

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Тулуна «Средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением отдельных предметов №20 «Новая Эра»

**Утверждена**  
**как составная часть ООП НОО**  
Приказ №485 от 02.09.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**курса внеурочной деятельности**  
**«ВСЁ, ЧТО ТЕБЯ КАСАЕТСЯ»**  
для обучающихся 8-9 классов

**Автор – составитель:**  
Труфанова Светлана Александровна,  
социальный педагог, 1КК

Тулун, 2024

## **I. Пояснительная записка**

### **Общая характеристика учебного курса «Всё, что тебя касается»**

Программа разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами МБОУ СОШ «Новая Эра».

### **Актуальность курса**

Актуальность курса внеурочной деятельности «Всё, что тебя касается» обусловлена соответствием её содержания требованиям Федерального государственного образовательного стандарта (ФГОС) основного общего образования, Концепции духовно - нравственного развития и воспитания личности гражданина России и направлена на формирование навыков здорового образа жизни у подростков, так как данное направление в настоящий момент является приоритетным в системе воспитания.

### **Цель программы:**

– сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

### **Задачи:**

– сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;

– дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, об их пагубном влиянии на здоровье;

– научить школьников выполнять правила личной гигиены и развить готовность на их основе самостоятельно поддерживать своё здоровье.

### **Место курса «Всё, что тебя касается»**

Программа рассчитана на 17 часов в полугодии, 1 час в неделю.

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

Основные виды деятельности: создание презентаций; выступления с докладами и сообщениями по изучаемым темам; викторины, кроссворды, игры; инсценировки.

Формы контроля результатов: выставки творческих работ обучающихся; участие в конкурсах

### **Взаимосвязь с федеральной рабочей программой воспитания**

Программа курса разработана с учетом рекомендаций федеральной рабочей программы воспитания, предполагает объединение учебной и воспитательной деятельности педагогов, нацелена на достижение всех основных групп образовательных результатов – личностных, метапредметных, предметных. Программа реализуется в рамках модуля «Внеурочная деятельность» через познавательное направление модуля. Предполагает участие в различных мероприятиях. В школе: в фестивале курсов внеурочной деятельности и дополнительного

образования, проектной деятельности, а также на индивидуальном уровне: участие в дистанционных конкурсах, курсах.

## II. Содержание курса и формы организации видов деятельности

- **Давайте знакомиться.** Познакомить участников друг с другом. Создать ощущение единой группы.
- **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.
- **Эмоции.** Что такое эмоции. Позитивное и негативное влияние эмоций на развитие жизненных ситуаций. Эмоциональное состояние.
- **Мужчина и женщина.** Правила безопасного сексуального поведения и связь с сохранением репродуктивного здоровья. Навыки общения с противоположным полом.
- **Курить или не курить.** Причины и последствия курения. Критическое отношение к курению.
- **Сопrotивление давлению.** Понятие «социальное давление». Сопrotивление давлению. Стремление быть индивидуальностью.
- **Наркотики: не влезай – убьет!** Причины и последствия наркозависимости. Навык отказа от приема наркотиков, даже легких.
- **ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить.** ВИЧ/СПИД, пути передачи и способы профилактики. Толерантное отношение к больным. ВИЧ-инфекцией.
- **Я абсолютно спокоен** (поведение в стрессовых ситуациях). Типы темперамента. Методика самоконтроля и оценки собственного эмоционального состояния. Релаксация.
- **Кризис: выход есть.** Кризисные ситуации. Кризис – возможность для саморазвития. Стратегия поведения в кризисной ситуации.
- **Алкоголь: мифы и реальность.** Причины и последствия алкоголизма. Культура употребления спиртных напитков.
- **Мое мнение.** Собственное мнение. Способы эффективной аргументации.
- **Мое будущее.** Стратегии успеха. Здоровье молодого человека и его будущее. Проектирование собственного будущего.

### **III. Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

#### **Личностными результатами внеурочной деятельности являются:**

- формирование духовно-нравственных качеств, приобретение знаний о принятых в обществе нормах отношения к памятникам культуры, к людям, к окружающему миру;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности.

#### **Метапредметными результатами внеурочной деятельности являются:**

- расширении круга приёмов составления разных типов плана;
- расширении круга структурирования материала;
- умении работать со справочными материалами и Интернет-ресурсами, планировать волонёрскую деятельность;
- обогащении ключевых компетенций (коммуникативных, деятельностных и др.);
- умении организовывать волонёрскую деятельность;
- способности оценивать одноклассников.

