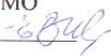


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
УПРАВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ МО «БРАТСКИЙ РАЙОН»  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ТАРМИНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

**РЕКОМЕНДОВАНО**

Заседание ШМО  
учителей гуманитарного  
цикла  
МКОУ «Тарминская СОШ»  
Протокол № 1  
от «28» августа 2024 г.  
Руководитель МО  
Иванчук Е.В. 

**РАССМОТРЕНО**

На педагогическом  
совете  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Заседание МС  
МКОУ «Тарминская СОШ»  
Протокол № 1  
от «30» августа 2024 г.  
Зам. директора по УВР  
Шимон Т.Ю. 

**УТВЕРЖДЕНО**

Приказ № 56/50д  
от «02» 09. 2024 г.  
Директор МКОУ  
«Тарминская СОШ»  
МО «Братский район»  
Игвель Ю.В. 



Рабочая программа  
внеурочной деятельности  
«Все, что тебя касается»

для учащихся 6-7 класса

**Предметная область:** «Социальная»

Тарма, 2024 г.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

1. Пояснительная записка
2. Цель и задачи преподавания (освоения) внеурочной деятельности
3. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности
4. Краткое содержание курса внеурочной деятельности
5. Календарно - тематическое планирование
6. Список литературы

Рабочая программа внеурочной деятельности «Все, что тебя касается» разработана для обучающихся 7 классов МКОУ «Тарминская СОШ»

### **Пояснительная записка**

Здоровье и здоровый образ жизни не является ценностью, когда тебе 14-17 лет. В этот период подросток не может быть сосредоточен на том, чем и так обладает в полной мере. У него другие приоритеты: он активно познает мир вокруг себя и себя в этом мире. Здоровье – не самоцель, а средство для достижения цели. Средство для того, чтобы стать независимой личностью, яркой индивидуальностью, признанным авторитетом и успешным профессионалом.

Программа «Всё, что тебя касается» основана на ценностях, актуальных для подростков 7-8-10 классов. В этом возрасте идет активный поиск ответов на множество вопросов. Кто я? Какой я? С кем я? Как меня воспринимают? Почему я так поступаю? Почему так поступают со мной? Кем и каким я буду? Именно на эти вопросы воспитанники(самостоятельно!) должны найти ответы в процессе занятий.

**Цель программы:** способствовать формированию уверенной в себе личности, уважающей себя и других, умеющей анализировать и контролировать ситуацию и свое поведение, осознающей ответственность за свое здоровье.

#### **Задачи:**

- формирование личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у обучающихся социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей ЗОЖ, действенной установки на отказ от курения, употребления алкоголя, токсикомании, наркомании;
- формирование ресурсов семьи, помогающих воспитанию у подростков законопослушного, ответственного поведения;
- формирование заинтересованного отношения к теме здоровья через «эмоциональную включенность» участники должны сформировать собственное отношение к разным формам рискованного поведения и конструктивным способом решения проблем; понять, что их здоровье - в их руках.

### **Планируемые предметные результаты освоения**

#### **Личностные УУД:**

1. самоопределение: - мотивация учения; - осознание себя частью семьи, страны; - ведение здорового образа жизни и приобретение навыка самостоятельного физического совершенствования;
2. смысл образования: - 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:**

1. создание у обучающихся представления о ценности здоровья и необходимости бережного

- отношения к нему;
2. знания и навыки, связанные с предупреждением возможного приобщения к одурманивающим веществам, умение отказываться от предложений, которые считают опасными;
  3. сформированность важнейших учебных умений и действий.

## **Метапредметные УУД:**

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;

коммуникативные:

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

регулятивные:

- 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).

Профилактическая программа «Всё, что тебя касается» предназначена для обучающихся 7 классов, рассчитана на 1 год обучения – 34 часов. Реализация занятий во внеурочной деятельности осуществляется через практические занятия.

### **Краткое содержание программы**

Занятие 1. Тема «Давайте знакомиться» Создать ощущение единой группы.

Занятие 2. Тема «Искусство общения» Знакомство процессом и техниками общения. Овладение навыками коммуникативной и социальной компетентности. Жизненные ценности. Понятие «ценность» и специфика жизненных ценностей. Конфликт между разными поколениями.

Занятие 3. Тема «Эмоции» Что такое эмоции. Позитивное и негативное влияние эмоций на развитие жизненных ситуаций. Эмоциональное состояние.

Занятие 4. Тема «Мужчина и женщина» Сохранение репродуктивного здоровья. Навыки общения с противоположным полом.

Занятие 5. Тема «Разрешаем конфликты» (конструктивное поведение в конфликтах). Конфликт. Предупреждение конфликтов. Способы позитивного выхода из конфликтных ситуаций.

Занятие 6. Тема «Критическое мышление» Понятие «критическое мышление», его аспекты и нюансы. Навыки принятия критики, полезные для формирования критического мышления.

Занятие 7. Тема «Курить или не курить» Причины и последствия курения. Критическое отношение к курению.

Занятие 8. Тема «Сопrotивление давлению» Понятие «социальное давление». Сопrotивление давлению. Стремление быть индивидуальностью.

Занятие 9. Тема «Не влезай – уььет!» Причины и последствия наркозависимости. Навык отказа от приема наркотиков, даже легких.

Занятие 10. Тема «ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить» ВИЧ/СПИД, пути передачи и способы профилактики. Толерантное отношение к больным ВИЧ-инфекцией.

Занятие 11. Тема «Развитие характера (уверенное поведение)» Способы развития характера. Приемы и техника уверенного поведения. Техника воздействия на собеседника.

Занятие 12. Тема «Я абсолютно спокоен (поведение в стрессовых ситуациях)» Типы темперамента. Методика самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния. Релаксация.

Занятие 13. Тема «Кризис: выход есть» Кризисные ситуации. Кризис – возможность для саморазвития. Стратегия поведения в кризисной ситуации.

Занятие 14. Тема «Алкоголь: мифы и реальность» Причины и последствия алкоголизма. Культура употребления спиртных напитков.

Занятие 15. Тема «Мое мнение» Собственное мнение. Способы эффективной аргументации.

Занятие 16. Тема «Толерантность» Понятие «толерантность». Навыки толерантного поведения.

Занятие 17. Тема «Мое будущее. Стратегии успеха» Здоровье молодого человека и его будущее.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ  
ПЛАНИРОВАНИЕ

7 класс

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Давайте знакомиться	2
2	Искусство общения	2
3	Эмоции	2
4	Мужчина и женщина	2
5	Разрешаем конфликты	2
6	Критическое мышление	2
7	Курить или не курить	2
8	Сопrotивление давлению	2
9	Не влезай – убьет!	2
10	ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	2
11	Развитие характера (уверенное поведение)	2
12	Я абсолютно спокоен (поведение в стрессовых ситуациях)	2
13	Кризис: выход есть	2
14	Алкоголь: мифы и реальность	2
15	Мое мнение	2
16	Толерантность	2
17	Мое будущее. Стратегии успеха	2
	Итого:	34

### Литература для педагога

1. Айзенк Р. Познай свои способности! М., 1992.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М., 1988.
3. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей. – М.: Вентана-Граф, 2003.
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии. М.: Просвещение, 1989.
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М., 1887.
6. Дубровина И.В. Школьная психологическая служба: Вопросы теории и практики. М.: Просвещение, 1991.
7. Игры: обучение, тренинг, досуг // под ред. Петрусинского В.В. М.: Новая школа, 1994.