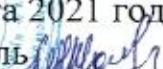


МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 10
ИМЕНИ Б.А. ПЛЕТИНЯ СЕЛА НОВОЕ СЕЛО МУНИЦИПАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ БРЮХОВЕЦКИЙ РАЙОН**

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 31 августа 2021 года, протокол № 1.
Председатель  М.Н. Макеева



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Я принимаю выбор»

Тип программы **комплексная**

Срок реализации программы **1 год**

Количество часов **34**

Возраст обучающихся **13-15 лет**

Программа разработана в соответствии с требованиями ФГОС начального общего образования, Примерной программой воспитания, одобренной федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 2 июня 2020 года № 2/20)

Автор программы:

О.Н. Мигаль, педагог-психолог

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Я принимаю вызов» составлена в соответствии с ФГОС ООО, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010г. №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (с изменениями от 29.12.2014 №1644 «О внесении изменений в приказ Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», образовательная программа основного общего образования реализуется образовательным учреждением через организацию урочной и внеурочной деятельности в соответствии с санитарно-эпидемиологическими правилами и нормами. Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью образовательного процесса в МБОУ СОШ №10 им. Б.А. Плетиня. Автор-составитель: Мигаль Ольга Николаевна, педагог-психолог.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- знания законодательства РФ в сфере предупреждения распространения и употребления ПАВ немедицинского характера;
- ориентация в системе моральных норм и ценностей как условия законопослушного поведения, здорового образа жизни и предупреждения потребления ПАВ;
- основы социально-критического мышления, способность ориентироваться в особенностях социальных отношений и взаимодействий;
- знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий, правил поведения в ситуациях социального риска.

В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:

- готовность к равноправному сотрудничеству;
- уважение к личности и ее достоинствам, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;
- устойчивость к давлению сверстников и группы, направленному на вовлечение в употребления ПАВ, и готовность противостоять им;
- уважение к ценностям семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира как условие противостояние попыткам вовлечения в потребление ПАВ;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании как важное условие предупреждение ПАВ;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства

- *В рамках деятельностного компонента* будут сформированы: - готовность и способность к организации и участию в школьных мероприятиях в пределах возрастных компетенций, в детских и молодежных общественных организациях, в волонтерской деятельности, в сфере предупреждения потребления ПАВ;
- готовность и способность к выполнению правовых норм и требований, в том числе в сфере, касающейся немедицинского потребления, незаконного распространения и оборота ПАВ;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к соблюдению моральных норм в отношении взрослых и сверстников;
- потребность участия в общественной жизни ближайшего социального окружения и в общественно полезной деятельности, связанной с проектированием моделей здорового образа жизни и профилактики потребления ПАВ;
- умение строить жизненные планы, создавать и реализовывать социальные проекты в сфере пропаганды здорового образа жизни, профилактики потребления ПАВ;

Метапредметные результаты:

❖ Коммуникативные результаты:

- 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, выражать в случае необходимости уверенный отказ при наличии рисков вовлечения в ситуации, связанные с угрозами для здоровья или асоциальным поведением:
 - определять возможные роли в совместной деятельности;
 - играть определенную роль в совместной деятельности;
 - принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, наряду с этим уметь выражать уверенный отказ при попытках вовлечения в деятельность, досуг, связанные с рисками для здоровья и асоциальным поведением;
 - договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
 - организовывать учебное взаимодействие в группе

- Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью:
- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства, отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации и с другими людьми по проблематике ЗОЖ и предотвращения рисков, связанных с употреблением ПАВ;
- предоставлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности в сфере проектирования ЗОЖ;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные под руководством учителя, по проблематике ЗОЖ.
- готовность делать осознанный выбор в ситуациях социального риска на основе ценностей правовой культуры и здорового образа жизни.

❖ Регулятивные результаты:

Умение самостоятельно определять цели обучения:

- формулировать целевые приоритеты в сфере проектирования здорового образа жизни на основе выявления определенной проблемы и существующих возможностей; как шаги достижения поставленной цели деятельности в сфере проектирования здорового образа жизни.

