



СВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ

п.г.т. Ерофей Павлович

В.Р. Бархатов

«29» августа 2019 г.

Рабочие программы курсов внеурочной деятельности:

(«Декоративное творчество», «Шахматы», «Аэробика», «Азбука добра»,
«Тропинка к своему я»)

Содержание:

Наименование курса		Номер страницы
1. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Декоративное творчество»		3
2. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Шахматы»		17
3. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Аэробика»		25
4. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука добра»		32
5. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему я»		42

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Декоративное творчество»

Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

Освоение детьми программы «Декоративное творчество» направлено на достижение комплекса результатов в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта.

В сфере личностных универсальных учебных действий у обучающихся будут сформированы:

интерес к декоративно – прикладному творчеству, как одному из видов изобразительного искусства;

чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мультикультурной картиной современного мира;

навык самостоятельной работы и работы в группе при выполнении практических творческих работ;

ориентации на понимание причин успеха в творческой деятельности; способность к самооценке на основе критерия успешности деятельности; заложены основы социально ценных личностных и нравственных качеств:

трудолюбие, организованность, добросовестное отношение к делу, инициативность, любознательность, потребность помогать другим, уважение к чужому труду и результатам труда, культурному наследию.

В сфере регулятивных универсальных учебных действий обучающиеся научатся:

выбирать художественные материалы, средства художественной выразительности для создания творческих работ. Решать художественные задачи с опорой на знания о цвете, правил композиций, усвоенных способах действий;

учитывать выделенные ориентиры действий в новых техниках, планировать свои действия;

осуществлять итоговый и пошаговый контроль в своей творческой деятельности; адекватно воспринимать оценку своих работ окружающих;

навыкам работы с разнообразными материалами и навыкам создания образов посредством различных технологий;

вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки и характере сделанных ошибок.

В сфере познавательных универсальных учебных действий учащиеся научатся:

различать изученные виды декоративно – прикладного искусства, представлять их место и роль в жизни человека и общества;

приобретать и осуществлять практические навыки и умения в художественном творчестве;

осваивать особенности художественно – выразительных средств, материалов и техник, применяемых в декоративно – прикладном творчестве.

развивать художественный вкус как способность чувствовать и воспринимать многообразие видов и жанров искусства;

художественно – образному, эстетическому типу мышления, формированию целостного восприятия мира;

развивать фантазию, воображения, художественную интуицию, память;
развивать критическое мышление, в способности аргументировать свою точку зрения по отношению к различным произведениям изобразительного декоративно – прикладного искусства;

В сфере коммуникативных универсальных учебных действий учащиеся научатся: первоначальному опыту осуществления совместной продуктивной деятельности; сотрудничать и оказывать взаимопомощь, доброжелательно и уважительно строить свое общение со сверстниками и взрослыми

формировать собственное мнение и позицию;

В результате занятий декоративным творчеством у обучающихся должны быть развиты такие качества личности, как умение замечать красивое, аккуратность, трудолюбие, целеустремленность.

Содержание курса внеурочной форм деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 год обучения (33 часа)

I. Введение: правила техники безопасности

Знакомство с основными направлениями работы на занятиях; материалами и оборудованием; инструктаж по правилам техники безопасности.

II. Пластилинография.

1. Вводное занятие «Путешествие в Пластилинию».

Историческая справка о пластилине. Виды пластилина, его свойства и применение. Материалы и приспособления, применяемые при работе с пластилином. Разнообразие техник работ с пластилином.

2. Плоскостное изображение. «Подарки осени».

Знакомство с понятием натюрморт. Закрепление знаний о колорите осени.

Практическая часть. Показать прием «вливания одного цвета в другой».

3. Знакомство со средствами выразительности. «Червячок в яблочке».

Создание выразительного образа посредством объема и цвета. Анализ свойств используемых в работе материалов и применение их в работах (раскатывание).

Практическая часть. Сплющивание, разглаживание поверхностей в создаваемых объектах. Практические умения и навыки детей при создании заданного образа посредством пластилинографии.

4. Плоскостное изображение. «Рыбка».

Особенности построения композиции подводного мира.

Практическая часть. Создание сюжета о подводном мире, используя технику пластилинографии. Совершенствовать технические и изобразительные навыки и у меня.

5. «Натюрморт из чайной посуды»

Композиция и цвет в расположении элементов на поверхности.

Практическая часть. Соединение частей изделия, путем сглаживания мест скрепления.

6. Знакомство с симметрией. Аппликация «Бабочки».

Понятие симметрия на примере бабочки в природе и в рисунке.

Практическая часть. Работа в технике мазок пластилином, плавно «вливая» один цвет в другой на границе их соединения. Закрепление технического приема работы с пластилином в технике пластилинография. Создание рельефа.

7. Лепная картина. Формирование композиционных навыков. «Цветы для мамы». Формирование композиционных навыков.

Практическая часть. Выполнение лепной картины, когда детали предметов сохраняют объем и выступают над поверхностью основы. Выполнение тонких и удлиненных лепестков с использованием чесноковыжималки.

8. «Совушка – сова»

Формирование композиционных навыков.

Практическая часть. Создание композиции из отдельных деталей, используя имеющиеся умения и навыки работы с пластилином – скатывание, расплющивание. Деление целого на части при помощи стеки.

III. Бумагопластика

1. Вводное занятие «Технология изготовления поделок на основе использования мятой бумаги». «Волшебные комочки». Фрукты.

История возникновения и развития бумагопластики, сведения о материалах, инструментах и приспособлениях, знакомство с техникой создания работ с использованием мятой бумаги. Способы декоративного оформления готовых работ. Инструктаж по правилам техники безопасности.

2. «Фрукты», «Чудо – дерево». Последовательность изготовления работы с использованием аппликации и кусочков мятой бумаги.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мятой бумаги

3. «Птенчики».

Последовательность выполнения работы. Благоприятные цветовые сочетания.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мятой бумаги

4. «Снегирь»

Последовательность выполнения работы. Пространственные представления. Композиционные навыки.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мятой бумаги.

5. Новогодняя игрушка. Символ года

История возникновения символов. Последовательность выполнения работы.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мятой бумаги

6. Открытка к Новому году.

Композиционные навыки. Закрепление умений и навыков работы с использованием мятой бумаги. Последовательность выполнения работы.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мятой бумаги.

7. «Праздничный салют».

Последовательность выполнения работы в составлении мозаичного панно.

Практическая часть. Выполнение работы с использованием аппликации и кусочком мягкой бумаги

IV. Бисероплетение

1. Вводное занятие.

Основные виды бисерного искусства. Техника безопасности.

План занятий. Демонстрация изделий. История развития бисероплетения. Использование бисера в народном костюме. Современные направления бисероплетения. Инструменты и материалы, необходимые для работы. Организация рабочего места. Правильное положение рук и туловища во время работы. Правила техники безопасности, ППБ.

2. Знакомство с основными технологическими приемами низания на проволоку.

Основные приёмы бисероплетения - параллельное, петельное, игольчатое плетение. Комбинирование приёмов. Анализ моделей. Зарисовка схем.

Практическая часть. Выполнение отдельных элементов

3. Параллельное низание.

Плоскостные миниатюры в технике параллельного низания (утенок, лягушка, гусь, божья коровка, черепаха, бабочка, стрекоза, и др.) Основные приёмы бисероплетения, используемые для изготовления фигурок животных на плоской основе: параллельное, петельное и игольчатое плетение. Техника выполнения туловища, крылышек, глаз, усиков, лапок. Анализ моделей. Зарисовка схем.

Практическая часть. Выполнение отдельных элементов на основе изученных приёмов. Сборка брошей, брелков или закладок. Подготовка основы для брошей. Составление композиции. Прикрепление элементов композиции к основе. Оформление.

4. Низание крестиками

Традиционные виды бисероплетения. Низание из бисера “в две нити”: цепочка “в крестик”. Различные способы плоского и объёмного соединения цепочек “в крестик”. Назначение и последовательность выполнения. Условные обозначения. Анализ и зарисовка простейших схем.

Практическая часть. Освоение приемов бисероплетения. Упражнения по низанию цепочки в крестик. Изготовление браслета “ёлочка”. Выполнение украшений для кукол, брошей, кулонов и брелоков.

V. Изготовление кукол

1. Вводное занятие.

История куклы. Техника безопасности

Игровые и обереговые куклы. Бабушкины уроки или как самим сделать народную куклу. Правила техники безопасности, ПДД, ППБ.

2. Кукла на картонной основе.

Традиционные виды аппликации из пряжи. Технология создания силуэтной куклы. История русского народного костюма.

Практическая часть. Создание картонного силуэта девочки и мальчика в русском народном костюме. Оплетение с использованием пряжи. Создание образа. Цветовое решение.

3.Композиция «В лесу»

Особенности построения композиции

Практическая часть. Прикрепление элементов к основе. Создание композиции.

4.Аппликация.

Куклы – актеры. Пальчиковые куклы.

Разнообразие техники аппликации, а также с различными материалами, используемыми в данном виде прикладного искусства. Технология создания кукол, которые одеваются на палец из бумаги.

Практическая часть. Создание героев сказки «Теремок». Цветовое решение.

2 год обучения (34часа)

I. Введение: правила техники безопасности

1.Чему будем учиться на занятиях.

Знакомство с разнообразием технологий и материалов для созданий изделий декоративно – прикладного искусства. Правила техники безопасности. ППБ.

II. Пластилинография

1.Полуобъемное изображение на плоскости. «Чебурашка».

Создание композиции в полуобъеме из пластилина.

Практическая часть. Целостность объекта из отдельных деталей, используя имеющиеся навыки: придавливание деталей к основе. Примазывание. Приглаживание границ соединения отдельных частей.

2. Жанр изобразительного искусства - натюрморт. «Осенний натюрморт»

Знакомство с жанром ИЗО – натюрморт.

Практическая часть. Лепка отдельных деталей. Использование разнообразного материала.

3.Жанр изобразительного искусства – портрет. «Веселый клоун»

Знакомство с жанром ИЗО – портрет. Цветовое решение.

Практическая часть. Лепка отдельных деталей. Использование разнообразного материала.

4.Жанр изобразительного искусства – пейзаж. «Цветение лотоса»

Знакомство с жанром ИЗО –пейзаж. Контраст. Использование работ в интерьере.

Практическая часть. Лепка отдельных деталей. Использование разнообразного материала.

4.Оформление народной игрушки в технике пластилинография. «Матрешка».

Народная игрушка. История создания матрешки. Отражение характерных особенностей оформления матрешки

Практическая часть. Лепка отдельных деталей. Использование разнообразного материала.

III.Бумагопластика

1.История бумаги.

Технологии работы с бумагой

Историческая справка о бумаге. Виды бумаги, ее свойства и применение.

Материалы и приспособления, применяемые при работе с бумагой. Разнообразие техник

работ с бумагой. Условные обозначения. Инструктаж по правилам техники безопасности.

2. Цветы из бумаги.

Знакомство с технологией работы креповой бумагой. Технология изготовления цветов из креповой бумаги.

Практическая часть. Цветы: роза, тюльпан, пион.

3. Снежинки

Откуда появилась снежинка? – изучение особенностей возникновения и строения снежинок. Технология изготовления из бумаги плоскостной и объемной снежинки.