#### **Предметными результатами внеурочной деятельности:**

- обучение психологическим знаниям и умениям, позволяющим подросткам лучше понимать себя;
- обучение методикам проведения некоторых досуговых форм;
- знакомство с технологией социальной акции и проведения социальных дел;
- обучение основам работы с различными видами информации;
- знакомство с интерактивными методами обучения, современными социальными технологиями;
- обучение методике социального проектирования;
- расширение навыков работы с информацией;
- специальная подготовка волонтеров по работе с людьми различных социальных категорий (дети с ограниченными возможностями здоровья, подростки девиантного поведения).

#### **Формы контроля:**

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (конкурсы, игры, тренинги), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии.

#### IV. Тематическое планирование

Таблица №1. Тематическое планирование для обучающихся ?? класса

№	Тема	Кол-во часов	Формы занятий	ЭОР
1	Давайте знакомиться	1	Практические упражнения.	<a href="https://admin.tomsk.ru/site/core.nsf/86e17c84f111581147257a87003b94c5/ae5d3726888994db47258042000abbb6/\$FILE/%D0%92%D1%81%D1%91,%20%D1%87%D1%82%D0%BE%20%D1%82%D0%B5%D0%B1%D1%8F%20%D0%BA%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%8F.%20%D0%A2%D0%BE%D0%BC%204.pdf">https://admin.tomsk.ru/site/core.nsf/86e17c84f111581147257a87003b94c5/ae5d3726888994db47258042000abbb6/\$FILE/%D0%92%D1%81%D1%91,%20%D1%87%D1%82%D0%BE%20%D1%82%D0%B5%D0%B1%D1%8F%20%D0%BA%D0%B0%D1%81%D0%B0%D0%B5%D1%82%D1%81%D1%8F.%20%D0%A2%D0%BE%D0%BC%204.pdf</a>
2	Искусство общения	1	Практическая работа	<a href="https://fcprc.ru/metodicheskie-razrabotki/">https://fcprc.ru/metodicheskie-razrabotki/</a>
3	Эмоции	1	Деловая игра	<a href="https://elar.usfeu.ru/bitstream/123456789/2610/1/Kiseleva_L.A_2007.pdf?ysclid=m0m6lf4lg644056137">https://elar.usfeu.ru/bitstream/123456789/2610/1/Kiseleva_L.A_2007.pdf?ysclid=m0m6lf4lg644056137</a>
4	Мужчина и женщина	1	Лекция	<a href="https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/3338/start/">https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/3338/start/</a>
5	Курить или не курить.	1	Беседа	<a href="https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/5475/start/98946/">https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/5475/start/98946/</a>
6	Сопротивление давлению.	2	Беседа. Практическая работа	
7	Наркотики: не влезай – убьет!	1	Дискуссия	<a href="https://fcprc.ru/metodicheskie-razrabotki/">https://fcprc.ru/metodicheskie-razrabotki/</a>
8	ВИЧ/СПИД: мы знаем, как себя защитить	1	Беседа	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5833/start/148589/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5833/start/148589/</a>
9	Я абсолютно спокоен	1	Беседа	<a href="https://psy.su/content/files/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%83%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9.pdf">https://psy.su/content/files/%D0%9C%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%87%D0%BA%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D1%83%D1%87%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D0%B9.pdf</a>
10	Кризис: выход есть	2	Социальная практика. Диспут	
11	Алкоголь: мифы и реальность	1	Познавательная игра	<a href="https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/4817/start/104475/">https://www.reshe.edu.ru/subject/lesson/4817/start/104475/</a>

<b>12</b>	Мое мнение	2	Беседа. Тренинг	
<b>13</b>	Мое будущее.	2	Беседа. Дискус сия	<a href="https://vbudushee.ru/upload/lib/Ya_i_moi_vibor_8_11kl.pdf?ysclid=m0m6q9xbvu768753731">https://vbudushee.ru/upload/lib/Ya_i_moi_vibor_8_11kl.pdf?ysclid=m0m6q9xbvu768753731</a>

## Список литературы и используемых источников

1. Методическое пособие по формированию здорового образа жизни у подростков по программе «Всё, что тебя касается» // коллектив авторов «Здоровая Россия».
2. Безруких М.М., Макеева А.Г., Филиппова Т.А. Все цвета, кроме черного: Книга для родителей. – М.: Вентана-Граф, 2003.
3. Воспитательный потенциал семьи и социализация детей // Педагогика. 1999. № 4.
4. Макеева А.Г. Все цвета, кроме черного: Семейная профилактика наркотизма: Книга для родителей / Под ред. М.М.Безруких. – М.: Просвещение, 2005.
5. Макеева А.Г. Не допустить беды: Педагогическая профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя / Под ред. М.М. Безруких. – М.: Просвещение, 2004.
6. Макеева А.Г. Как уберечь ребенка от курения и знакомства с алкоголем. – М.: Вентана-Граф, 2004.
7. Петракова Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков. М., 2007.
8. Спиваховская А.С. Детско-родительские отношения. СПб., 2005.
9. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Регуш. СПб., 2005