Умение самостоятельно планировать пути достижения целей:

- определять необходимые действия в соответствии с примерными задачами и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в сфере проектирования ЗОЖ, определять, находить, в том числе из предложенных вариантов;
- оценивать продукты своей деятельности по заданным или самостоятельно определенным в совместной деятельности в группе критериям в соответствии с целью деятельности;
- Владение навыками самоконтроля, самооценки, принятий решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности:
- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся по тематике ЗОЖ в процессе взаимопроверки;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.
 - формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ

- целенаправленно искать и использовать ИКТ ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач в сфере проектирования ЗОЖ и предотвращения рисков для здоровья, с помощью ИКТ;
- использовать компьютерные технологии для решения информационных и коммуникационных учебных задач;

❖ **Познавательные результаты:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи;
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задач\достижения целей, направленных на проектирование в сфере ЗОЖ, составлять план решения проблем по проблематике ЗОЖ. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами;
- осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планированных результатов и критерии оценки своей деятельности по проектированию ЗОЖ, осуществлять самоконтроль своей деятельности;
- оценивать свою деятельность по проектированию в сфере ЗОЖ, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- сверять свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

2.Содержание курса внеурочной деятельности

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Из них практическая часть	Краткое содержание раздела Формы организации и виды деятельности
1	Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребления ПАВ. Первичная диагностика.	2	2	Основные понятия: деловое и межличностное общение. Техника эффективного общения. Установление контакта. Обратная связь. Правила группового взаимодействия. Позитивное мышление. Языковые средства для отображения своих чувств, мыслей. Регуляция собственного речевого поведения как основа коммуникативной компетентности. Коммуникативная рефлексия. Эмпатия. Технологии невербального общения. Навыки командного взаимодействия.
2	Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений	2	1	Основные понятия: эмоции и чувства. Агрессия и причины агрессивного поведения. Способы работы с агрессией, гневом. Профилактика агрессивных проявлений. Основы саморегуляции и аутотренинга.
3	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ.	3	2	Основные понятия: продуктивное поведение в конфликте. Способы решения конфликтов. Технологии посредничества. Влияние сверстников. Положительное значение конфликта.
4	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ -	6	4	Основные понятия: Я – концепция. Саморазвитие, самореализация. Мотивация достижения успеха. Рефлексия как свойство личности. Свобода и ответственность. Умение делать выбор, самоопределение и принятие ответственных решений. Постановка и пути достижения жизненных целей.

5	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ.	6	3	Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.
6	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники, независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	6	5	Основные понятия: употребление ПАВ как социальная проблема. Правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные и ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.
7	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ.	6	6	Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Мотивация и целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Добровольчество подростков в сфере пропаганды
				ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирование лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни.
8	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поисков ресурсов для достижения цели.	3	3	Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.
9	Итоговое занятие	1		Основные понятия: обобщение опыта, заключительная диагностика.
10	ИТОГО	35	26	

5	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ.	6	3	Основные понятия: стрессоустойчивость личности. Представление о ситуациях социального риска. Самоконтроль, поиск социальной поддержки, социальная ответственность, принятие ответственности, принятие решения, положительная переоценка.
6	Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники, независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)	6	5	Основные понятия: употребление ПАВ как социальная проблема. Правовая культура. Административная и уголовная ответственность. Права и обязанности несовершеннолетних. Истинные и ложные представления о ПАВ. Критическое мышление. Навыки принятия ответственного решения. Модификация и коррекция присущих некоторым участникам группы дезадаптивных моделей поведения.
7	Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ.	6	6	Основные понятия: здоровье и здоровый образ жизни. Ценностное отношение к здоровью. Ценности здорового образа жизни. Создание условий для пропаганды и формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни в образовательной организации. Мотивация и целеполагание в сфере пропаганды здорового образа жизни. Добровольчество подростков в сфере пропаганды
				ЗОЖ как механизм интериоризации представлений о здоровом образе жизни современного человека и формирование лидерских качеств личности. Привлечение внимания подростков к проектированию собственного направления здорового образа жизни.
8	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поисков ресурсов для достижения цели.	2	2	Основные понятия: навыки построения будущего на основе полученных в ходе освоения программы знаний и практического опыта.
9	Итоговое занятие	1		Основные понятия: обобщение опыта, заключительная диагностика.
10	ИТОГО	34	25	

3.Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема занятия	Ко лич е- ств о час ов	Дата проведения занятий (план)	Дата проведения занятий (факт)
1	Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребления ПАВ. Первичная диагностика.	Тема 1.1 Практикум (тренинг) командообразование.	1		
		Тема 1.2 Практикум (тренинг) «Позитивное мышление и эффективное общение со сверстниками как факторы предупреждения вовлечения в употребление ПАВ.	1		
2	Навыки управления своими эмоциональными состояниями в условиях группового взаимодействия со сверстниками. Профилактика агрессивных проявлений	Тема 2.1 Интерактивная беседа «Эмоции и чувства. Как распознать переживания других людей и собственные эмоциональные состояния»	1		
		Тема 2.2 Практикум (тренинг) «Технологии отреагирования и саморегуляции негативных эмоциональных состояний».	1		
3	Профилактика конфликтов как фактора, провоцирующего начало употребления ПАВ.	Тема 3.1 Интерактивная беседа «Две стороны конфликта»	1		
		Тема 3.2 Игровой практикум (тренинг) «Технологии разрешения конфликтов. Способы отстаивания собственной позиции в конфликте»	1		