Практическая часть. Плоскостные и объемные снежинки

4. Новогодняя открытка

Знакомство с видом вырезания - силуэтное вырезание.

Историческая справка о данном виде работы. Технология выполнения силуэтного вырезания. Композиционное построение сюжета.

Практическая часть. Новогодняя открытка.

IV. Бисероплетение

1. Техника параллельного низания.

«Мышка», «Кит».

Знакомство с техникой объемного параллельного плетения. Технология слоистого плетения.

Практическая часть. «Мышка», «Кит».

2. Техника параллельного низания.

«Бабочка»

Технология слоистого плетения. Техника двойного соединения. Правила выполнения объемных миниатюр на проволоке. Анализ образцов. Выбор проволоки и бисера. Цветовое решение. Зарисовка схем выполнения объемных миниатюр.

Практическая часть. «Бабочка»

3. Аппликация из бисера. «Открытка»

Понятие «аппликация». Исторический экскурс. Анализ образцов. Приёмы бисероплетения, используемые для изготовления аппликации: параллельное, петельное, игольчатое плетение, низание дугами. Комбинирование приёмов. Техника выполнения элементов аппликации. Выбор материалов. Цветовое и композиционное решение.

Практическая часть. Выполнение отдельных элементов аппликации. Составление композиций. Сборка и закрепление бисерных элементов. Использование аппликации для оформления открытки, интерьера.

4. Бисерная цепочка с петельками.

Низание из бисера “в одну нить”: простая цепочка, цепочка с бусинками. Назначение и последовательность выполнения. Условные обозначения.

Практическая часть. Освоение приемов бисероплетения. Упражнения по выполнению различных подвесок и их подплетению к цепочкам.

V. Изготовление кукол

1. Народная кукла. Русские обряды и традиции.

Классификация кукол. Их роль и место в русских обрядах и традициях.

2.Бесшовные куклы.

Технология изготовления бесшовных кукол. Материалы и инструменты

Практическая часть. Кукла на счастье, утешница, веснянки. Разбор последовательности работы по инструкционным картам.

3.Техника – продевания: «Кукла – ремесленник», «Хозяйка – рукодельница»

Элементы русского народного костюма. Создание образа. Символика кукол.

Традиционные приемы изготовления куклы.

Практические занятия. Разбор последовательности работы по инструкционным картам. Создание кукол.

3 год обучения (34часа)

На третий год обучения, учащиеся закрепляют свои умения на основе полученных представлений о многообразии материалов, их видах, свойствах, происхождении подбирать доступные в обработке материалы и технологические приемы для изделий в соответствии с поставленной задачей.

I.Введение: правила техники безопасности

1.Вводное занятие. Декоративно – прикладное искусство в интерьере.

Основные декоративные элементы интерьера. Правила техники безопасности.

ППБ.

II.Пластилинография

1.Пластилинография – как способ декорирования.

Декорирование предметов собственными силами. Материалы и инструменты.

2.Фоторамка.

Приемы пластилинографии, используемые при оформлении фоторамок. Анализ образцов. Выбор формы. Цветовое решение. Создание эскиза.

Практическая часть. Рамка для детской фотографии – ягодка, цветочная, сердце.

Работа с инструкцией. Определение порядка работы.

3.Подсвечник.

Анализ образцов подсвечников из разных материалов. Форма и цветовое решение.

Композиция. Подбор способов и приемов в изготовлении подсвечника.

Практическая часть. Эскиз. Композиция. Выбор техники исполнения.

4.Ваза.

Исторический экскурс. Вазы из венецианского стекла с применением технологии миллефиори. Ваза как подарок или часть интерьера.

Практическая часть. Освоение изученных приемов создания пластин в технике миллефиори. Оформление поверхности вазы (пластиковой тары) пластинами.

5.Объемно – пространственная композиция.

Общие понятия построения объемно-пространственной композиции. Понятия: масштаб, ритм, симметрия, асимметрия. Анализ памятников и объектов исторической и современной архитектуры.

Практическая часть. Создание макетов с использованием геометрических фигур

6.Объемно – пространственная композиция «Сказочный город».

Беседа о русской средневековой архитектуре. Собор Василия Блаженного. Анализ сказочных замков. Техника их выполнения с использованием пластилина и бросового материала (пластиковая тара). Работа с инструкционной картой.

Практическая часть. Выполнение макета сказочных замков из пластиковой тары и пластилина. Последовательное создание элементов композиции. Работа над композицией ведется от центра к периферии.

III. Бумагопластика

1. Что такое бумажное конструирование? Основы конструирования из бумаги.

Знакомство детей с техникой бумажной скульптуры.

2. Конструирование из бумажных полос.

Знакомство с технологией создания изделий из бумажных полос. Анализ готовых изделий.

Практическая часть. Выполнение творческих работ в технике бумажной пластики. Лебедь, цветок, сердце и т. д.

3. Базовые фигуры (цилиндры и конусы) и приемы работы.

Способы закручивания прямоугольника в цилиндр. Возможности сочетания в одной конструкции плоскостных и объемных криволинейных (цилиндрических) элементов. Закручивание круга в конус (низкий), закручивание полукруга в конус (высокий).

Практическая часть. Освоение способов для создания конкретной игрушки (получение конусов, цилиндров). Самостоятельно на основе конусов и цилиндров создание разных конструкций, изменяя основные способы, комбинируя их, дополняя полученную основу самостоятельно изготовленными разными деталями. Лягушка, зонт, грибы, лиса, мышь,

IV. Бисероплетение

1. Техника «французского» плетения (низания дугами).

Назначение и правила выполнения «французского плетения»

Практическая часть. Освоение изученных приёмов бисероплетения. Изготовление объёмных цветочков (цветок с круглыми лепестками).

2. Бисерные «растения» в горшочках.

Приёмы бисероплетения, используемые для изготовления цветов. Комбинирование приёмов. Техника выполнения серединки, лепестков, чашелистиков, тычинок, листьев. Анализ моделей. Зарисовка схем.

Практическая часть. Выполнение отдельных элементов цветов. Сборка изделий: букета цветов. Составление композиций весенних, летних, осенних и зимних букетов. Подготовка основы. Прикрепление элементов композиции к основе.

3. Объёмные картины – панно, выполненные на проволоке.

Техника двойного соединения. Правила выполнения объёмных миниатюр на проволоке. Анализ образцов. Выбор проволоки и бисера. Цветовое решение. Зарисовка схем выполнения объёмных миниатюр.

Практическая часть. Плетение объёмных миниатюр на основе изученных приёмов. Подготовка основы декоративного панно: обтягивание картона тканью. Составление композиции. Прикрепление элементов композиции к основе. Оформление.

V. Изготовление кукол

1. Сувенирная кукла.

Сувенир. Виды и назначение сувениров. Анализ работы по созданию сувенирной куклы.

2. Оберег. Символика оберегов. Домовенок Оберег - как субъектом культуры и истории. Традиционные обереги. Материалы и инструменты.

Практическая часть. Домовенок. Последовательность выполнения работы по инструкционной карте. Презентация готовых работ

3. Кукла – шкатулка

Беседа с демонстрацией образца. Материалы и инструменты.

Практическая часть. Кукла – шкатулка. Последовательность выполнения работы по инструкционной карте. Презентация готовых работ.

4 год обучения (34 часа)

Четвертый год направлен на обучение учащихся проектной деятельности: разрабатывать замысел, искать пути его реализации, воплощать его в изделия, демонстрировать как в собственной творческой деятельности, так и в работе малыми группами.

I. Введение: правила техники безопасности

1. Чему будем учиться на занятиях.

Знакомство с разнообразием технологий и материалов для создания изделий декоративно – прикладного искусства. Работа над проектом. Правила техники безопасности. ППБ.

II. Пластилинография

1. Панно из пластилина.

Знакомство с принципами работы

Краткая беседа о содержании работы в технике пластилинография на прозрачной основе (с использованием бросового материала).

2. Этапы и способы нанесения рисунка на основу.

Технология создания панно. Наглядная демонстрация готовых изделий. Перенесение рисунка на прозрачную основу.

Практическая часть. Проект. Подбор эскиза для работы. Рисунок под основой располагается так, чтобы со всех сторон было примерно равное расстояние. Нанесение рисунка на основу с верхней части. Контур рисунка выполняется тонкими линиями.

3. Подбор цветовой гаммы.

Нанесение пластилина на прозрачную основу. Выбирая цвета изображения и фона, нужно помнить о контрастности и сочетании цветов.

Практическая часть. Выполнение практической работы

4. Тематические композиции.

Самостоятельное использование освоенных способов для создания новых, более сложных композиций.

Практическая часть. Разработка и выполнение авторских работ. Творческо-поисковая, самостоятельная, коллективная деятельность.

III. Бумагопластика

1. Смешанные базовые формы в бумажном конструировании.

Самостоятельно использовать освоенные способы для создания новых, более сложных конструкций. Анализ. Способы решения, подбор соответствующий материалов, определение последовательности выполнения работы.

Практическая часть. Кошка, собака.

2. Завивка, закругления

Развивать умение самостоятельно «включать» способ конструирования в процесс изготовления различных поделок. Активизировать воображение детей. Совершенствовать умение самостоятельно анализировать готовые поделки с точки зрения выделения общего способа их создания. Использование приема завивки, закругления с целью получения заданного образа.

Практическая часть. Эльф, фея, ангел.

IV. Бисероплетение

1. Бисероплетение – как способ оформления интерьера

Демонстрация изделий. История развития бисероплетения. Современные направления бисероплетения. Использование бисера для оформления интерьера. Инструменты и материалы, необходимые для работы. Организация рабочего места. Правильное положение рук и туловища во время работы. Правила техники безопасности, ПДД, ППБ.

2. Праздничные сувениры

Анализ образцов. Приёмы бисероплетения, используемые для изготовления изделий: параллельное, петельное, игольчатое плетение, низание дугами. Комбинирование приёмов. Техника выполнения элементов изделий. Выбор материалов. Цветовое и композиционное решение.

Практическая часть. Выбор изделий: украшение новогодних игрушек. Сердечки – «валентинки». Выполнение отдельных элементов изделий. Составление композиций. Сборка и закрепление.

3. Цветочные композиции – букеты

Основные приёмы бисероплетения, используемые для изготовления цветов: параллельное, петельное, игольчатое плетение, низание дугами. Комбинирование приёмов. Техника выполнения серединки, лепестков, чашелистиков, тычинок, листьев. Анализ моделей. Зарисовка схем.

Практическая часть. Выполнение отдельных элементов цветов. Сборка изделий: брошей, букета цветов. Составление композиций весенних, летних, осенних и зимних букетов. Подготовка основы декоративного панно: обтягивание картона тканью. Прикрепление элементов композиции к основе. Оформление цветами из бисера подарков и других предметов.

V. Изготовление кукол

1. Авторская кукла. Беседа «Кукла в искусстве»

Куклы являются частыми действующими лицами произведений искусства, сказок, рассказов, мультфильмов. Авторская кукла – как особое направление современного прикладного творчества. Виды, жанры кукол и их назначение. Техника исполнения. Материалы и инструменты.

2. Подготовка материалов и инструментов.

Выбор техники исполнения. Совместное с учащимися определение последовательности действий для создания авторской куклы.

