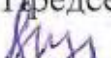


ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ
«МОСКОВСКОЕ СРЕДНЕЕ СПЕЦИАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА № 1(ТЕХНИКУМ)»
ДЕПАРТАМЕНТА СПОРТА
ГОРОДА МОСКВЫ

«РАССМОТРЕНО»

На заседании МО естественно-
математического цикла
Пр.№1 от 25.08.2020 г.
Председатель МО
 В.А. Ковалева

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МССУОР № 1»

комспорта

Д.В. Мусульбес



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ВНЕУРОЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

«ВСЕ ЦВЕТА КРОМЕ ЧЕРНОГО»

5-8 КЛАСС

на 2020/2021 учебный год

Планируемые результаты освоения обучающимися программы курса внеурочной деятельности «Все цвета, кроме черного»

І. Планируемые результаты обучения

Работа по программе «Все цвета, кроме чёрного» 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 получат 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, 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 выражать свои мысли;

3) регулятивные УУД:

- 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).

II. Содержание курса внеурочной деятельности 5 класс

Вводное занятие: Будем знакомы!

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.

Кто умеет жить по часам.

Режим дня. Роль режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное и т. д.). Собственный режим дня с точки зрения его влияния на здоровье. Планирование собственного режима дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома и т. д.

Внимание: Внимание!

Внимание – одна из психических функций человека. Роль внимания для успешной учебы. Оценка подростками собственной внимательности. Методы и способы развития внимательности. Негативное влияние психоактивных веществ на характеристики внимания.

Секреты нашей памяти.

Память — одна из психических функций человека. Виды памяти. Роль памяти для успешной деятельности человека. Анализ уровня развития различных видов собственной памяти, оценка личностных особенностей памяти. Методы и способы развития памяти. Негативные последствия употребления психоактивных веществ для характеристик памяти.

Homo sapiens — человек разумный.

Мышление. Виды мышления. Роль мышления в познавательной деятельности. Эффективная организация учебной деятельности. Негативное влияние наркотизации на интеллектуальные способности человека.

Какой ты человек.

Характер. Свойства характера. Особенности своего характера. Адекватная оценка собственных поступков и поступков окружающих. Характер человека как результат его работы над собой. Ответственности за свое будущее.

Что я знаю о себе.

Роль личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним. Формирование адекватной самооценки. Развитие стремления к самосовершенствованию.

Итоговое занятие: Вот и закончился год!

Итоги работы в течение года. Учащиеся с помощью учителя обобщают все, что они узнали о себе, своих психофизиологических особенностях и личных качествах, и заносят все сведения в сводную таблицу.

Резерв -1 час.

6 класс

Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!

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.

Радуга эмоций и чувств

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.

Как научиться понимать друг друга

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.

Секреты сотрудничества

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.

Как избежать конфликтов.

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.

Твоя будущая профессия.

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».

Итоговое занятие: Сильные духом.

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 – 2 часа.

7 класс

Вводное занятие: «И снова здравствуйте!»

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.

Пишем книгу рекордов.

Пишем книгу рекордов. Выдающиеся люди. Как стать самым-самым. «Лестница успеха». Творческий проект. Правила здорового питания.

Ученые - свет.

Образование в жизни человека. Выдающиеся русские ученые в области биологии и медицины. Образование и самообразование. Самообразование — путь к успеху. Обсуждение проекта «Учиться или не учиться — вот в чем вопрос». Презентация исследовательского проекта «Учиться или не учиться — вот в чем вопрос». Творческая игра «Устав моей школы».

За компанию.

Человек в группе. Какие бывают группы. Межличностные отношения в подростковых группах. Виды межличностных отношений. Товарищество. Дружба. Правила дружбы. Секреты этикета. Что можно, чего нельзя и что за это бывает. Правила этикета.

Можно ли избежать конфликтов?

Понятие «конфликт». Виды конфликтов и причины их возникновения. Способы эффективного общения. Умение правильно слушать. Конфликтные ситуации и их разрешение. Способы оценки своего поведения и поведения окружающих. Методы регуляции своего эмоционального состояния в конфликтной ситуации.

Интересные маршруты.

История моего края: вчера, сегодня, завтра.

Театральные подмостки.

Театр жив. Проект «Творческие люди нашего края». Разработка сценария, распределение ролей и репетиция представления «Сам себе я помогу и здоровье сберегу!».

О спорте и не только.

Выдающиеся спортсмены нашего училища.

Проект « Олимп-ура!».