		Тема 3.3 Практикум (тренинг) «Посредничество в разрешении конфликта как способ восстановления отношений».	1		
4	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений как личностных факторов защиты от употребления ПАВ	Тема 4.1 Рефлексивная беседа «Я – концепция, потребность в саморазвитии, самореализации и ценностные ориентации человека»	1		
		Тема 4.2 Практикум (тренинг) «Я и мои жизненные цели»	1		
		Тема 4.3 Занятие с элементами арт-педагогики «Нарисую будущее...»	1		
		Тема 4.4 Диспут «Мой здоровый образ жизни»	1		
		Тема 4.5 Рефлексивная беседа «Свобода и ответственность. Выбор и принятие ответственных решений»	1		
		Тема 4.6 Создание и презентация творческих работ, организация выставки «Мой выбор: здоровье и успешное будущее»	1		
5	Стрессоустойчивость и навыки безопасного поведения в ситуации социального риска, связанного с ПАВ.	Тема 5.1 Рефлексивная беседа «Социальные риски, связанные с ПАВ. И безопасное поведение»	1		
		Тема 5.2 Практикум (тренинг) «Развитие стрессоустойчивости и совладающего с трудностями поведения (копинг стратегий)»	1		
		Тема 5.3 Игровой практикум (тренинг) «Как совладать со стрессом?»	1		
		Тема 5.4 Диспут «Употребление ПАВ – риск для здоровья и жизни: моя личная позиция»	1		

Тема 5.5 Интерактивная беседа «Реклама как метод воздействия на принятие решения и поведения человека»

1

Тема 5.6 Интерактивная беседа «Информационно-коммуникативная сеть Интернет как поле возможностей и сфера рисков».

1

6 Формирование устойчивого негативного отношения к употреблению ПАВ в гетерогенной группе (все участники, независимо от наличия либо отсутствия имеющегося опыта употребления ПАВ)

Тема 6.1 Рефлексивная беседа «Здоровье как важнейшая социальная ценность»

1

Тема 6.2 Рефлексивная беседа «Негативное отношение к употреблению ПАВ: моя личная позиция»

1

Тема 6.3 Практикум (тренинг) «Мой здоровый образ жизни»

1

Тема 6.4 Практикум (тренинг) с элементами арт-педагогике «Мои эмоции и чувства, связанные с употреблением ПАВ подростками и молодыми людьми»

1

Тема 6.5 Практикум (тренинг) с элементами деловой игры. Практикум (тренинг) с элементами ролевой игры «Моя правовая ответственность в сфере незаконного оборота наркотиков»

1

Тема 6.6 Создание выставки коллективных творческих работ (группа делится на 3-4 подгруппы) «Я принимаю вызов: ПАВ как риск для здоровья и успеха»

1

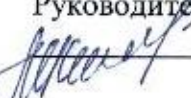
7 Пропаганда здорового образа жизни и социальное проектирование в

Дебаты «Здоровье человека – как сфера личной ответственности.

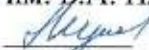
1

	сфере профилактики немедицинского употребления ПАВ.	Тема 7.2 Практикум (тренинг) с элементами подготовки к добровольчеству в сфере пропаганды ЗОЖ «Здоровый образ жизни – для меня!»	1		
		Тема 7.3 Социальное проектирование. Разработка и реализация проектов по пропаганде ЗОЖ: «Наше будущее в наших руках!»	3		
		Тема 7.4 Выставка и представление (презентация) реализованных проектов по пропаганде ЗОЖ и формированию негативного отношения к немедицинскому употреблению ПАВ	1		
8	Проектирование будущего. Закрепление навыков целеполагания и поисков ресурсов для достижения цели. Заключительная диагностика.	Тема 8.1 Практикум (тренинг) «Проектирование планов жизненной самореализации после окончания занятий по программе. Ресурсы и пути достижения поставленных целей». Заключительная диагностика	1		
		Тема 8.2 Фестиваль достижений «Здоровье, будущее, успех: «Я принимаю вызов!»	1		
9	Итоговое занятие	Обобщение опыта. Заключительная диагностика.	1		
	ИТОГО		34		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания
районного методического
объединения педагогов-психологов
муниципального образования
Брюховецкий район
от 25 августа 2021 года № 1
Руководитель РМО
 М.А. Логинова

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР
МБОУ СОШ № 10
им. Б.А. Плетиня
 В.Е.Мушникова
24 августа 2021 года