Практическая часть. Подготовительная работа. Знакомство с литературой по созданию кукол. Подбор иллюстраций, выполнение эскизов. Подготовка материалов и инструментов.

3. Самостоятельная (коллективная) творческая деятельность.

Планирование этапов работы

Практическая часть. Поэтапная работа: создание каркаса и тела куклы, выполнение костюма, композиция костюма, оформление куклы, выставочная деятельность.

Тематическое планирование

1 год обучения. (1 час в неделю)

Номер раздела, темы	Название разделов и тем	Количество часов
I	Введение: правила техники безопасности.	1
II	Пластилинография	9
1	Вводное занятие. «Путешествие в Пластилинию».	1
2	Плоскостное изображение. «Подарки осени».	1
3	Знакомство со средствами выразительности. «Червячок в яблочке».	1
4	Плоскостное изображение. «Рыбка»	1
5	«Натюрморт из чайной посуды»	1
6	Знакомство с симметрией. Аппликация «Бабочки»	1
7	Лепная картина. Формирование композиционных навыков. «Цветы для мамы»	2
8	«Совушка – сова»	1
III	Бумагопластика	7
1	Вводное занятие «Технология изготовления поделок на основе использования мятой бумаги». «Волшебные комочки».	2
2	«Чудо – дерево»	1
3	«Снегирь»	1
4	Новогодняя игрушка. Символ года	1
5	Открытка к Новому году	1
6	Праздничный салют	1
IV	Бисероплетение	10
1	Вводное занятие. Основные виды бисерного искусства. Техника безопасности.	1

2	Знакомство с основными технологическими приемами низания на проволоку	1
3	Параллельное низание. Плоскостные миниатюры в технике параллельного низания (утенок, лягушка, гусь, божья коровка, черепаха, бабочка, стрекоза, и др.)	6
4	Низание крестиками	2
V	Изготовление кукол	6
1	Вводное занятие. История куклы. Техника безопасности	1
2	Кукла на картонной основе.	2
3	Композиция «В лесу»	1
4	Кукла – актер. Аппликация. Пальчиковые куклы.	2
Итого: 33 часа		

2 год обучения (1 час в неделю)

Номер раздела, темы	Название разделов и тем	Количество часов
I	Введение: правила техники безопасности	1
1	Чему будем учиться на занятиях. Цвет. Цветовой круг.	
II	Пластилинография	10
1	Полуобъемное изображение на плоскости. «Мультипликационные герои»	2
2	Жанр изобразительного искусства - натюрморт. «Осенний натюрморт»	2
3	Жанр изобразительного искусства – портрет. «Веселый клоун»	2
4	Жанр изобразительного искусства – пейзаж. «Цветение лотоса»	2
5	Оформление народной игрушки в технике пластилинография. «Матрешка»	2
III	Бумагопластика	7
1	История бумаги. Технологии работы с бумагой	1
2	Цветы из бумаги.	1
3	Снежинки	2
4	Новогодняя открытка	3
IV	Бисероплетение	8
1	Техника параллельного низания. «Мышка», «Кит»	1
2	Техника параллельного низания. «Бабочка»	2
3	Аппликация из бисера. «Подарок к 8 марта»	2
4	Бисерная цепочка с петельками.	3
V	Изготовление кукол	8
1	Народная кукла. Русские обряды и традиции	1
2	Бесшовные куклы	3
3	Техника – продевания. «Кукла – ремесленник», «Хозяйка – рукодельница»	4
Итого: 34 часа		

3 год обучения (1 час в неделю)

Номер раздела, темы	Название разделов и тем	Количество часов
I	Введение: правила техники безопасности	1
1	Вводное занятие	1
II	Пластилинография – как способ декорирования	8
1	Вводное занятие. Декоративно – прикладное искусство в интерьере.	1
2	Фоторамка	2
3	Подсвечник	1
4	Ваза	1
5	Объемно – пространственная композиция «Сказочный город»	3
III	Бумагопластика	9
1	Что такое бумажное конструирование? Основы конструирования из бумаги	1
2	Конструирование из бумажных полос	4
3	Базовые фигуры (цилиндры и конусы) и приемы работы	4
IV	Бисероплетение	9
1	Техника «французского» плетения	0,5
2	Бисерные «растения» в горшочках	3,5
3	Объемные картины – панно, выполненные на проволоке	5
V	Изготовление кукол	7
1	Сувенирная кукла.	0,5
2	Оберег. Символика оберегов. Домовенок	2,5
3	Кукла – шкатулка	4
Итого: 34 часа		

4 год обучения (1 час в неделю)

Номер раздела, темы	Название разделов и тем	Количество часов
I	Введение: правила техники безопасности	1
1	Чему будем учиться на занятиях	1
II	Пластилинография	8
1	Панно из пластилина. Знакомство принципами работы	1
2	Перенесение рисунка на прозрачную основу.	1
3	Подбор цветовой гаммы. Нанесение пластилина на прозрачную основу.	1
4	Тематические композиции. Творческо-поисковая, самостоятельная, коллективная деятельность.	5
III	Бумагопластика	8
1	Смешанные базовые формы в бумажном конструировании	4
2	Завивка, закругления	4
IV	Бисероплетение	9

1	Бисероплетение – как способ оформления интерьера	1
2	Праздничные сувениры	4
3	Цветочные композиции - букеты	4
V	Изготовление кукол	8
1	Авторская кукла. Беседа «Кукла в искусстве»	1
2	Работа над образом. Эскиз	2
3	Подготовка материалов и инструментов. Выбор техники исполнения.	1
4	Самостоятельная (коллективная) творческая деятельность	4
Итого: 34часа		

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Шахматы»

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты освоения программы курса.

Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.

Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.

Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, в том числе в информационной деятельности, на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.

Метапредметные результаты освоения программы курса.

Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления.

Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера.

Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.

Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха.

Овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установление аналогий и причинно-следственных связей, построение рассуждений.

Готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою точку зрения и оценку событий.

Определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

Предметные результаты освоения программы курса.

Знать шахматные термины: белое и чёрное поле, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр. Правильно определять и называть белые, чёрные шахматные фигуры; Правильно расставлять фигуры перед игрой; Сравнить, находить общее и различие. Уметь ориентироваться на шахматной доске. Понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем. Знать названия шахматных фигур: ладья, слон, ферзь, конь, пешка. Шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и её правила.

Правила хода и взятия каждой из фигур, «игра на уничтожение», лёгкие и тяжёлые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки, взятие на проходе, превращение пешки. принципы игры в дебюте;

Основные тактические приемы; что означают термины: дебют, миттельшпиль, эндшпиль, темп, оппозиция, ключевые поля.

Грамотно располагать шахматные фигуры в дебюте; находить несложные тактические удары и проводить комбинации; точно разыгрывать простейшие окончания

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием организационных форм и видов деятельности

1 класс (33 часа)

Раздел №1 Шахматная доска.

Шахматная доска, белые и черные поля, горизонталь, вертикаль, диагональ, центр.

Раздел №2 Шахматные фигуры.

Белые, черные, ладья, слон, ферзь, конь, пешка, король.

Раздел №3. Начальная расстановка фигур.

Начальное положение (начальная позиция); расположение каждой из фигур в начальной позиции; правило “ферзь любит свой цвет”; связь между горизонталями, вертикалями, диагоналями и начальной расстановкой фигур.

Раздел №4. Ходы и взятие фигур (основная тема учебного курса).

Правила хода и взятия каждой из фигур, игра “на уничтожение”, белопольные и чернопольные слоны, одноцветные и разноцветные слоны, качество, легкие и тяжелые фигуры, ладейные, коневые, слоновые, ферзевые, королевские пешки, взятие на проходе, превращение пешки.

Раздел №5. Цель шахматной партии.

Шах, мат, пат, ничья, мат в один ход, длинная и короткая рокировка и ее правила.

Раздел №6. Игра всеми фигурами из начального положения.

Самые общие представления о том, как начинать шахматную партию.

2 класс (34 часа)

Раздел №1 Краткая история шахмат.

Рождение шахмат. От чатуранги к шатранджу. Шахматы проникают в Европу. Чемпионы мира по шахматам.

Раздел №2. Шахматная нотация.

Обозначение горизонталей и вертикалей, полей, шахматных фигур. Краткая и полная шахматная нотация. Запись шахматной партии. Запись начального положения.

Раздел №3. Ценность шахматных фигур.

Ценность фигур. Сравнительная сила фигур. Достижение материального перевеса. Способы защиты.

Раздел №4. Техника матования одинокого короля.

Две ладьи против короля. Ферзь и ладья против короля. Король и ферзь против короля. Король и ладья против короля.

Раздел №5. Достижение мата без жертвы материала.

Учебные положения на мат в два хода в дебюте, миттельшпиле и эндшпиле (начале, середине и конце игры). Защита от мата.

Раздел №6. Шахматная комбинация.

Достижение мата путем жертвы шахматного материала (матовые комбинации). Типы матовых комбинаций: темы разрушения королевского прикрытия, отвлечения, завлечения, блокировки, освобождения пространства, уничтожения защиты и др. Шахматные комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Комбинации для достижения ничьей (комбинации на вечный шах, патовые комбинации и др.).

3класс (34 часа)

Раздел № 1. Основы дебюта.

Двух- и трехходовые партии. Невыгодность раннего ввода в игру ладей и ферзя. Игра на мат с первых ходов. Детский мат и защита от него. Игра против “повторюшки-хрюшки”. Принципы игры в дебюте. Быстрейшее развитие фигур. Понятие о темпе. Гамбиты. Наказание “пешкоедов”. Борьба за центр. Безопасная позиция короля. Гармоничное пешечное расположение. Связка в дебюте. Коротко о дебютах.

4класс (34 часа)

Раздел № 1. Основы миттельшпиля.

Самые общие рекомендации о том, как играть в середине шахматной партии. Тактические приемы. Связка в миттельшпиле. Двойной удар. Открытое нападение. Открытый шах. Двойной шах. Матовые комбинации на мат в 3 хода и комбинации, ведущие к достижению материального перевеса на темы завлечения, отвлечения, блокировки, разрушения королевского прикрытия, освобождения пространства, уничтожения защиты, связки, “рентгена”, перекрытия и др. Комбинации для достижения ничьей.

Раздел № 2. Основы эндшпиля.

Элементарные окончания. Ферзь против слона, коня, ладьи (простые случаи), ферзя (при неудачном расположении неприятельского ферзя). Ладья против ладьи (при неудачном расположении неприятельской ладьи), слона (простые случаи), коня (простые случаи). Матование двумя слонами (простые случаи). Матование слоном и конем (простые случаи). Пешка против короля. Пешка проходит в ферзи без помощи своего короля. Правило “квадрата”. Пешка проходит в ферзи при помощи своего короля. Оппозиция. Пешка на седьмой, шестой, пятой, четвертой, третьей, второй горизонтали. Ключевые поля. Удивительные ничейные положения (два коня против короля, слон и пешка против короля, конь и пешка против короля). Самые общие рекомендации о том, как играть в эндшпиле.