Подведение итогов.

Практикум.

Резерв – 1 час.

**Тематическое планирование
5-6 класс**

№ п/п	Название тематического модуля	Количество часов
1	Вводное занятие: Будем знакомы!	1
2	Кто жить умеет по часам	4
3	Внимание: Внимание!	8
4	Секреты нашей памяти	8
5	Номо sariens – человек разумный	8
6	Какой ты человек	7
7	Что я знаю о себе	7
8	Волонтерское движение	7
9	Твори добро!	5
10	Звуки музыки прекрасной	8
11	Что такое смелость	6
Резерв		1
Итого		70

7 класс

№ п/п	Название тематического модуля	Количество часов
1	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	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		2
Итого		35

8 класс

№ п/п	Название тематического модуля	Количество часов
1	Вводное занятие	1
2	Пишем книгу рекордов	4
3	Ученье - свет	7
4	За компанию	4
5	Можно ли избежать конфликтов?	5
6	Интересные маршруты	5
7	Театральные подмостки	4
8	О спорте и не только	3
9	Подведение итогов. Практикум	1
Резерв		1
Итого		35

Формы организации деятельности учащихся

Рабочая программа предусматривает применение различных форм организации деятельности учащихся, отличных от урочных: групповая работа, коллективная (парная) работа, индивидуальная работа.

Форма организации	Вид деятельности
Групповая	Практические работы Творческие проекты
Коллективная	Беседы Дебаты Просмотр кинофильмов и презентаций Выставки рисунков
Индивидуальная	Исследовательская работа Творческие проекты

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности 5-6 класс

Тема занятия	Количество часов	Характеристика учебной деятельности
Вводное занятие: Будем знакомы!	1.	- познакомить с содержанием курса; - определить основные формы работы на занятиях; - выявить уровень социальной адаптированности в начале курса.
Кто жить умеет по часам	4	- развивать представления подростков о роли режима дня в жизни человека (его влиянии на здоровье, возможности реализовывать намеченное); - формирование навыков оценки собственного режима дня с точки зрения его влияния на здоровье; - формировать навык планирования собственного режима дня с учетом особенностей своей учебной, внеучебной нагрузки, занятости дома.
Внимание: внимание!	8	- расширить представление подростков о роли внимания для успешной учебы; - выявление способностей оценивать собственную внимательность; - развитие представления о негативном влиянии психоактивных веществ на характеристики внимания; освоение навыков развития внимательности.
Секреты нашей памяти	8	- развить представления подростков о роли памяти для успешной деятельности человека; - учить анализировать уровень развития различных видов собственной памяти;
Номо sapiense - человек разумный	8	- развить представления подростков о роли мышления, познавательной деятельности в жизни человека; - формирование навыков эффективной организации учебной деятельности; - закрепить представления о негативном влиянии

		наркотизации на интеллектуальные способности человека.
Какой ты человек	7	-развить представления подростков о том, как формируется характер, об особенностях своего характера; - развитие умения адекватно оценивать собственные поступки и поступки окружающих; - формировать у подростков понятия ответственности за свое будущее, объяснить, что характер - результат его работы над собой.
Что я знаю о себе	7	- сформировать у подростков адекватной самооценки; - развитие представления о роли личной активности человека в достижении желаемого, личной ответственности за происходящее с ним; - развить стремление к самосовершенствованию.
Волонтерское движение	7	- оказание безвозмездной помощи людям, нуждающимся в ней; - безвозмездное участие в общественно значимых мероприятиях с согласия их организаторов; - формирование гражданской позиции, самоорганизации, чувства социальной ответственности, солидарности, взаимопомощи и милосердия в обществе.
Твори добро!	5	обучение молодых граждан определенным трудовым навыкам и стимулирование профессиональной ориентации; - получение навыков самореализации и самоорганизации для решения социальных задач; - гуманистическое и патриотическое воспитание; - формирование кадрового резерва; - распространение идей и принципов социального служения среди населения.
Звуки музыки прекрасной	8	формирование музыкальной культуры личности, как части ее духовной культуры.
Что такое смелость	6	Смелость - это важная особенность в человеке. Нет смелости - нет достижений в жизни, нет крепкой уверенности в том что в нужное время не будет выявлена эта черта. Смелость важна для опыта, и понимай многих жизненных факторов. Она выявляется в действиях ,а не в словах.
Итоговое занятие:	1.	- подвести итоги работы в течение года; - выявить уровень социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать результаты.
Итого	70	

