

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 ИМЕНИ М.А. ПОГОДИНА»**

Рассмотрено на заседании
методического совета
протокол
от «31» августа 2020 г. № 1

Принято на заседании
методического объединения
протокол
от «31» августа 2020 г. № 1

Утверждено приказом
МАОУ СОШ № 1
им. М.А. Погодина
от «31» августа 2020 № 193

ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Мой выбор - будущее!»
для обучающихся 7 классов
2020-2021 учебный год

**Разработчик программы: Бучинская Н.В.,
социальный педагог**

ЗАО Александровск

2020 г.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Работа по программе «Мой выбор – будущее!» направлена на достижение конкретных результатов:

- полученные знания позволят учащимся понять, почему им нужно заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни;
- подростки научатся управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими;
- учащиеся получают знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к использованию одурманивающих веществ, научатся отказываться от предложений, которые считают опасными.

Предполагаемые результаты реализации программы:

Личностные УУД:

1) самоопределение:

- мотивация учения;
- осознание себя частью семьи, страны;
- ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;

2) смыслообразования:

- убежденность и активность в пропаганде ЗОЖ, как необходимого элемента сохранения своей жизни;
- самостоятельность в принятии правильного решения;

3) нравственно-этического оценивания:

- оценивание усваиваемого содержания, исходя из социальных и личностных ценностей, обеспечивающее личностный моральный выбор;
- внимательность и вежливость во взаимоотношениях с окружающими.

Предметные УУД:

- создание условий для успешной адаптации в школе, класса;
- создание у детей представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему;
- знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
- сформированность важнейших учебных умений и действий.

Метапредметные УУД:

1) познавательные:

- формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение информации, моделирование;
- анализ с целью выделения признаков (существенных, несущественных);
- синтез как составление целого из частей, восполняя недостающие компоненты;
- выбор оснований и критериев для сравнения, сериации, классификации объектов;
- подведение под понятие, выведение следствий;
- установление причинно-следственных связей;
- построение логической цепи рассуждений;
- доказательство;
- выдвижение гипотез и их обоснование;
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера;

2) коммуникативные УУД:

- планирование (определение цели, функций участников, способов взаимодействия);
- инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов;
- управление поведением партнёра точно выразить свои мысли;

3) регулятивные УУД:

- целеполагание (постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что ещё неизвестно);
- планирование (определение последовательности промежуточных целей с учётом конечного результата; составление плана и последовательности действий);
- контроль (в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона);
- коррекция (внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его продукта);
- оценка (выделение и осознание учащимися того, что уже усвоено и что ещё подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения);
- волевая саморегуляция (способность к мобилизации сил и энергии; способность к волевому усилию – к выбору в ситуации мотивационного конфликта и к преодолению препятствий).

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие: Знакомство. (1 час)

Ознакомление с содержанием и планом курса. Обсуждение форм и методов работы на занятиях. Знакомство с правилами внутреннего распорядка, с правилами по технике безопасности во время занятий в кабинете.

2. Радуга эмоций и чувств. (6 часов)

Понятия «эмоции» и «чувства». Формы выражения эмоций, освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния. Роль эмоций и чувств в жизни человека. Негативное влияние наркотизации на способность человека управлять своими эмоциями.

3. Как научиться понимать друг друга. (5 часов)

Общение со сверстниками — важнейшая составляющая жизни подростков. Роль общения в жизни человека. Формы и методы эффективного общения со сверстниками и взрослыми. Освоение эффективных форм поведения в ситуациях, связанных с риском наркогенного заражения.

4. Секреты сотрудничества. (7 часов)

Совместная деятельность. Готовность к сотрудничеству как наиболее эффективный способ взаимодействия с людьми. Способы эффективного взаимодействия с окружающими. Нетерпимость – показатель низкой культуры. Негативное влияние наркотизации на взаимодействие людей друг с другом. Проектная деятельность.

5. Как избежать конфликтов. (7 часов)

Понятие «конфликт». Виды конфликтов. Способы эффективного общения. Освоение поведенческих схем, позволяющих избежать конфликтных ситуаций. Способы оценки своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.

6. Твоя будущая профессия. (5 часов)

Профессиональное самоопределение. «Кем быть?» Роль профессии в жизни человека. Личностные качества, необходимые человеку для освоения желаемой профессии. Негативные последствия наркотизации для профессионального становления человека. «Калейдоскоп профессий».

7. Итоговое занятие: Сильные духом. (2 часа)

Итоги работы в течение года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу. Важные шаги к самопознанию и самосовершенствованию. Проектная деятельность.

Резерв (1час)

Тематическое планирование

№ п/п	Название тематического модуля	Количество часов
1	Вводное занятие: Знакомство.	1
2	Радуга эмоций и чувств	6
3	Как научиться понимать друг друга	5
4	Секреты сотрудничества	7
5	Как избежать конфликтов	7
6	Твоя будущая профессия	5
7	Итоговое занятие: Сильные духом.	2
	Резерв	1
Итого		34

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Содержание деятельности	Дата
1.	Вводное занятие: Знакомство.	- познакомить с содержанием курса; - определить основные формы работы на занятиях; - выявить уровень социальной адаптированности в начале курса.	03.09
2.	Радуга эмоций и чувств	- развить представления у подростков о роли эмоций и чувств в жизни человека; - развитие представления о формах выражения эмоций; - освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния.	10.09
3.			17.09
4.			24.09
5.			01.10
6.			08.10
7.			15.10
8.	Как научиться понимать друг друга	- расширить представления о роли общения в жизни человека; - развитие навыков эффективного общения со сверстниками, взрослыми.	22.10
9.			29.10
10.			12.11
11.			19.11
12.			26.11
13.	Секреты сотрудничества	- развить навыки эффективного взаимодействия с окружающими; - формирование готовности к сотрудничеству как наиболее эффективному способу взаимодействия с людьми.	03.12
14.			10.12
15.			17.12
16.			24.12
17.			14.01
18.			21.01
19.	28.01		
20.	Как избежать конфликтов	- расширить представления подростков о способах эффективного общения; - освоение поведенческих схем, позволяющих избежать перерастания конфликтной ситуации в конфликт; - развить навыки оценки своего поведения и поведения окружающих.	04.02
21.			11.02
22.			18.02
23.			04.03
24.			11.03
25.			18.03
26.			25.03
27.	Твоя будущая профессия	- сформировать представления о роли профессии в жизни человека; - расширение представлений учащихся о личностных качествах, необходимых человеку для освоения желаемой профессии.	08.04
28.			15.04
29.			22.04
30.			29.04
31.			06.05
32.	Итоговое занятие: Сильные духом.	- подвести итоги работы в течение года; - выявить уровень социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты; - определить уровень самопознания и самосовершенствования.	13.05
33.			20.05
34.			27.05