Тематическое планирование

1 класс

№ урока	Тема занятия	Количество часов
	1. Шахматная доска	1
1.	Знакомство с шахматной доской	1
2.	Шахматная доска	1

	2. Шахматные фигуры.	1
3.	Знакомство с шахматными фигурами	1
4	Знакомство с шахматными фигурами	1
	3. Начальная расстановка фигур.	1
5.	Начальное положение	1
	4. Ходы и взятие фигур.	1
6.	Знакомство с шахматной фигурой. Ладья.	1
7.	Ладья в игре.	1
8.	Знакомство с шахматной фигурой. Слон.	1
9.	Слон в игре.	1
10.	Ладья против слона.	1
11.	Знакомство с шахматной фигурой. Ферзь.	1
12.	Ферзь в игре.	1
13.	Ферзь против ладьи и слона.	1
14.	Знакомство с шахматной фигурой. Конь.	1
15.	Конь в игре.	1
16.	Конь против ферзя, ладьи слона.	1
17.	Знакомство с пешкой.	1
18.	Пешка в игре.	1
19.	Пешка против ферзя, ладьи, коня, слона.	1
20.	Знакомство с шахматной фигурой. Король.	1
21.	Король против других фигур.	1
	5. Цель шахматной партии.	1
22.	Шах.	1
23	Шах.	1
24.	Мат.	1
25	Мат	1
26.	Ставим мат.	1
27	Ставим мат.	1
28.	Ничья, пат.	1
29.	Рокировка.	1
30	Рокировка.	1
	6. Игра всеми фигурами из начального положения.	1
31.	Шахматная партия.	1
32.	Шахматная партия.	1
33.	Повторение программного материала.	1

2 класс

	Тема занятия	Количество часов
	Повторение изученного материала.	1
1.	Повторение изученного материала.	1
2.	Повторение изученного материала.	1
	1. Краткая история шахмат.	1

3.	Краткая история шахмат.	1
	2. Шахматная нотация.	1
4.	Шахматная нотация. Обозначение горизонталей, вертикалей, полей.	1
5.	Шахматная нотация. Обозначение шахматных фигур и терминов.	1
	3. Ценность шахматных фигур.	1
6.	Ценность шахматных фигур. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур.	1
7.	Ценность шахматных фигур. Достижение материального перевеса.	1
8.	Ценность шахматных фигур. Способы защиты.	1
9.	Ценность шахматных фигур. Защита.	1
	4. Техника матования одинокого короля.	1
10.	Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля.	1
11.	Техника матования одинокого короля. Ферзь и ладья против короля.	1
12.	Техника матования одинокого короля. Ферзь и король против короля.	1
13.	Техника матования одинокого короля. Ладья и король против короля.	1
	5. Достижение мата без жертвы материала	1
14.	Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле.	1
15.	Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле.	1
16.	Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в дебюте.	1
	6. Шахматная комбинация.	1
17.	Матовые комбинации. Темы комбинаций. Тема отвлечения.	1
18.	Матовые комбинации. Тема завлечения.	1
19.	Матовые комбинации. Тема блокировки.	1
20.	Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия.	1
21.	Матовые комбинации. Тема освобождения пространства. Тема уничтожения защиты. Тема «рентгена».	1
22.	Матовые комбинации. Другие шахматные комбинации и сочетание приемов.	1
23.	Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема отвлечения. Тема завлечения.	1
24.	Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема уничтожения защиты. Тема связи.	1
25.	Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема освобождения пространства. Тема перекрытия	1
26.	Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема превращения пешки.	1
27.	Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Сочетание тактических приемов.	1
28.	Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации.	1
29.	Комбинации для достижения ничьей. Комбинации на вечный шах.	1
30.	Типичные комбинации в дебюте.	1

31.	Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры).	1
	Повторение программного материала	1
32.	Повторение программного материала	1
33.	Повторение программного материала	1
34.	Повторение программного материала	1

3 класс

№ урока	Тема занятия	Количество часов
1	Повторение изученного материала.	1
2	Игровая практика	1
3	Повторение изученного материала.	1
4	Практика матования одинокого короля (дети играют попарно).	1
	1. ОСНОВЫ ДЕБЮТА	1
5	Двух- и трехходовые партии.	1
6	Решение задания “Мат в 1 ход”	1
7	Невыгодность раннего ввода в игру ладей и ферзя.	1
8	Решение заданий “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.	1
9	Игра “на мат” с первых ходов партии. Детский мат. Защита.	1
10	Решение заданий.	1
11	Вариации на тему детского мата. Другие угрозы быстрого мата в дебюте. Защита. Как отражать скороспелый дебютный наскок противника.	1
12	Решение заданий	1
13	“Повторюшка-хрюшка” (черные копируют ходы белых). Наказание “повторюшек”.	1
14	Решение заданий	1
15	Принципы игры в дебюте. Быстрейшее развитие фигур. Темпы. Гамбиты.	1
16	Решение задания “Выведи фигуру”..	1
17	Наказание за несоблюдение принципа быстрейшего развития фигур. “Пешкоедство”. Неразумность игры в дебюте одними пешками (с исключениями из правила).	1
18	Решение заданий.	1
19	Принципы игры в дебюте. Борьба за центр. Гамбит Эванса. Королевский гамбит. Ферзевый гамбит.	1
20	Решение заданий.	1
21	Принципы игры в дебюте. Безопасное положение короля. Рокировка.	1
22	Решение заданий.	1
23	Принципы игры в дебюте. Гармоничное пешечное расположение. Какие бывают пешки.	1
24	Решение заданий.	1

25	Связка в дебюте. Полная и неполная связка.	1
26	Решение заданий.	1
27	Очень коротко о дебютах. Открытые, полуоткрытые и закрытые дебюты.	1
28	Решение заданий.	1
29	Типичные комбинации в дебюте.	1
30	Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры).	1
31	Повторение программного материала	1
32	Повторение программного материала	1
33	Повторение программного материала	1
34	Повторение программного материала	2

4 класс

№ урока	Тема занятия	Количество часов
	Повторение изученного материала.	1
1	Повторение изученного материала.	1
2	Игровая практика	1
3	Повторение изученного материала.	1
	1. ОСНОВЫ МИТТЕЛЬШПИЛЯ	1
4	Самые общие рекомендации о том, как играть в миттельшпиле.	1
5	Игровая практика	1
6	Тактические приемы. Связка в миттельшпиле. Двойной удар.	1
7	Тактические приемы. Открытое нападение. Открытый шах. Двойной шах.	1
8	Решение задания “Выигрыш материала”.	1
9	Матовые комбинации (на мат в 3 хода) и комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Темы завлечения, отвлечения, блокировки.	1
10	Решение заданий.	1
11	Матовые комбинации и комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Темы разрушения королевского прикрытия, освобождения пространства, уничтожения защиты.	1
12	Решение заданий.	1 1
13	Матовые комбинации и комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Темы связки, “рентгена”, перекрытия.	1
14	Решение заданий.	1
15	Матовые комбинации и комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Другие темы комбинаций и сочетание тематических приемов.	1
16	Решение заданий.	1

17	Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации. Комбинации на вечный шах.	1
18	Решение заданий. “Сделай ничью”.	1
19	Классическое наследие. “Бессмертная” партия. “Вечнозеленая” партия.	1
20	Решение заданий	1
	2. ОСНОВЫ ЭНДШПИЛЯ	1
21	Ладья против ладьи. Ферзь против ферзя. Ферзь против ладьи (простые случаи).	1
22	Решение заданий	1
23	Ферзь против слона. Ферзь против коня. Ладья против слона (простые случаи). Ладья против коня (простые случаи).	1
24	Решение заданий	1
25	Матование двумя слонами (простые случаи). Матование слоном и конем (простые случаи).	1
26	Решение заданий	1
27	Пешка против короля. Когда пешка проходит в ферзи без помощи своего короля. Правило “квадрата”.	1
28	Решение заданий	1
28	Пешка против короля. Белая пешка на седьмой и шестой горизонталях. Король помогает своей пешке. Оппозиция.	1
30	Решение заданий	1
31	Пешка против короля. Белая пешка на пятой горизонтали. Король ведет свою пешку за собой.	1
32	Решение заданий	1
33	Удивительные ничейные положения. Два коня против короля. Слон и пешка против короля. Конь и пешка против короля.	1
34	Повторение программного материала. Решение заданий	1

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Аэробика»

Результаты освоения курса:

Программа по внеурочной деятельности «Аэробика» способствует формированию личностных, регулятивных, познавательных и коммуникативных учебных действий.

В сфере познавательных универсальных учебных действий будут развиты следующие умения:

- ориентироваться в понятиях «здоровый образ жизни», «фитнес», характеризовать значение занятий по оздоровлению, влиянию музыки на занятия и самочувствие; - раскрывать понятия: синхронно, выворотню, музыкально, ритмично; - ориентироваться в видах аэробики, танцевальных жанрах, гимнастики;
- выявлять связь занятий фитнесом с досуговой и урочной деятельностью;
- характеризовать роль и значение занятий с оздоровительной направленностью в режиме труда и отдыха; планировать и корректировать физическую нагрузку в зависимости от индивидуальных особенностей, состояния здоровья, физического развития, физической подготовленности; - осуществлять поиск информации о здоровом образе жизни, аэробике, танцах.

В сфере личностных универсальных учебных действий будет формироваться:

- установка на здоровый образ жизни;
- основы своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как представителя народа в процессе знакомства с русскими народными играми;
- ориентация в нравственном содержании и смысле как собственных поступков, так и поступков окружающих людей в игровой деятельности;
- эмпатия, как понимание чувств других людей и сопереживание им в процессе знакомства с играми на развитие сенсорной чувствительности;
- знание основных моральных норм на занятиях фитнесом и ориентации на их выполнение;

В сфере регулятивных универсальных учебных действий будут формироваться следующие умения:

- организовывать места занятий физическими упражнениями и играми с музыкальным сопровождением в сотрудничестве с учителем;
- соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей во время показательных выступлений, индивидуальных и групповых заданий;
- оценивать правильность выполнения действия;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарищей, родителей и других людей;
- проявлять инициативу в творческом сотрудничестве при составлении комплексов упражнений, игровых ситуаций;
- организовывать и проводить игры на переменах, утреннюю зарядку с музыкальным сопровождением;
- самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения упражнений, заданий учителя и вносить коррективы в исполнение по ходу реализации и после.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- договариваться и приходить к общему решению в работе по группам, микрогруппам, парам;
- контролировать действия партнёра в парных упражнениях;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать помощь при проведении диагностики;
- задавать вопросы, необходимые для выполнения заданий творческого характера в составлении комплексов упражнений индивидуально и в сотрудничестве с партнёром.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности.

1 год обучения

Классическая аэробика - программа «классики» (13 часов)

Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Что такое фитнес. Ориентация в пространстве. Основные шаги базовой аэробики. Партерная гимнастика. Восстановление.

Практика:

Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперёд-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.

Основные шаги базовой аэробики:

С помощью классиков разучивание основных шагов, скачков и подскоков классической аэробики:

- марш (обычная ходьба)
- стрэдл (ходьба ноги врозь – ноги вместе) -
- ви-степ (шаг ноги врозь – ноги вместе)
- джампинг-джек (прыжки ноги врозь – ноги вместе) -
- степ-тач (приставной шаг)
- мамбо (шаги на месте с переступанием) -
- грэйп вайн (скрестный шаг в сторону) -
- кросс-степ (скрестный шаг на месте)

Линейный метод разучивания. Выполняются элементы сначала под счет, потом под музыку в ритм. Многократно повторяется элемент ногами, затем, продолжая выполнять его, добавляют движения руками. Далее переходят к следующему элементу. Таким образом выстраивается цепочка из элементов.