7 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика учебной деятельности
1.	Вводное занятие: Вот и стали мы на год взрослей!	1.	- познакомить с содержанием курса; - определить основные формы работы на занятиях; - выявить уровень социальной адаптированности в начале курса.
2.	Радуга эмоций и чувств	6.	- развить представления у подростков о роли эмоций и чувств в жизни человека; - развитие представления о формах выражения эмоций; - освоение навыков регуляции своего эмоционального состояния.
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.	Как научиться понимать друга	5.	- расширить представления о роли общения в жизни человека; - развитие навыков эффективного общения со сверстниками, взрослыми.
9.			
10.			
11.			
12.			
13.	Секреты сотрудничества	7.	- развить навыки эффективного взаимодействия с окружающими; - формирование готовности к сотрудничеству как наиболее эффективному способу взаимодействия с людьми.
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.	Как избежать конфликтов	7.	- 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.
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.	Твоя будущая профессия	5.	-сформировать представления о роли профессии в жизни человека; - расширение представлений учащихся о личностных качествах, необходимых человеку для освоения желаемой профессии.
28.			
29.			
30.			
31.			
32.	Итоговое занятие: Сильные духом.	2.	- подвести итоги работы в течение года; - выявить уровень социальной адаптированности в конце курса, сравнить и проанализировать

33.			результаты; - определить уровень самопознания и самосовершенствования.
34.	Резерв	2.	
35.			

8 класс

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Характеристика учебной деятельности
1.	Вводное занятие: «И снова Здравствуйте!»	1.	-Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми; извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста; -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя; -осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
2.	Пишем книгу рекордов	4.	-Овладевать навыками самоконтроля в общении со сверстниками и взрослыми; извлекать с помощью учителя необходимую информацию из литературного текста; -определять и формулировать цель деятельности на занятии с помощью учителя; -осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению.
3.			
4.			
5.			
6.	Ученье - свет	7.	-Строить речевое высказывание в устной форме; -распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей с помощью учителя; исследовать свои качества и свои особенности; -рассуждать, строить логические умозаключения с помощью учителя; -наблюдать и моделировать ситуацию с помощью учителя; -развивать произвольное внимание.
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.	За компанию	4.	-Учиться доверительно и открыто говорить о своих чувствах; -работать в паре и в группе; -выполнять различные роли -слушать и понимать речь других ребят; -осознавать особенности позиции ученика и - учиться вести себя в соответствии с этой позицией; -проявление заботы о человеке при групповом взаимодействии; -выполнять правила поведения в обществе, семье, со сверстниками, правила игрового общения, о правильном отношении к собственным ошибкам, к победе, поражению.
14.			
15.			
16.			

17.	Можно ли избежать конфликтов?	5.	-Анализировать и сопоставлять, обобщать, делать выводы; проявлять настойчивость в достижении цели; -налаживать контакт с людьми; -соблюдать правила игры и дисциплину; взаимодействовать правильно с партнерами по команде (терпимо, имея взаимовыручку и т.д.).
18.			
19.			
20.			
21.			
22.	Интересные маршруты	5.	-Формировать ценностные ориентиры, основанные на идеях убежденности и важности ответственного поведения; формировать мотивации на посильное и созидательное участие в жизни общества; - осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета, бесед с представителями людьми разных профессий; -анализировать, сравнивать, обобщать факты и явления; формировать уважительное отношение к людям старшего поколения.
23.			
24.			
25.			
26.			
27.	Театральные подмостки	4.	-Самостоятельно создавать алгоритм деятельности при решении проблем творческого и поисково-го характера; -принимать другое мнение и позицию; -допускать существование различных точек зрения; -использовать адекватно речевые средства для решения различных коммуникативных задач.
28.			
29.			
30.			
31.	О спорте и не только	3.	-Формировать установки на здоровый образ жизни, представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему; -повышать уровень знаний подростков о вреде курения, употребления алкоголя и наркотиков. умение дифференцировать полученную информацию; -выражение своих мыслей и аргументация своего мнения во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками; -демонстрировать уверенное поведение в ситуации отказа.
32.			
33.			
34.	Подведение итогов	1.	-Самостоятельно создавать способы решения проблем творческого и поискового характера; -применять методы информационного поиска, в т. ч. с помощью компьютерных средств; -осуществлять рефлексию способов и условий действия, контроль и оценку процесса и результатов деятельности.
35.	Резерв	1.	

