

Рабочая программа курса внеурочной деятельности
«Вектор»

основное общее образование

Раздел 1. Результаты освоения программы внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- 1) изменение целевых и ценностных установок старших подростков с ориентацией на здоровый и безопасный образ жизни, сохранение собственного здоровья и здоровья окружающих, а также «здоровья» планеты Земля, что диктует экологическую целесообразность поведения как основу экологической культуры;
- 2) получение теоретических знаний о здоровье, здоровом и безопасном образе жизни и практических навыков его сохранения, которые подростки будут использовать;
- 3) овладение умениями принимать решения в сложных жизненных ситуациях, руководствуясь отношением к здоровью как одной из высших ценностей человеческого бытия;
- 4) овладение навыками эффективного общения, умениями выходить из конфликта в рамках коммуникативной компетентности;

- 5) формирование и развитие навыков самостоятельной деятельности, самооценки, целеполагания, самостоятельного познания и мышления, что является основой готовности к личному самоопределению;
- 6) формирование социально-позитивных жизненных установок, что демонстрирует освоенность социальных норм и правил поведения в обществе.

Раздел 2. Содержание программы внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1. «Твой жизненный выбор» (3 часа)

Осознание что такое ценностные ориентиры, какова их роль в жизни каждого человека. Умение распределять ценностные ориентиры по категориям: личные, профессиональные, российские, глобальные. Ранжирование своих ценностных ориентиров по приоритетности.

Определение понятия «здоровое поведение человека». Факторы, которые определяют здоровье человека и влияют на него. Осознание того, что поведение и образ жизни играют важную роль в судьбе человека.

Здоровье – это важнейшая жизненная ценность, в соответствии с которой следует принимать решения в различных ситуациях. Умение прогнозировать результат решения в зависимости от того, насколько оно ориентировано на здоровый образ жизни.

2. «Общение и конфликты» (4 часа)

Знание правил взаимодействия с людьми, соблюдение которых делает общение максимально эффективным. Умение воспринимать конфликты как естественное явление жизни и использовать их для своего развития и личностного роста. Умение своевременно распознавать причины конфликта. Умение самостоятельно выйти из конфликтной ситуации.

Умение формулировать свои жизненные приоритеты в условиях анонимного анкетирования.

3. «Здоровое питание и твой внешний облик» (3 часа)

Знание пи необходимости и важности питания я поддержания здоровья. Осознание того, что существует связь меду особенностями питания и здоровьем.

Знание того, что неправильное питание может приводить к различным болезням. Умение называть и определять болезни, связанные с неправильным питанием, и анализировать такие случаи в семьях.

Правила здорового питания. Оценивание своих привычек в еде, сопоставляя их с правилами здорового питания.

4. «Движение и здоровье человека» (4 часа)

Значение двигательной активности для поддержания здоровья. Применение знаний об активном образе жизни в конкретных ситуациях своего режима дня. Анализ своего образа жизни с точки зрения активного двигательного режима.

Представления о видах спорта, в том числе олимпийских. Составление индивидуального комплекса упражнений.

Различные травмы, возникающие в процессе занятий, связанных с активным движением. Знакомство с распространёнными видами травм (растяжениями, ушибами, переломами). Основные приёмы первой медицинской помощи при травмах. Выполнение рекомендаций врача при восстановлении после травм.

Влияние закаливания на здоровье человека. Основные виды закаливания.

5. «Ответственность за свою жизнь или курение?» (3 часа)

Умение делать выводы о последствиях длительного воздействия курения на организм человека.

Понимание того, что курение отрицательно влияет как на внешний вид, так и на внутренние органы человека. Знакомство с факторами опасности для здоровья, связанных с курением. Умение принимать правильное решение и делать выбор поведения в пользу здоровья, если кто-то предлагает закурить.

Общее строение дыхательной системы человека. Пути струи воздуха и дыма в органах дыхания при курении. Знание физиологических последствий курения и влияния табачной смолы на живую ткань.

6. «Здоровье и алкоголь/наркотики» (7 часов)

Умение сформулировать свою главную цель, главную мечту в жизни. Понимание, что достижение цели зависит от правильно сделанного выбора – жизни без алкоголя и наркотиков.

Умение характеризовать физический, интеллектуальный и социальный аспекты здоровья. Понимание того, что алкоголь негативно влияет на все аспекты здоровья.

Знание всех аспектов здоровья. Осознание того, что наркотики разрушают здоровье человека, его нравственные установки и ценности. Умение характеризовать духовный аспект здоровья.

Представления о влиянии алкоголя на организм человека.

Понимание того, что наркотики разрушают жизнь человека, поработщают его волю, чувства и разум.

Умение отстаивать свою точку зрения при принятии решений.

Понимание причин, которые могут привести подростка к употреблению алкогольных напитков и наркотических веществ. Нахождение и использование позитивных способов преодоления проблем и стрессов.

7. «Взрослая жизнь – это ответственность» (4 часа)

Понимание разницы между понятиями «любовь», «влюблённость» и «секс». Отрицательные последствия половых отношений в подростковом возрасте.

Знание особенностей воздействия вируса иммунодефицита человека (ВИЧ) на человеческий организм; представление о характере распространения эпидемии ВИЧ/СПИД. Знание основных путей передачи ВИЧ и мер по предупреждению заражения. Понимание того, что разумное поведение на основе правильного выбора решений позволяет избежать заражения ВИЧ. Представление о риске заражения ВИЧ в различных ситуациях.

Понимание важности создания семьи и гармоничных семейных отношений для каждого человека.