Фитнес-гимнастика и акробатика (10 часов)

Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Понятия гимнастика, акробатика.

Практика:

- комплексы упражнений направленные на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия (без предметов, с гимнастической палкой, с мячом, со скакалкой, упражнения для мышц брюшного пресса, спины в положении лежа на коврике))

- различные виды ходьбы и передвижений (ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем сводах стопы)

- разновидности бега (бег на носках, с захлестыванием голени, высоко поднимая колени, выбрасывая прямые ноги вперед т. д.)

- прыжки (на двух ногах, на одной ноге; одну выставить вперед, другую назад; прыжки, сгибая ноги «лягушка», в упоре присев «мячики», из упора присев – выпрыгивание вверх, с поворотом на 90°, 180° и т. д.)

- наклоны

- выпады

- выполнение акробатических элементов (перекаты в группировке, кувырки боком, через плечо, вперед, назад; стойка на лопатках, мост)

Занятия с элементами йоги (4 часа)

Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально, в парах, группой

- «дерево» (для координации вестибулярного аппарата и нервной системы)

- «кузнечик» (преодолевают скованность позвоночника и его деформации, полезно для глубоко лежащих мышц живота и спины, развивает уверенность в себе)

- «кошечка» (развивает эластичность позвоночника и мышц тела)

- «лев» (силивает приток крови к горлу, помогает бороться с инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей, очищает язык, способствует избавлению от загрязнённого дыхания, укрепляет мышцы шеи, лица, связки горла)

Образно-сюжетные игры (4 часа)

Игры, разнообразные эмоционально-образные перевоплощения: танцы зверей, птиц, сказочных героев, цветов, огня, воды и т. д. с элементами аэробики, акробатики, гимнастики. Решение сказочных задач, придумывание новых сказок.

Варианты сюжетно-ролевых игр:

- создание коллажа из сказок, далее двигательное и словестное составление новой сказки, используя сюжеты старых сказок и придумывая новые события
- создание новых обстоятельств, условий, при которых знакомые герои сказок попадают в новые обстоятельства, фантастические и невероятные
- моделирование сказок (составление сказки по предметно-схематической модели, например показать какой-то предмет или картинку, которые должны стать отправной точкой детской фантазии)

Контрольное занятие (2 часа)

Контрольное занятие проводится два раза в год, в конце каждого полугодия и начинается с разминки и пробного выполнения задания. Оценка проводится по основным базовым элементам по пятибалльной системе. Оценивается качество исполнения исходя из правильности исполнения самих движений в 5 повторениях.

2 год обучения

Правила техники безопасности нахождения и занятия в зале аэробики, правила поведения на занятиях, Ознакомление обучающихся с планом занятий, пояснение основных понятий аэробики.

Инструкция для занимающихся аэробикой (требования к местам занятий, оборудованию и инвентарю, к одежде занимающихся, к причёске, правила поведения после занятий). Возникновение и развитие аэробики. Виды аэробики.

Выполнение команды: направо, налево кругом. Перестроения в 1,2 3 колонны

Упражнения для рук и плечевого пояса в разных направлениях, Упражнения для рук и плечевого пояса в разном темпе с разной амплитудой. Освоение упражнений для ног, в положении сидя, стоя, лёжа на полу. Закрепление упражнений для ног, в положении сидя, стоя, лёжа на полу. Освоение упражнений для туловища, шеи и спины Закрепление упражнений для туловища, шеи и спины в положение сидя, стоя, лёжа на

полу

Освоение упражнений на развитие правильной осанки в партере

Закрепление упражнений на развитие правильной осанки в партере. Техника выполнения базовых шагов аэробики

Обучение базовым и альтернативным шагам аэробики в среднем темпе. (**Степ-тач, тач-фронт**). Влияние занятий аэробикой на различные системы организма.

Обучение базовым и альтернативным шагам аэробики. (**V-степкёрл**) Аэробика и её виды.

Закрепление базовых шагов. Запрещённые упражнения на занятиях аэробикой.

Простейшие музыкальные композиции

Техника выполнения упражнений на развитие гибкости развитие гибкости

Освоение и закрепление упражнений на развитие гибкости Разучивание комплекса из выученных базовых шагов аэробики.

Техника безопасности при проведении занятий на фитболах. Санитарно-гигиенические требования к местам занятий, к одежде занимающихся.

Ознакомление, разучивание основных исходных положений на фитболе

Закрепление связок и базовых шагов аэробики используемых в фитбол-аэробике

Выполнение контрольных упражнений.

3 год обучения

Аэробика со скакалкой (15 часов)

Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Виды аэробики. Ориентация в пространстве. Основные шаги базовой аэробики. Аэробика со скакалкой. Партерная гимнастика. Восстановление.

Практика:

Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперед-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.

Повторение и разучивание шагов базовой аэробики, упражнения со скакалкой. Основным содержанием занятий являются различного рода скачки, подскоки, прыжки, выполняемые со скакалкой индивидуально, в парах.

Упражнения с короткой скакалкой:

- подскоки и прыжки с вращением скакалки вперед (Изи джамп)
- подскоки на двух ногах с вращением скакалки вперед и промежуточным движением
- разновидности подскоков на двух ногах («слалом», «твист»)
- скачки с ноги на ногу

Фитнес-гимнастика и акробатика (9 часов)

Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Виды гимнастики, акробатика. Развитие физических качеств.

Практика:

- комплексы упражнений направленные на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия (без предметов, с гимнастической палкой, с мячом, со скакалкой, упражнения для мышц брюшного пресса, спины в положении лежа на коврике)

- различные виды ходьбы и передвижений (ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем сводах стопы)

- разновидности бега (бег на носках, с захлестыванием голени, высоко поднимая колени, выбрасывая прямые ноги вперед т. д.)

- прыжки (на двух ногах, на одной ноге; одну выставить вперед, другую назад; прыжки, сгибая ноги «лягушка», в упоре присев «мячики», из упора присев – выпрыгивание вверх, с поворотом на 90°, 180° и т. д.)

- наклоны

- выпады

- выполнение акробатических элементов (перекаты в группировке, кувырки боком, через плечо, вперед, назад; стойка на лопатках, мост, колесо), акробатических комбинаций, состоящих из 3-5 элементов.

Занятия с элементами йоги (5 часа)

Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально, в парах, группой

- «дерево» (для координации вестибулярного аппарата и нервной системы)

- «алмаз» (активирует пищеварительные процессы, развивает эластичность коленных суставов и голеностопных связок)

- «кошечка» (развивает эластичность позвоночника и мышц тела)

- «герой» (укрепляет колени, улучшает работу органов таза)

- «лев» (силивает приток крови к горлу, помогает бороться с инфекционными заболеваниями верхних дыхательных путей, очищает язык, способствует избавлению от загрязнённого дыхания, укрепляет мышцы шеи, лица, связки горла)

Игры (3 часа)

- игры с бегом на скорость («вороны и воробьи»)

- игры с прыжками и бегом («веревочки под ногами»)

- игры с гимнастическими элементами («гимнастический марафон»)

Контрольное занятие (2 часа)

Контрольное занятие проводится два раза в год, в конце каждого полугодия и начинается с разминки и пробного выполнения задания. Выполнение комплексов аэробики со скакалкой, партерной гимнастики.

4 год обучения

Классическая аэробика (15 часов)

Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Выбор средств и методов оздоровления. Питание и физическая нагрузка. Питьевой режим до и после занятий. Ориентация в пространстве. Повторение основных шагов базовой аэробики, разучивание групповых композиций. Партерная гимнастика. Восстановление.

Практика:

Ориентационные упражнения: вправо-влево, вперед-назад, вниз-вверх, в круг, из круга, по кругу.

Повторение шагов базовой аэробики. Разучивание типовых базовых связок. Составление комплексов с помощью учителя (работа в группах).

Фитнес-гимнастика и акробатика (9 часов)

Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Виды гимнастики, акробатика. Развитие физических качеств.

Практика:

- комплексы упражнений направленные на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия (без предметов, с гимнастической палкой, с мячом, со скакалкой, упражнения для мышц брюшного пресса, спины в положении лежа на коврике))

- различные виды ходьбы и передвижений (ходьба на носках, на пятках, на внутреннем и внешнем сводах стопы)

- разновидности бега (бег на носках, с захлестыванием голени, высоко поднимая колени, выбрасывая прямые ноги вперед т. д.)

- прыжки (на двух ногах, на одной ноге; одну выставить вперед, другую назад; прыжки, сгибая ноги «лягушка», в упоре присев «мячики», из упора присев – выпрыгивание вверх, с поворотом на 90°, 180° и т. д.)

- наклоны

- выпады

- выполнение акробатических элементов (перекаты в группировке, кувырки боком, через плечо, вперед, назад; стойка на лопатках, мост, березка, колесо), выполнение комбинаций, состоящих из 3-5 элементов.

Занятия с элементами йоги (5 часа)

Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально, в парах, группой

- «дерево» (для координации вестибулярного аппарата и нервной системы)

- «собака» (стимулирует деятельность щитовидной железы, предупреждает образование камней в почках, развивает уверенность в себе, помогает преодолеть чувство неполноценности)

- «кошечка» (развивает эластичность позвоночника и мышц тела)

- «ласточка» (тонизирует и укрепляет мышцы спины, ног, плеч)

- «рыба» (благоприятно воздействует на щитовидную железу, миндалины, аденоиды)

Лечебно-профилактические танцы для формирования и закрепления правильной осанки (3 часа)

- «солдатики» (упражнение на формирование правильной осанки)

- «по ниточке» (образная композиция с элементами танца на формирование, закрепление, проверку и контроль за правильной осанкой)

- «лезгинка» (упражнение сидя на скамейке для укрепления мышц ног и брюшного пресса)

Контрольное занятие (2 часа)

Контрольное занятие проводится два раза в год, в конце каждого полугодия и начинается с разминки и пробного выполнения задания. Выполнение групповых композиций, с последующими выступлениями на школьных праздниках.

Программа внеурочной деятельности «Аэробика» включает в себя реализацию различных видов деятельности:

- игровой,
- познавательной,
- проблемно-ценностное общение,
- досугово-развлекательная деятельность,
- спортивно оздоровительная деятельность.

Организационные формы, предусмотренные программой: игры, турниры, встречи и другие формы, соревнования по аэробике, зачётное проведение динамических пауз в классах с одноклассниками и первоклассниками, проведение игровых программ на переменах и в группах продлённого дня, представление самостоятельно и в группах составленных комплексов аэробики, партерной гимнастики, ритмической гимнастики с предметами в зачётной форме.

