

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа имени генерал-майора Владимира Вениаминовича
Еремеева с.Нижнеаверкино муниципального района Похвистневский Самарской области

Проверено
Ответственный за ведение и контроль ВР
Е.А.Арланова
«18» августа 2022 г.

Утверждено
приказом № 92/1 - од
от «22» августа 2022 г.
Директор Л.Ю.Арланова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

внеурочного курса

«Мой выбор»

для 8 класса

Программу реализует Кондратьева Татьяна
Евгеньевна, учитель биологии и химии

Срок реализации программы: 1 год

Рассмотрена на заседании МО учителей основной школы
(название методического объединения)

Протокол № 1 от « 16 » августа 2022 г.

Руководитель МО Н.В.Малышева

I. Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочного курса «Мой выбор» разработана в соответствии с нормативно-правовыми актами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

3. Основной образовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ им. В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино;

4. Положением о рабочей программе внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им. В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино;

Цель программы: обеспечить комплексный подход к созданию условий для личностного роста обучающихся, формированию у них правовой культуры, гражданского самосознания, культуры здорового образа жизни как условия успешной социализации коррекция асоциального поведения у подростка.

Задачи программы:

- Формирование социально-компетентного, ответственного поведения.
- Развитие коммуникативных навыков.
- Формирование адекватной самооценки, позитивной Я-концепции.
- Формирование отношения к правилам и закону как регуляторам социального поведения.
- Формирование навыков преодоления стресса и противостояние групповому давлению.
- Оказание помощи подростку в осознании личностных актуальных проблем.
- Способствовать развитию умения самоконтроля.

Основные направления работы:

1. Просвещение;
2. Профилактика;
3. Коррекция.

Описание места внеурочного курса в плане внеурочной деятельности

В соответствии с планом внеурочной деятельности ГБОУ СОШ им В.В. Еремеева с. Нижнеаверкино курс «Мой выбор» реализуется в 8 классе в объеме 17 часов из расчета 1 час в I полугодии.

Формы текущего контроля и промежуточной аттестации

Для оценки планируемых результатов освоения программы используются следующие **формы текущего контроля:** беседа, групповая дискуссия, практическая работа, конкурс, рефлексия.

Форма годовой промежуточной аттестации: творческая работа в форме презентации.

II. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий:

Регулятивные УУД:

- определять цель деятельности;
- учиться обнаруживать и формулировать проблемы;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- вырабатывать навыки контроля и самооценки процесса и результата деятельности;

- навыки осознанного и произвольного построения сообщения в устной форме, в том числе творческого характера;

Познавательные УУД:

- добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя разные источники информации, свой жизненный опыт;
- перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной деятельности;

Коммуникативные УУД:

- оформлять свои мысли в устной и письменной форме с учётом речевой ситуации;
- высказывать и обосновывать свою точку зрения;
- слушать и слышать других, пытаться принимать иную точку зрения, быть готовым корректировать свою точку зрения;
- договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- задавать вопросы

Личностные УУД:

- оценивать жизненные ситуации (поступки, явления, события) с точки зрения норм морали;
- объяснять своё отношение к поступкам с позиции общечеловеческих нравственных ценностей;
- в предложенных ситуациях, опираясь на правила поведения в обществе, осмысливать как поступить;
- осознавать ответственное отношение к собственному здоровью, к окружающим.

