раз. Темп - 1 раз медленный, 2 - 3 раза - средний, 4 - 5 - быстрый, 6 - медленный.

В качестве примера можно предложить еще несколько комплексов физкультурминуток:

Физкультурминутка общего воздействия.

1 комплекс

1. И.п.- о.с. 1-2 – встать на носки, руки вверх-наружу, потянуться вверх за руками. 3-4 – дугами в стороны руки вниз и расслабленно скрестить перед грудью, голову наклонить вперед. Повторить 6-8 раз. Темп быстрый.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки вперед, 1 – поворот туловища направо, мах левой рукой вправо, правой назад за спину. 2 и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Упражнения выполняются размашисто, динамично. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. 1 – согнуть правую ногу вперед и, обхватив голень руками, притянуть ногу к животу, 2 – приставить ногу, руки вверх-наружу, 3-4 – то же другой ногой. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п.- о.с. 1-2 – дугами внутрь два круга руками в лицевой плоскости. 3-4 – то же, но круги наружу. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – стойка ноги врозь, правую руку вперед, левую на пояс. 1-3 – круг правой рукой вниз в боковой плоскости с поворотом туловища направо. 4 – заканчивая круг, правую руку на пояс, левую вперед. То же в другую сторону. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – о.с. 1 – с шагом вправо руки в стороны. 2 – два пружинящих наклона вправо. Руки на пояс. 4 – и.п. 1-4 – то же влево. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп средний.

3 комплекс

1. И.п. – стойка ноги врозь, 1 – руки назад. 2-3 – руки в стороны и вверх, встать на носки. 4 – расслабляя плечевой пояс, руки вниз с небольшим наклоном вперед. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки согнутые вперед, кисти в кулаках. 1 – с поворотом туловища налево «удар» правой рукой вперед. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Дыхание не задерживать.

4 комплекс

1. И.п. – руки в стороны. 1-4 – восьмеркообразные движения руками. 5-8 – то же, но в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 4-6 раз. Темп медленный. Дыхание произвольное.

2. И.п. – стойка ноги врозь, руки на поясе. 1-3 – три пружинящих движения тазом вправо, сохраняя и.п. плечевого пояса. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп средний. Дыхание не задерживать.

3. И.п. – о.с. 1 – руки в стороны, туловище и голову повернуть налево. 2 – руки вверх. 3 – руки за голову. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз в каждую сторону. Темп медленный.

• Физкультминутка для улучшения мозгового кровообращения.
(Наклоны и повороты головы оказывают механическое воздействие на стенки шейных кровеносных сосудов, повышают их эластичность; раздражение вестибулярного аппарата вызывают расширение кровеносных сосудов головного мозга. Дыхательные упражнения, особенно дыхание через нос, изменяют их кровенаполнение. Все это усиливает мозговое кровообращение, повышает его интенсивность и облегчает умственную деятельность.)

1 комплекс

1. И.п. – о.с. 1 – руки за голову; локти развести пошире, голову наклонить назад. 2 – локти вперед. 3-4 – руки расслабленно вниз, голову наклонить вперед. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь, кисти в кулаках. 1 – мах левой рукой назад, правой вверх – назад. 2 – встречными махами переменить положение рук. Махи заканчивать рывками руками назад. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. – сидя на стуле. 1-2 – отвести голову назад и плавно наклонить назад. 3-4 – голову наклонить вперед, плечи не поднимать. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2 комплекс

1. И.п. – стоя или сидя, руки на поясе. 1-2 – круг правой рукой назад с поворотом туловища и головы направо. 3-4 – то же левой рукой. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стоя или сидя, руки в стороны, ладони вперед, пальцы разведены. 1 – обхватив себя за плечи руками возможно крепче и дальше. 2 – и.п. Повторить 4-6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. – сидя на стуле, руки на пояс. 1 – повернуть голову направо. 2 – и.п. То же налево. Повторить 6-8 раз. Темп медленный.

3 комплекс

1. И.п. – стоя или сидя, руки на поясе. 1 – махом левую руку занести через правое плечо, голову повернуть налево. 2 – и.п. 3-4 – то же правой рукой. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

2. И.п. – о.с. Хлопок в ладоши за спиной, руки поднять назад как можно выше. 2 – движение рук через стороны, хлопок в ладоши впереди на уровне головы. Повторить 4-6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. – сидя на стуле. 1 – голову наклонить вправо 2 – и.п. 3 – голову наклонить влево. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. – стоя или сидя. 1 – руки к плечам, кисти в кулаки, голову наклонить вперед. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – стоя или сидя, руки в стороны. 1-3 – три рывка согнутыми руками внутрь: правой перед телом, левой за телом. 4 – и.п. 5-8 – то же в другую сторону. Повторить 4-6 раз. Темп быстрый.

3. И.п. – сидя. 1 – голову наклонить вправо. 2 – и.п. 3 – голову наклонить влево. 4 – и.п. 5 – голову повернуть направо. 6 – и.п. 7 – голову повернуть налево. 8 – и.п. Повторить 4-6 раз. Темп медленный.

• Физкультминутка для снятия утомления с плечевого пояса и рук.

(Динамические упражнения с чередованием напряжения и расслабления отдельных мышечных групп плечевого пояса и рук, улучшают кровоснабжение, снижают напряжение.)