Тематическое планирование

1 год обучения

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
1.	<i>Классическая аэробика:</i> Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Что такое фитнес. Ориентация в пространстве. Основные шаги базовой аэробики. Партерная гимнастика. Восстановление.	13
2.	<i>Фитнес-гимнастика и акробатика:</i> Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Понятия гимнастика, акробатика. Комплексы упражнений направленные на формирование правильной осанки, профилактику плоскостопия. Различные виды ходьбы и передвижений. Разновидности бега. Прыжки. Наклоны. Выпады. Выполнение акробатических элементов.	10
3.	<i>Занятия с элементами йоги:</i> Индивидуальные занятия йогой. Парные занятия йогой.	4
4.	<i>Образно-сюжетные игры:</i> Варианты сюжетно-ролевых игр. Решение сказочных задач, придумывание новых сказок.	4
5.	Контрольное занятие	2
ИТОГО		33

2 год обучения

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
1.	Теоретическая подготовка: ТБ, введение в образовательную программу. Гигиена спортивных занятий. Из истории аэробики.	1
2.	Общефизическая подготовка: Элементы строевой подготовки. Общеразвивающие упражнения для рук. Общеразвивающие упражнения для ног. Общеразвивающие упражнения для шеи и спины.	11
3.	Специальная физическая подготовка Базовые шаги аэробики. Упражнения на развитие осанки. Упражнения на развитие гибкости	14
4.	Оздоровление: Коррекционные упражнения (дыхательные упражнения,	7

	релаксация). Упражнения на фитболах	
5.	Итоговое занятие	1
ИТОГО		34

3 год обучения

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
1.	<i>Аэробика со скакалкой:</i> Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Виды аэробики. Ориентация в пространстве. Основные шаги базовой аэробики. Аэробика со скакалкой. Партерная гимнастика. Восстановление.	15
2.	<i>Фитнес-гимнастика и акробатика:</i> Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Виды гимнастики, акробатика. Развитие физических качеств.	9
3.	<i>Занятия с элементами йоги:</i> Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально. Асаны хатха-йоги, выполняются в парах. Асаны хатха-йоги, выполняются группой.	5
4.	<i>Игры:</i> Игры с бегом на скорость («вороны и воробьи»). Игры с прыжками и бегом («веревочки под ногами»). Игры с гимнастическими элементами («гимнастический марафон»)	3
5.	<i>Контрольное занятие</i>	2
ИТОГО		34

4 год обучения

№ п/п	Раздел/тема	Количество часов
1.	<i>Классическая аэробика:</i> Общие правила техники безопасности на занятиях фитнесом и в спортивном зале. Выбор средств и методов оздоровления. Питание и физическая нагрузка. Питьевой режим до и после занятий. Ориентация в пространстве. Повторение основных шагов базовой аэробики, разучивание групповых композиций. Партерная гимнастика. Восстановление.	15
2.	<i>Фитнес-гимнастика и акробатика:</i> Правила техники безопасности на занятиях гимнастикой и акробатикой. Виды гимнастики, акробатика. Развитие физических качеств.	9
3.	<i>Занятия с элементами йоги:</i> Асаны хатха-йоги, выполняются индивидуально. Асаны хатха-йоги, выполняются в парах. Асаны хатха-йоги, выполняются группой.	5
4.	<i>Лечебно-профилактические танцы для формирования и закрепления правильной осанки:</i> «Солдатики». «По ниточке». «Лезгинка».	3
5.	<i>Контрольное занятие:</i>	2
ИТОГО		34

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука добра»

Результаты освоения курса внеурочной деятельности:

В результате прохождения программы к концу года будет обеспечено достижение обучающимися определенных воспитательных результатов и эффектов. Воспитательные результаты распределяются по трём уровням:



Первый уровень результатов — приобретение обучающимися социальных знаний (о нравственных нормах, социально одобряемых и не одобряемых формах поведения в обществе и т. п.), первичного понимания социальной реальности и повседневной жизни. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося со своими учителями как значимыми для него носителями положительного социального знания и повседневного опыта.



Второй уровень результатов — получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности в целом. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне класса, образовательного учреждения, т. е. в защищённой, дружественной среде, в которой ребёнок получает первое практическое подтверждение приобретённых социальных знаний, начинает их ценить.



Третий уровень результатов — получение обучающимся начального опыта самостоятельного общественного действия, формирование у младшего школьника социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественном действии человек действительно становится гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов за пределами образовательного учреждения, в открытой общественной среде.

В результате реализации программы кружка у учащихся будут сформированы УУД.

Личностные УУД:

- Ученик получит знания о характере взаимоотношений с другими людьми, что станет предпосылкой воспитания доброжелательного и заботливого отношения к людям, эмоциональной отзывчивости, сопереживания, сочувствия, формирования нравственного сознания младшего школьника.
- Знакомясь с нравственным содержанием пословиц о добре, труде, учении, ученик начнёт осознавать базовые гуманистические ценности, характер отношений между людьми, необходимость бережного отношения к людям и предметам их труда.
- С помощью обсуждения сказок, произведений художественной литературы ученик освоит первоначальные этические представления добра и зла, значение слов вежливости, правил вежливого поведения и их мотивации.
- Система вопросов и заданий, носящие диагностический и тренинговый характер позволит решить задачи самооценки и самопроверки ученика. Ученик получит начальные нравственные представления, знакомясь с нравственными понятиями (например, «Что такое добрый поступок?», «Какой нравственный выбор сделал герой?», «Что можно посоветовать в этой ситуации? Как её изменить?», «Бывает ли так в реальной жизни?»)
- Ученик научится сопоставлять, сравнивать героев, их поведение; классифицировать материал по разным основаниям (определить группы пословиц по теме – о добре, трудолюбии, отношении к учебе.)

Коммуникативные УУД:

- Ученик научится или получит возможность иметь и выражать своё мнение, аргументировать свою точку зрения, уважительно относиться к другим мнениям.
- Ученик научится работать коллективно или в группах, парах, а также с заданиями на выбор альтернативного решения.
- Ученик научится или получит возможность анализировать высказывания собеседников, добавлять их высказывания.

- Ученик научится создавать словесный портрет героя, оценивать адекватно ситуацию и предотвращать конфликты.

Регулятивные УУД:

- Соотносить свои поступки с поступками окружающих;
- Учиться совместно с учителем, обнаруживать и формировать нравственную проблему.
- Принимать и сохранять учебную задачу;
- Учитывать выделенные учителем ориентиры действия в новом учебном материале в сотрудничестве с учителем;
- Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, в том числе во внутреннем плане;
- Адекватно воспринимать оценку учителей, товарищей, родителей и других людей.

Познавательные УУД:

- осуществлять поиск необходимой информации;
- уметь строить сообщение в устной форме;
- осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков.

Коммуникативные УУД:

- Доносить свою позицию до других людей;
- Слушать и понимать речь других людей.
- Вступать в беседу.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс

Школьный этикет (5ч)

Мы пришли на урок. Правила поведения в школе, на уроке, на перемене, в столовой. Приход в школу без опозданий, правильная организация работы на уроке, учебное сотрудничество.

Мы пришли на урок. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации. Оценивать своё поведение и поведение окружающих на уроке.

Зачем нужны перемены? Школьные перемены как время активного отдыха, игры.

Оценивать своё поведение и поведение окружающих на перемене.

Мы в школьной столовой. Поведение в столовой, правила поведения за столом.

Мы в школьной столовой. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации.

Правила общения (11ч)

Зачем нужны вежливые слова (доброжелательность)? Уметь применять слова вежливости конкретной жизненной ситуации. Использовать в речи слова вежливости

Правила вежливости. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила вежливости с одноклассниками, друзьями, взрослыми

Элементарные представления о добрых и недобрых поступках. Определять добрые и недобрые поступки, приводить примеры. Участвовать в диалоге: высказывать свои суждения по теме, анализировать высказывания собеседников, добавлять их высказывания

Знакомство с образом добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок, фильмов. Моделировать образы добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок, фильмов. Описывать сюжетную картинку (серию)

Значение вежливых слов в жизни. Употреблять в различных ситуациях слова вежливости

Мои товарищи: вежливое обращение к сверстникам. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные нормы поведения во взаимоотношениях с одноклассниками;

оценивать адекватно ситуацию и предотвращать конфликты.

Мой учитель. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила вежливости при общении с учителем

Думай о других: сочувствие, как его выразить? Уметь проявлять заботу о других, сочувствие.

Моя семья. Составлять вместе со старшими родственниками генеалогическое древо на основе бесед с ними о поколениях. Знакомиться по словарям личных имён и фамилий со значениями имён и фамилий своей семьи (рода)

Пути выхода из конфликтной ситуации. Моделировать **пути выхода из конфликтной ситуации (предотвращение ссор, драк, признание своей вины)**. Оценивать адекватно ситуацию и предотвращать конфликты.

Практическое знакомство с правилами коллективных игр. Уметь применять на практике правила коллективных игр; самостоятельно формулировать правила коллективной игры, работы.

О трудолюбии (6ч)

Значение труда в жизни людей. Оценивать проявления профессионального мастерства и результаты труда.

Что помогает учиться лучше (старательность). Уметь практически применять правила коллективных игр. Проводить хронометраж дня, анализировать свой распорядок дня, корректировать его.

Учение как основной труд и обязанность школьника. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда. Оценивать свои действия во время уроков, дежурств.

Как мы трудимся в школе и дома. Определять значение трудолюбия (в культуре народов своего края) как одного из важнейших общественно значимых качеств личности

Как мы трудимся в школе и дома. Приводить примеры значимости трудолюбия в жизни человека.

Бережливость: каждой вещи своё место (береги свои школьные вещи). **Обосновывать необходимость бережного отношения к любой собственности.**

Культура внешнего вида (4ч)

Внешний вид человека. Определять оптимальные правила внешнего вида; воспроизводить основные требования к внешнему виду человека в практических и жизненных ситуациях.

Правила опрятности и их значение для здоровья. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные правила опрятности; оценивать внешний вид человека.

Основные правила Мойдодыра. Применять основные правила Мойдодыра

Каждой вещи своё место. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм нормы поведения во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми

Внешкольный этикет (7ч)

Правила поведения на улице. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации; использовать доброжелательный тон в общении.

Правила поведения в транспорте. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации; использовать доброжелательный тон в общении; оценивать характер общения (тон, интонацию, лексику), поведения в общественных местах.

Правила поведения в общественных местах. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации; использовать доброжелательный тон в общении; оценивать характер общения (тон, интонацию, лексику), поведения в общественных местах.

Вежливое отношение к людям. Выбирать вежливое с позиции нравственных норм отношение к людям; использовать доброжелательный тон в общении.

«Спасибо» и «пожалуйста». Уметь применять слова «спасибо» и «пожалуйста».

«Здравствуйтесь» и «до свидания». Уметь применять слова «здравствуйтесь» и «до свидания».

Итоговое занятие. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми.

2 класс

Школьный этикет (5ч)

Дисциплина в школе. Называть правила поведения в школе и определять особенности взаимоотношений с взрослыми, сверстниками. Моделировать ситуации поведения в разных школьных помещениях. Оценивать своё поведение и поведение окружающих (на перемене)

Дисциплина в классе. Воспроизводить правила поведения в классе и при взаимоотношении со сверстниками. Оценивать своё поведение и поведение окружающих (на уроке)

В библиотеке: люби книгу. Моделировать ситуации поведения в библиотеке

В библиотеке: люби книгу. Уметь работать с обложкой книги. Практическая работа: ремонт книги

Твоя школа, твой класс: соблюдение чистоты и порядка. Составлять план работы по поддержанию чистоты и порядка в классе и школе.