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

№ п/п	Название тем	Содержание	Формы организации занятий	Виды деятельности учащихся
1.	Как тебя зовут?	Формирование благоприятной и доверительной атмосферы. Принятие правил групповой работы, выработка ритуала начала и окончания занятий. Упражнения «Представление по имени», «Презентация индивидуальности», «Цветик семицветик».	Беседа	1.Формируют правила групповой работы; 2.Вырабатывают привычку работать на занятиях во время групповых упражнений. 3. Выполняют игровые упражнения.
2.	Люди существуют друг для друга	Формирование представлений о правилах общения. Обсуждение понятия «общение». Обобщение, что без умения жить в согласии с другими людьми не обойтись, а для этого необходимо учиться общению. Проведение методики «Оцените свою общительность». Упражнения «Ступени общения», «Люблю – не люблю».	Практическая работа	1.Формируют представлений о правилах общения; 2.Работают в группе; 3. Выполняют игровые упражнения.
3.	Хорошо, что мы такие разные	Обсуждение понятий «толерантность», «инакость», лежащих в основе многих правовых актов. Как мы судим о людях, что является главным в их оценке, как мы относимся к непривычной внешности, непонятным для нас взглядам, к другой традиции, культуре и т.п. Упражнение «Диалектика», «...быть хорошо (плохо), потому что...»	Практическая работа	1.Обсуждают понятия «толерантность», «инакость». 2. Учатся не осуждать людей за внешность, а находить в них черты особенности. 3. Выполняют игровые упражнения.
4.	Дружба – это...	Формирование представлений о дружбе как важнейшей нравственной ценности. Выяснение представлений ребят о дружбе. Дать определение понятию «дружба». Упражнение «Скажи мне ласковое слово».	Беседа	1. Формируют представление о понятиях «дружба» и «взаимовыгода». 2. Приводят примеры дружбы из жизни 3. Выполняют игровые упражнения.
5.	Я и мои друзья	Формирование стремления к совместной деятельности, представления о правилах	Практическая работа	1.Учатся работать в группе; 2.Учатся давать характеристику о человеке

		конструктивного взаимодействия с членами группы. Проведение методики «Ваша уличная компания». Упражнение «Закончи предложение».		по его внешним проявлениям и внутренним качествам. 3. Выполняют игровые упражнения.
6.	Мои одноклассники и одноклассницы	Формирование стремления оказывать помощь и быть готовым ее принимать, терпимо относиться к различиям в поведении людей. Формирование доброжелательного отношения друг к другу, умения найти положительные качества в окружающих и высказать их. Упражнение «Кто тормоз».	Практическая работа	1.Формируют стремление оказывать помощь и быть готовым ее воспринимать; 2.Учатся терпимо относиться к различному поведению людей; 3. Формируют умение доброжелательно относиться к друг к другу.; 3. Выполняют игровые упражнения.
7.	Я и моя семья	Укрепление привязанности к членам своей семьи, обучение испытывать гордость за их достижения, быть терпимыми к их недостаткам. Формирование представления о важности семьи в жизни человека. Упражнения «Я и взрослые», «Я хочу попросить ...»	Практическая работа	1. Формирование представления о важности семьи в жизни человека. 2.Укрепляют привязанность к членам своей семьи; 3.Учатся испытывать гордость за их достижения , быть терпимым к их недостаткам; 4. Выполняют игровые упражнения.
8.	Неразлучные друзья взрослые и дети	Обсуждение понятий «семья», «родительский дом – место, где нас ждут, помнят, простят». Оформление памяток. Конкурс «Генеалогическое дерево моей семьи».	Конкурс	1. Высказывают мнение о понятиях «семья», «родительский дом»; 2. Выступают с рассказами о своих семьях; 3. Оформляют памятки для членов семьи на заданную тему; 4. Составляют генеалогическое древо своей семьи.
9.	Мир эмоций. Мои эмоции	Формирование представлений о позах и жестах, как выразительных средствах, несущих важную информацию. Упражнения «Чувства без слов», «Проявление эмоций», «Картина эмоций».	Беседа	1. Формирование представлений о позах и жестах; 2. Учатся правильно выражать свои эмоции и жестикулировать; 3.Выполняют тренинговые упражнения.
10.	Как справиться с плохим настроением	Формирование представления о том, что настроение человека – не только результат внешних обстоятельств, но и его собственных усилий. Формирование привычки справляться с раздражением и плохим настроением. Оформление памяток.	Групповая дискуссия	1. Учатся находить радостные моменты в разных ситуациях; 2. Формирование привычки справляться с раздражением и плохим настроением; 3. Создают памятку, как справляться с плохим настроением.