1 комплекс

1. И.п. – о.с. 1 – поднять плечи. 2 – опустить плечи. Повторить 6-8 раз, затем пауза 2-3 с, расслабить мышцы плечевого пояса. Темп медленный.

2. И.п. – руки согнуты перед грудью. 1-2 – два пружинящих рывка назад согнутыми руками. 3-4 – то же прямыми руками. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь. 1-4 – четыре последовательных круга руками назад. 5-8 – то же вперед. Руки не напрягать, туловище не поворачивать. Повторить 4-6 раз. Закончить расслаблением. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п. – о.с. – кисти в кулаках. Встречные махи руками вперед и назад. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – о.с. 1-4 – дугами в стороны руки вверх, одновременно делая ими небольшие воронкообразные движения. 5-8 – дугами в стороны руки расслабленно вниз и потрясти кистями. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – тыльной стороной кисти на пояс. 1-2 – свести вперед, голову наклонить вперед. 3-4 – локти назад, прогнуться. Повторить 6-8 раз, затем руки вниз и потрясти расслабленно. Темп медленный.

3 комплекс

1. И.п. – стойка ноги врозь, руки в стороны, ладони кверху. 1 – дугой кверху расслабленно правую руку влево с хлопками в ладони, одновременно туловище повернуть налево. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Руки не напрягать. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

2. И.п. – о.с. 1 – руки вперед, ладони книзу. 2-4 – зигзагообразными движениями руки в стороны. 5-6 – руки вперед. 7-8 – руки расслабленно вниз. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – о.с. 1 – руки свободно махом в стороны, слегка прогнуться. 2 – расслабляя мышцы плечевого пояса, «уронить» руки и приподнять их скрестно перед грудью. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. – о.с. 1 – дугами внутрь, руки вверх – в стороны, прогнуться, голову назад. 2 – руки за голову, голову наклонить вперед. 3- «уронить» руки. 4 – и.п. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – руки к плечам, кисти в кулаках. 1-2 – напряженно повернуть руки предплечьями и выпрямить их в стороны, кисти тыльной стороной вперед. 3 – руки расслабленно вниз. 4 – и.п. Повторить 6-8 раз., затем расслабленно вниз и встряхнуть кистями. Темп средний.

3. И.п. – о.с. 1 – правую руку вперед, левую вверх. 2 – поменять положение рук. Повторить 3-4 раза, затем расслабленно опустить вниз и потрясти кистями, голову наклонить вперед. Темп средний.

• Физкультминутка для снятия утомления с туловища и ног.

(Физические упражнения для мышц ног, живота и спины усиливают венозное кровообращение в этих частях тела и способствуют предотвращению застойных явлений крово- и лимфообращения, отечности в нижних конечностях.)

1 комплекс

1. И.п. – о.с. 1- шаг влево, руки к плечам, прогнуться. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп медленный.

2. И.п. – стойка ноги врозь. 1 – упор присев. 2 – и.п. 3 – наклон вперед, руки впереди. 4 – и.п. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1-3 – круговые движения тазом в одну сторону. 4-6 – то же в другую сторону. 7-8 – руки вниз и расслабленно потрясти кистями. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2 комплекс

1. И.п. – о.с. 1 – выпад влево, руки дугами внутрь, вверх в стороны. 2 – толчком левой приставить ногу, дугами внутрь руки вниз. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

2. И.п. – о.с. 1-2 – присед на носках, колени врозь, руки вперед – в стороны. 3 – встать на правую, мах левой назад, руки вверх. 4 – приставить левую, руки свободно вниз и встряхнуть руками. 5-8 – то же с махом правой ногой назад. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь. 1-2 – наклон вперед, правая рука скользит вдоль ноги вниз, левая, сгибаясь, вдоль тела вверх. 3-4 – и.п. 5-8 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3 комплекс

1. И.п. – руки скрестно перед грудью. 1 – взмах правой ногой в сторону, руки дугами книзу, в стороны. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

2. И.п. – стойка ноги врозь пошире, руки вверх – в стороны. 1 – полуприсед на правой, левую ногу повернуть коленом внутрь, руки на пояс. 2 – и.п. 3-4 – то же в другую сторону. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. –выпад левой ногой вперед. 1- мах руками направо с поворотом туловища направо. 2 – мах руками налево с поворотом туловища налево. Упражнения выполнять размашисто расслабленными руками. То же с выпадом правой. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

4 комплекс

1. И.п. – стойка ноги врозь, руки вправо. 1- полуприседая и наклоняясь, руки махом вниз. Разгибая правую ногу, выпрямляя туловище и передавая тяжесть тела на левую ногу, мах руками влево. 2 – то же в другую сторону. Упражнение выполнять слитно. Повторить 4-6 раз. Темп средний.

2. И.п. – руки в стороны. 1-2 – присед, колени вместе, руки за спину. 3 – выпрямляя ноги, наклон вперед, руками коснуться пола. 4 – и.п. Повторить 6-8 раз. Темп средний.

3. И.п. – стойка ноги врозь, руки за голову. 1 – резко повернуть таз направо. 2 – резко повернуть таз налево. Во время поворотов плечевой пояс оставить неподвижным. Повторить 6-8 раз. Темп средний.