Правила общения (11ч)

Сопереживание, помощь друзьям. Уметь применять нужные слова, сопереживать в конкретной жизненной ситуации

Сопереживание, помощь друзьям. Уметь проявлять заботу о других, сочувствие «Дружба каждому нужна. Дружба верностью сильна». Моделировать образы добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок, фильмов

Преданный друг. Моделировать отношения друзей: как правильно себя вести и что недопустимо в дружеских отношениях

О доброте и бессердечии. Определять добрые и недобрые поступки, приводить примеры. Употреблять в различных ситуациях адекватные вежливые слова

Дал слово — держи его. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками

Диалоги со сверстниками и со взрослыми. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила вежливости с одноклассниками, друзьями, взрослыми

О зависти и скромности. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками

Учимся находить хорошее в человеке, даже если он нам не нравится. Моделировать **пути выхода из конфликтной ситуации (предотвращение ссор, драк, признание своей вины, терпимость, толерантность)**

Учимся понимать настроение другого по внешним признакам. Уметь проявлять внимание к окружающим, заботу о них

Чего в другом не любишь, того и сам не делай. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками

О трудолюбии (7ч)

Учусь всё делать сам. Оценить уровень собственного самообслуживания, составить план корректировки

Учусь всё делать сам. Определить, чему можно научиться самому, у друзей, взрослых

Взаимопомощь дома и в школе. Проводить хронометраж дня, анализировать свой распорядок, корректировать его Труд моих родных. Составлять вместе со старшими родственниками генеалогическое

древо на основе бесед с ними о поколениях Труд людей вокруг нас. **Обосновывать необходимость бережного отношения к любой**

собственности. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда.

В мире мудрых мыслей. Приводить примеры значимости трудолюбия в жизни человека.

Трудолюбие как главная ценность. Элементы культуры труда Беречь результаты труда.

Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда

Культура внешнего вида (4ч)

Правила личной гигиены. Определять оптимальные правила личной гигиены. Составить памятку личной гигиены

Игра «Узнай по описанию». Соблюдать правила коллективной игры. Оценивать внешний вид человека

Бережное отношение к своей одежде. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные правила опрятности

Ремонт одежды. Воспроизводить основные требования к внешнему виду человека в практических и жизненных ситуациях

Внешкольный этикет (7ч)

Правила поведения в общественном транспорте. Воспроизводить правила поведения в общественном транспорте

Правила поведения в музее, кино, театре. Воспроизводить правила поведения в музее, кино, театре

Растения в жизни человека. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации

Братья наши меньшие. Выбирать заботливое с позиции нравственных норм отношение к животным

Бережное отношение к природе. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации

В мире мудрых мыслей. Оценивать характер общения (тон, интонацию, лексику)

Итоговое занятие. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми, использовать доброжелательный тон в общении

3 класс

Школьный этикет (5ч)

Правила поведения в школе. Называть правила поведения в школе и определять особенности взаимоотношений со взрослыми, сверстниками

Перемена с увлечением. Воспроизводить правила поведения на перемене с пользой для себя и окружающих

Долг воспитанных ребят — режим школьный выполнять. Моделировать ситуации поведения в разных школьных помещениях

Взаимопомощь: учёба и труд. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации

Школьное имущество надо беречь. Воспроизводить правила обращения со школьным имуществом

Правила общения (11ч)

Добрый день. Здравствуйте. Уметь применять вежливые слова в конкретной жизненной ситуации

По стране вежливых слов. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила вежливости с одноклассниками, друзьями, взрослыми

Поговорим о доброте. Определять добрые и недобрые поступки, приводить примеры

Без друга в жизни тугο. Моделировать образы добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок, фильмов

Порадовать близких — как это просто!. Уметь проявлять внимание и заботу к другим

Можно и не ссориться. Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками

Большое значение маленьких радостей. Употреблять в различных ситуациях адекватные вежливые слова

Этикет познавая, дружно, весело играем! Уметь практически применять правила коллективных игр

Время надо беречь. Проводить хронометраж дня, анализировать свой распорядок дня, корректировать его

Слово лечит, слово ранит. Употреблять в различных ситуациях вежливые слова

Я и мои друзья (справедливость, коллективизм). Моделировать **пути выхода из конфликтной ситуации (преодоление ссор, драк, признание своей вины)**

О трудолюбии (8ч)

Твой труд дома. Наметить пути избавления от неорганизованности, недисциплинированности

Учись учиться. Наметить пути и способы преодоления лени, неумения трудиться.
Ответственность. Анализировать и оценивать свои действия.

Труд кормит, а лень портит. Приводить примеры значимости трудолюбия в жизни человека

Как организовать свой труд. Анализировать и оценивать свои действия

Даже будни может труд сделать праздничными днями. Определять значение трудолюбия в культуре народов своего края как одного из важнейших общественно значимых качеств личности

Цена ломтика. **Обосновывать необходимость уважения к труду людей**

Профессии людей. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда

Культура внешнего вида (4ч)

Уход за своими вещами. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила опрятности

Одежда будничная и праздничная. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм варианты одежды в различных ситуациях

По одежке встречают. Определять оптимальные правила внешнего вида

Есть обычай у ребят – гигиену соблюдать. Применять основные правила Мойдодыра

Внешкольный этикет (6ч)

Разговор по телефону. Воспроизводить правила поведения в разговоре по

телефону Поведение в гостях. Воспроизводить правила поведения в гостях Я пишу письмо. Воспроизводить правила написания письма

Правила безопасности при общении с животными. Уметь применять правила поведения с животными

Поведение на природе. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные нормы поведения на природе

Я в роли прохожего. Путь от дома до школы. Воспроизводить правила поведения на улице в роли прохожего

4 класс

Школьный этикет (8ч)

Отношение к учителю, одноклассникам, окружающим. Называть правила поведения в школе и определять особенности взаимоотношений с взрослыми, сверстниками

Забота о младших. Моделировать ситуации поведения с младшими, уметь проявлять заботу о других, сочувствие

«Познай самого себя». Объяснять причины своего успеха или неуспеха, связывая успехи с усилиями, трудолюбием, определять границы собственного знания и незнания

Определение цели и составление плана самовоспитания на неделю. Планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации

Как я работаю над собой. Адекватно оценивать свою деятельность, вносить корректировку, уметь контролировать свои действия

О терпении. Моделировать ситуации поведения в различных ситуациях, уметь договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности

Конец каждого дела обдумай перед началом. Уметь ставить конечную цель своей деятельности и планировать способы её достижения

«Ты памятью свой разум озари. И день минувший весь пересмотри». Уметь анализировать свои действия, адекватно принимать оценку других

Правила общения (8ч)

Вежливый ли я дома? Традиции общения в русской семье. «Домострой». Моделировать образы добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок, фильмов, обсудить правила «Домостроя»

Культура общения в современной семье. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные нормы поведения

Правила приличия в житейских ситуациях. Выбирать с позиции нравственных норм оптимальные нормы поведения

Культура спора. Моделировать **пути выхода из конфликтной ситуации (предотвращение ссор, драк, признание своей вины)**

Правила этикета: знакомство. Употреблять вежливые слова в различных ситуациях. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила вежливости

Язык, мимика и жесты. Уметь точно излагать свои мысли, адекватно воспринимать других, используя жесты, мимику

«Приветливость — золотой ключик, открывающий сердца людей». Употреблять в различных ситуациях адекватные вежливые слова

Игра «Город вежливости». Уметь практически применять правила коллективных игр О трудолюбии (7ч)

Культура физического и умственного труда. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда

Положительные герои в былинах и сказках. Моделировать образы добрых поступков с помощью художественных произведений

Книга — источник знаний. Формулировать собственное мнение и позицию, осознавать необходимость самосовершенствования

Золотые руки. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда

Кем быть? Приводить примеры значимости трудолюбия в жизни человека, расширять познавательные интересы

Твоя малая родина. Определять значение трудолюбия в культуре народов своего края как одного из важнейших общественно значимых качеств личности

Герои труда. Оценивать яркие проявления профессионального мастерства и результаты труда

Культура внешнего вида (4ч)

Что такое культура внешнего вида? Определять оптимальные правила внешнего вида

Одежда и осанка. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм правила опрятности, правила сохранения осанки

Вежливость и внешний вид. Применять основные правила вежливости и опрятности

«Вот человек. Что скажешь ты о нём?» Выбирать оптимальное с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми

Внешкольный этикет (7ч)

Осваиваем правило «так нельзя». Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации

Услышать собеседника. Выстраивать коммуникативно-речевые действия, направленные на восприятие позиции собеседника, уметь работать в паре

Готовимся к празднику. Воспроизводить правила поведения в конкретной жизненной ситуации

Что такое хорошо и что такое плохо. Выбирать оптимальные с позиции нравственных норм поведение во взаимоотношениях с одноклассниками, друзьями, взрослыми

В мире мудрых мыслей. Уметь работать с дополнительными источниками информации, уметь объяснять пословицы

Россияне о любви к Родине. Оценивать яркое проявление патриотизма

Итоговое занятие Подвести итоги, осознавать необходимость к самосовершенствованию

Тематическое планирование

1 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы кружка. Правила ТБ.	1

2	Школьный этикет Мы пришли на урок. Приветствие. Зачем нужны перемены? Правила поведения на перемене. Мы – в школьной столовой. Правила поведения в столовой. Как дела? Как быть прилежным и старательным	4
3	Правила общения Зачем нужны «вежливые» слова. Доброжелательности. Мои товарищи: вежливое обращение к сверстникам. Приглашение в гости. Поздравление. Оформление поздравительных открыток. Общение по телефону. Эмоции. Что такое добро? Что такое зло? Добрые и недобрые поступки. Знакомство с образом добрых поступков с помощью художественных произведений, сказок и фильмов. Думай о других: сочувствие – как его выразить? Литературный ринг "О дружбе, доброте и отзывчивости. Мой учитель. Моя семья. Мое отношение к родным.	11
4	О трудолюбии Ученье свет, а не учение тьма. Старательность – помощник в учебе. Как мы трудимся: в школе. Как мы трудимся дома. Бережливость: каждой вещи своё место. Руки человека	6
5	Культура внешнего вида Основные правила «Мойдодыра». Твой внешний вид. Путешествие в город «Чистоты и порядка». Каждой вещи свое место.	4
6	Внешкольный этикет Правила поведения на улице. Правила поведения в транспорте. Как приветствовать людей и знакомиться с ними. Как приветствуют друг друга люди в других странах. «Чтобы радость людям дарить, надо добрым и вежливым быть». Викторина «Вы сказали: «Здравствуйте».	8
7	Общение. Чему нас научили уроки нравственности.	1
	ИТОГО	33

2 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Школьный этикет Дисциплина в школе. Дисциплина в классе. В библиотеке: люби книгу. Твоя школа, твой класс: соблюдение чистоты и порядка.	5
2.	Правила общения Сопереживание, помощь друзьям. Сопереживание, помощь друзьям. «Дружба каждому нужна. Дружба верностью сильна». Преданный друг. О доброте и бессердечии. Дал слово — держи его. Диалоги со сверстниками и со взрослыми. О зависти и скромности. Учимся находить хорошее в человеке, даже если он нам не нравится. Учимся понимать настроение другого по внешним признакам. Чего в другом не любишь, того и сам не делай.	11
3.	О трудолюбии Учусь всё делать сам. Учусь всё делать сам. Взаимопомощь дома и в школе. Труд моих родных. Труд людей вокруг нас. В мире мудрых мыслей. Беречь результаты труда	6