11.	Спокойствие, только спокойствие!	Оптимизация своего отношения к экстремальным ситуациям как преодолеваемым, при наличии не только физической, но и психологической готовности. Оформление памяток.	Групповая дискуссия	1. Учатся контролировать свои эмоции в различных ситуациях; 2. Работают в группах; 3. Создают памятку, как сдерживать эмоции.
12.	Учимся предотвращать и разрешать конфликты	Изучение и обсуждение правил выхода из конфликтных ситуаций. Оформление памятки «Учимся жить без конфликтов». Групповая дискуссия «Ответственность за исход конфликта». Упражнение «Выход из конфликта».	Практическая работа	1. Формируют умение находить выход из конфликтной ситуации; 2. Участвуют в групповой дискуссии; 3. Выполняют игровые упражнения.
13.	Что такое ответственность?	Формирование представления об ответственности за свои поступки; формирование убеждения, что умеющий нести ответственность за свои поступки, достоин уважения; развитие умения прогнозировать последствия своих поступков, умения анализировать. Групповая дискуссия «Может ли несовершеннолетний привлекаться к правовой ответственности». Упражнение «Три криминалиста».	Групповая дискуссия	1. Формируют ответственность за свои поступки. 2. Учатся видеть следствие своих поступков. 3. Участвуют в групповой дискуссии. 4. Выполняют игровые упражнения
14.	Умение принимать решение	Показать, что принятие оптимального решения возможно лишь после критического осмысления ситуации; особенности принятия персонального и коллективного решения; формирование представления о том, как отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения. Игра «Воздушный шар». Упражнения «Мои поступки», «Мой выбор», «Кино».	Практическая работа	1. Учатся принимать решение только после полного осмысления ситуации; 2. Обсуждают особенности принятия коллективного решения; 3. Учатся отстаивать свою точку зрения; 4. Выполняют игровые упражнения
15.	Говоря наркотикам «нет», ты говоришь своему здоровью «да»	Формирование убеждения, что отказ от ПАВ является признаком зрелого поведения, представления о механизмах возникновения зависимости от ПАВ и возможности противостоять этому, стойкого навыка отказа от ПАВ. Групповая дискуссия «Употребление ПАВ – дело личное». Упражнение: «Мой щит».	Практическое занятие	1. Формируют представление о вреде ПАВ; 2. Характеризуют механизмы возникновения зависимости от ПАВ и возможности противостоять этому; 3. Учатся говорить нет людям, предлагающим ПАВ. 4. Выполняют игровые упражнения.
16.	Я выбираю здоровье	Развитие знаний учащихся о здоровье и здоровом образе жизни, умения самостоятельно принимать	Практическое занятие	1. Формируют понятие «здоровье» и «здоровый образ жизни»;

		решение за сохранение своего здоровья. Игры «Угадай вид спорта», «Да – Нет», «Марионетка». Упражнения «Пословицы, поговорки», «Мифы», «Зубы дареного коня».		2. Самостоятельно ищут пути для сохранения своего здоровья; 3. Выполняют игровые упражнения.
17.	Итоговое занятие «Вокзал мечты». Годовая промежуточная аттестация	Обобщение сформированных навыков, адекватной оценки своих возможностей и умения на основе этого делать рациональный выбор. Упражнение «Чемоданчик пожеланий». Представление творческих работ.	Практическая занятие	1.Обобщают сформированные навыки, делают выводы о своей работе; 2.Адекватно оценивают свои возможности и умения на основе этого делать рациональный выбор; 3.Высказывают свое мнение и делятся творческими презентациями по курсу «Школа здоровья»; 4.Выполняют игровые упражнения; 5.Проводят рефлексию.