Понимание важности взаимопонимания, создания и сохранения доверительных отношений в семье.

8. «Ты и природа» (2 часа)

Понимание того, что каждый из нас своим поведением может негативно воздействовать на состояние окружающей среды. Знание определения понятия «загрязнение окружающей среды». Умение формулировать своё личное отношение к загрязнению окружающей среды.

Тесная взаимосвязь человека с окружающей его природной средой. Охрана окружающей природной среды - забота человечества о своём здоровье и о здоровье будущих поколений.

9. «Твой выбор – твоё будущее» (4 часа)

Активный образ жизни, разносторонние интересы и сознательное отношение к учению – важная основа самореализации в будущей взрослой жизни. Умение преодолевать «переживания переходного возраста». Сочетание в себе творческой энергии с дисциплиной и организованностью.

Понимание качеств человека, которые определяют его успешность. Умение преодолевать страхи, связанные с возможной неудачей. Понимание того, как добиться повышения личной самооценки.

Ценностные ориентиры и их роль в жизни каждого человека.

Умение оценивать риски, связанные со здоровьем и поведением, которые могут воспрепятствовать достижению жизненных целей.

Формы проведения мероприятий: (классные часы, викторина, час общения, экскурсионные поездки и походы, акции, ролевые игры, встречи с интересными людьми, игра-путешествие, театральное представление, тренинг, упражнения, операция, спектакль, посиделки, фронтальная беседа, конкурсная программа, игра, спортивные соревнования, проблемно – ценностное общение – зависит от направления).

В рамках данного модуля учащиеся принимают активное участие в организации мероприятий, являются первыми помощниками классного руководителя проектной деятельности, в концертной деятельности, в благотворительной деятельности – зависит от направления модуля.

Большую роль в подготовке и проведении мероприятий играют родители, общественность, социальные партнеры, которые оказывают содействие в решении возникающих вопросов, в техническом обеспечении. С родителями и с учащимися обсуждаются запланированные мероприятия, вносятся коррективы.

Раздел 3. Тематическое планирование.

№	Название темы	Основные виды деятельности	Количество часов	Дата проведения занятия
Модуль I: Твой жизненный выбор				
1	Твои жизненные ценности.	Классный час	1	03.09.2018
2	Здоровое поведение.	Час общения	1	10.09.2018
3	Как научиться принимать решения?	Тренинг	1	17.09.2018
Модуль II: Общение и конфликты				
4	Общение людей. Правила взаимодействия.	Фронтальная беседа	1	24.09.2018
5	Конфликты в нашей жизни и их причины.	Упражнения	1	01.10.2018
6	Как выйти из конфликта.	Ролевая игра	1	08.10.2018
7	Что ты выбираешь в жизни и почему? Твои приоритеты.	Тренинг	1	15.10.2018
Модуль III: Здоровое питание и твой внешний облик				
8	Зачем мы едим?	Викторина	1	22.10.2018
9	Питание и болезни.	Конкурсная программа	1	12.11.2018
10	Здоровые привычки питания.	Час общения	1	19.11.2018

Модуль IV: Движение и здоровье человека				
11	Активный образ жизни. Движение.	Игра	1	26.11.2018
12	Спорт и движение. Гимнастика. Утренняя зарядка.	Спортивные соревнования	1	03.12.2018
13	Травмы при активном движении. Приёмы первой медицинской помощи.	Игра	1	10.12.2018
14	Закаливание. Виды закаливающих процедур.	Встреча с интересными людьми.	1	17.12.2018
Модуль V: Ответственность за свою жизнь или курение?				
15	Портрет курильщика.	Тренинг	1	24.12.2018
16	Как влияет курение на внешность и на состояние внутренних органов человека.	Упражнения	1	14.01.2019
17	Физиологические последствия курения.	Игра-путешествие	1	21.01.2019
Модуль VI: Здоровье и алкоголь/наркотики				
18	Место, которое ты хочешь занять в обществе и вредные зависимости.	Классный час	1	28.01.2019
19	Алкоголь и аспекты здоровья.	Беседа	1	04.02.2019
20	Влияние наркотиков на здоровье.	Акция	1	11.02.2019
21	Алкоголь и организм человека.	Акция	1	18.02.2019
22	Наркотики и подросток.	Акция	1	25.02.2019
23	Решения, которые мы принимаем.	Круглый стол	1	04.03.2019
24	Ты в борьбе за самого себя.	Экскурсия	1	11.03.2019
Модуль VII: Взрослая жизнь – это ответственность				
25	Готов ли ты любить? Любить, доверять и быть ответственным.	Час общения	1	18.03.2019
26	Сексуальность: здоровье и опасность. СПИД.	Классный час	1	25.03.2019
27	Твоя семья в настоящем и будущем.	Театральное представление	1	01.04.2019
28	Общение родителей и детей.	Ролевая игра	1	08.04.2019
Модуль VIII: Ты и природа.				
29	Твоё поведение и загрязнение окружающей среды.	Конкурсная программа	1	15.04.2019

30	Окружающая природная среда и твоя ответственность за её состояние.	Акция	1	22.04.2019
Модуль IX: Твой выбор – твоё будущее				
31	Самоорганизация подростками своего времени.	Ролевая игра	1	29.04.2019
32	Как правильно оценить свои возможности?	Упражнения	1	06.05.2019
33	Главные ценности, которые будут определять твою жизнь.	Беседа	1	13.05.2019
34	Жизнь – это ответственность за своё поведение.	Классный час	1	20.05.2019
ИТОГО			34	