4.	Культура внешнего вида Правила личной гигиены. Игра «Узнай по описанию». Бережное отношение к своей одежде. Ремонт одежды	4
5.	Внешкольный этикет Правила поведения в общественном транспорте. Правила поведения в музее, кино, театре. Растения в жизни человека. Братья наши меньшие. Бережное отношение к природе. В мире мудрых мыслей	7
6.	Итоговое повторение	1
	ИТОГО	34

3 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Школьный этикет Правила поведения в школе. Перемена с увлечением. Долг воспитанных ребят—режим школьный выполнять. Взаимопомощь: учёба и труд. Школьное имущество надо беречь.	5
2.	Правила общения Добрый день. Здравствуйте. По стране вежливых слов. Поговорим о доброте. Без друга в жизни туга. Порадовать близких — как это просто! Можно и не ссориться. Большое значение маленьких радостей. Этикет познавая, дружно, весело играем! Время надо беречь. Слово лечит, слово ранит. Я и мои друзья (справедливость, коллективизм).	11
3.	О трудолюбии Твой труд дома. Учись учиться. Ответственность. Труд кормит, а лень портит. Как организовать свой труд. Даже будни может труд сделать праздничными днями. Цена ломтика. Профессии людей	8
4.	Культура внешнего вида Уход за своими вещами. Одежда будничная и праздничная. По одежке встречают. Есть обычай у ребят —гигиену соблюдать	4
5.	Внешкольный этикет Разговор по телефону. Поведение в гостях. Я пишу письмо. Правила безопасности при общении с животными. Поведение на природе. Я в роли прохожего. Путь от дома до школы	6
	ИТОГО	34

4 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов
1.	Школьный этикет Отношение к учителю, одноклассникам, окружающим. Забота о младших. «Познай самого себя». Определение цели и составление плана самовоспитания на неделю. Как я работаю над собой. О терпении. Конец каждого дела обдумай перед началом. «Ты памятью свой разум озари. И день минувший весь пересмотри»	8
2.	Правила общения Вежливый ли я дома? Традиции общения в русской семье. «Домострой». Культура общения в современной семье. Правила приличия в житейских ситуациях. Культура спора. Правила этикета: знакомство. Язык, мимика и жесты. «Приветливость — золотой ключик, открывающий сердца людей». Игра «Город вежливости»	8

3.	О трудолюбии Культура физического и умственного труда. Положительные герои в былинах и сказках. Книга — источник знаний. Золотые руки. Кем быть? Твоя малая родина. Герои труда	7
4.	Культура внешнего вида Что такое культура внешнего вида? Одежда и осанка. Вежливость и внешний вид. «Вот человек. Что скажешь ты о нём?»	4
5.	Внешкольный этикет Осваиваем правило «так нельзя». Услышать собеседника. Готовимся к празднику. Что такое хорошо и что такое плохо. В мире мудрых мыслей. Россияне о любви к Родине	7
	ИТОГО	34

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Тропинка к своему я»

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- знать о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии; правила поведения в обществе, семье, со сверстниками;
- знать правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.
- уметь анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы, проявлять настойчивость в достижении цели
- уметь налаживать контакт с людьми;
- соблюдать правила игры и дисциплину;
- правильно взаимодействовать с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
- выражать себя в различных доступных и наиболее привлекательных для ребенка видах творческой и игровой деятельности.
- быть сдержанным, терпеливым, вежливым в процессе взаимодействия; подводить самостоятельный итог занятия; анализировать и систематизировать полученные умения и навыки.
- применять знания и практические умения в области самоанализа и саморазвития
Метапредметные результаты:
 - знать о ценностном отношении к своему душевному здоровью и внутренней гармонии; иметь нравственно-этический опыт взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.
 - планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей адекватно воспринимать предложения и оценку учителя, товарища, родителя и других людей
 - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности; формулировать собственное мнение и позицию;
 - находить свое место в школьной жизни;
 - применять полученные знания для преодоления различных страхов, в том числе страха перед учителем;
 - применять приобретенную информацию для установления дружественной атмосферы в классе, решения межличностных конфликтов;Предметные результаты:
 - осознавать собственную полезность и ценность; основные способы психологического взаимодействия между людьми; приемы повышения собственной самооценки;
 - знать осознание своего места в мире и обществе;
 - работать в группе, в коллективе
 - получать удовольствие от процесса познания
 - преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами; осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние; взаимодействовать с учителем и сверстниками;
 - адекватно анализировать собственные проблемы;
 - применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их решения; полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности;через игровые роли и сказочные образы и осознавать собственные трудности, их причины и находить пути их преодоления.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1 класс

№	Тема	Виды деятельности
1	Я – школьник. Знакомство. Введение в мир психологии. Как зовут ребят моего класса. Зачем мне нужно ходить в школу. Мой класс. Какие ребята в моем классе. Мои друзья в классе. Мои успехи в школе. Моя «учебная сила».	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение Трудовая
2.	Мои чувства. Разные чувства: Радость. Грусть. Страх. Гнев. Обида.	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение Трудовая

2 класс

№	Тема	Виды деятельности
1	Вспомним чувства. Понимаем чувства другого. Мы испытываем разные чувства	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
2.	Чем люди отличаются друг от друга? Люди отличаются друг от друга своими качествами. Хорошие качества людей (сердечность, доброжелательность). В каждом человеке есть светлые и тёмные качества.	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
3.	Какой Я – Какой Ты? Трудности второклассника в школе, дома, на улице.	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение

3класс

№	Тема	Виды деятельности
1.	Я- фантазер. Кого можно назвать фантазером, сочинителем? Фантазии и ложь.	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
2	Я и моя школа. Я и мой учитель Что такое лень? Как справляться с «Немогучками»	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
3.	Я и мои родители. Почему родители наказывают детей? Умею ли я просить прощение?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
4..	Я и мои друзья. Настоящий друг. Умею ли я дружить?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение

	Трудности в отношении с друзьями. Ссора и драка.	
5.	Что такое сотрудничество? Я умею понимать другого. Мы умеем действовать сообща. Что такое коллективная работа?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение

4 класс

№	Тема	Виды деятельности
1.	Кто Я? Мои силы, мои возможности. Мой выбор, мой путь, мой внутренний мир. Что значит верить?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
2.	Я расту, я изменяюсь. Мое детство. Я изменяюсь	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
3.	Мое будущее. Каким бы я хотел стать в будущем? Хочу вырасти здоровым человеком!	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
4.	Хочу вырасти интеллигентным человеком: что для этого нужно? Что такое идеальное Я?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение
5.	Хочу вырасти свободным человеком: что для этого нужно? Права и обязанности школьника. К чему приводит нарушение прав других людей? Как разрешать конфликты мирным путем?	Игровая Познавательная Проблемно-ценностное общение Трудовая

Тематическое планирование

1 класс.

№	Тема занятия	Часы
1	Знакомство. Введение в мир психологии.	1
2	Как зовут ребят моего класса.	1
3	Зачем мне нужно ходить в школу.	1
4	Мой класс.	1
5	Какие ребята в моем классе.	1
6	Мои друзья в классе.	1
7	Мои друзья в классе (продолжение)	1
8	Мои друзья в классе (продолжение)	1
9	Мои успехи в школе.	1
10	1Моя «учебная сила».	1
11	Радость. Что такое мимика.	1
12	Радость. Как ее доставить другому человеку.	2
13	Жесты.	2
14	Радость можно передать прикосновением.	1
15	Радость можно подарить взглядом.	1
16	Грусть.	1
17	Страх.	1
18	Страх, его относительность.	2
19	Как справиться со страхом.	1
20	Страх и как его преодолеть.	1
21	Гнев. С какими чувствами он дружит?	2

22	Может ли гнев принести пользу?	2
23	Обида.	2
24	Разные чувства.	2
25	Итоговое.	2
26	Итого	33

2 класс

№	Тема занятия	Часы
1	Мы рады встрече	1
2	Понимаем чувства другого	1
3	Мы испытываем разные чувства	1
4	Мы испытываем разные чувства	1
5	Люди отличаются друг от друга своими качествами	2
6	Хорошие качества людей	1
7	Самое важное хорошее качество	1
8	Кто такой сердечный человек	1
9	Кто такой доброжелательный человек	1
10	Трудно ли быть доброжелательным человеком	2
11	«Я желаю добра ребятам в классе»	1
12	Очищаем свое сердце	2
13	Какие качества нам нравятся друг в друге	2
14	Какими качествами мы похожи и чем отличаемся	1
15	Люди отличаются друг от друга своими качествами	1
16	В каждом человеке есть светлые и темные качества	2
17	Какой Я?	1
18	Какой Ты?	2
19	Какой Ты?	1
20	Трудности второклассника в школе, дома, на улице	1
21	Школьные трудности	2
22	Школьные трудности	1
23	Домашние трудности	1
24	Домашние трудности	2
25	Итоговое занятие	2
	Итого	34

3 класс

№	Тема занятия	Часы
1	Я-третьеклассник.	1
2	Кого можно назвать фантазером?	1
3	Я умею фантазировать!	1
4	Мои сны	1
5	Я умею сочинять!	1
6	Мои мечты	1
7	Фантазии и ложь	2
8	Я и моя школа.	1
9	Что такое лень?	1
10	Я и мой учитель	2
11	Я и мой учитель (продолжение)	1
12	Как справляться с «Немогучками»	1
13	Я и мои родители	2
14	Я умею просить прощения.	1
15	Почему родители наказывают детей?	2
16	Настоящий друг.	1

17	Умею ли я дружить?	2
18	Трудности в отношении с друзьями.	1
19	Ссора и драка.	2
20	Что такое сотрудничество?	1
21	Я умею понимать другого	2
22	Я умею договариваться с людьми.	2
23	Мы умеем действовать сообща.	1
24	Что такое коллективная работа?	1
25	Итоговое занятие.	2
	Итого	34

4 класс.

№	Тема занятия	Часы
1	Мое лето.	1
2	Кто Я?	1
3	Какой я - большой или маленький?	1
4	Мои способности	1
5	Мой выбор, мой путь.	2
6	Мой внутренний мир.	1
7	Уникальность моего внутреннего мира, уникальность твоего внутреннего мира.	1
8	Кого я могу впустить в свой внутренний мир?	2
9	Что значит верить?	1
10	Мое детство.	2
11	Я изменяюсь	1
12	Мое будущее.	2
13	Хочу вырасти здоровым человеком!	1
14	Кто такой интеллигентный человек?	2
15	Хочу вырасти интеллигентным человеком.	1
16	Что такое идеальное Я?	1
17	Кто такой свободный человек?	2
18	Права и обязанности школьника	2
19	Что такое «право на уважение»?	1
20	Права и обязанности.	2
21	Нарушение прав других людей может привести к конфликтам.	2
22	Как разрешать конфликты мирным путем?	1
23	Итоговое занятие.	2
24	Итого	34