IV. Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения
1.	Как тебя зовут?	1	1 неделя сентября
2.	Люди существуют друг для друга	1	2 неделя сентября
3.	Хорошо, что мы такие разные	1	3 неделя сентября
4.	Дружба – это...	1	4 неделя сентября
5.	Я и мои друзья	1	1 неделя октября
6.	Мои одноклассники и одноклассницы	1	2 неделя октября
7.	Я и моя семья	1	3 неделя октября
8.	Неразлучные друзья взрослые и дети	1	1 неделя ноября
9.	Мир эмоций. Мои эмоции	1	2 неделя ноября
10.	Как справиться с плохим настроением	1	3 неделя ноября
11.	Спокойствие, только спокойствие!	1	4 неделя ноября
12.	Учимся предотвращать и разрешать конфликты	1	1 неделя декабря
13.	Что такое ответственность?	1	2 неделя декабря
14.	Умение принимать решение	1	3 неделя декабря
15.	Говоря наркотикам «нет», ты говоришь своему здоровью «да»	1	3 неделя декабря
16.	Я выбираю здоровье	1	4 неделя декабря
17.	Итоговое занятие «Вокзал мечты». Годовая промежуточная аттестация	1	4 неделя декабря

Литература для учащихся

1. Административный кодекс Российской Федерации.
2. Волков А. Волшебник Изумрудного города. – М.: Детская литература, 1985.
3. Джерома Дж. Трое в лодке, не считая собаки. Как мы писали роман. Рассказы. Рига, 1987.
4. Конвенция ООН о правах ребенка.
5. Конституция Российской Федерации.
6. Семейный кодекс Российской Федерации.
7. Твен М. Принц и нищий. – СПб.: Милета, 1992.
8. Толстой Л.Н. Рассказы и сказки. – Москва, 1991.
9. Уголовный кодекс Российской Федерации.
10. Федеральный Закон «Об основных гарантиях прав ребенка».
11. Шарль Перро. Золушка. – Ленинград, 1982.

Литература для руководителя

1. Алоева М.А. Классные часы в 5-7 класса / Под ред. Г.Н. Сибирцовой. Изд. 4-е. – Ростов н/Д: Феникс, 2005.
2. Гусева Н.А. Тренинг предупреждения вредных привычек у детей. Программа профилактики злоупотребления психоактивными веществами/ под научн. ред. Л.М. Шипицыной. – СПб.: Речь, 2005.
3. Майорова Н.П., Черурных Е.Е., Шурухт С.М. Обучение жизненно важным навыкам в школе: Пособие для классных руководителей / Под ред. Н.П. Майоровой. – СПб.: Образование - Культура, 2002.
4. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2007.
5. Имею право... О ценности жизни. Методическое пособие для родителей, психологов, педагогов / Состав. Р.Б. Зайнашева. – Уфа, 2004.
6. Педагогика временного детского коллектива. / Под ред. Э.В. Марзоевой, С.А. Горбачева. – Владивосток, 2002.
7. Прихожан А.М. Психология неудачника: тренинг уверенности в себе. – М., 1997.
8. Родионов В.А. и др. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Для учащихся 1-11-х классов. – Ярославль: Академия развития: Академия Холдинг, 2003.
9. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. – СПб.: Речь, 2007.
12. Савченко С.Ф., Ивановская О.Г., Гадасина Л.Я., Барабохина В.А., Гаврилова А.Н., Земляная Н.Н., Кудрявцева В.П. Профилактика аддиктивного поведения школьников: Учебно-методическое пособие. – СПб.: КАРО, 2006.
13. Система работы администрации школы по профилактике наркомании: планирование, комплекс административных и внеклассных мероприятий, координация действий различных структур / авт.-сост. О.В. Галичкина. – Волгоград: Учитель, 2006.
14. Система работы школы по защите прав и законных интересов ребенка / авт.-сост. Н.А. Маньшина. – Волгоград: Учитель, 2007.
15. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М., 2000.
16. Твоя жизнь – твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников /Т.М. Жирова. – Волгоград: Панорама, 2006.