

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Рудовская средняя общеобразовательная школа

<p>Согласовано Руководитель ШМО <i>В. П. Таюрская</i> В. П. Таюрская Протокол № 1 от «30» августа 2024 г.</p>	<p>Согласовано Заместитель директора школы по УВР <i>С. М. Шевцова</i> С. М. Шевцова Протокол № 1 от 30.08.2024г.</p>	<p>Утверждаю Директор МКОУ Рудовская СОШ <i>О. А. Кислицына</i> О. А. Кислицына Приказ № 139-од от «02» сентября 2024 г.</p>
---	---	--



Рабочая программа

**элективного курса «Полезные навыки» для
обучающихся 8 класса**

Уровень обучения: основное общее образование

с. Рудовка
2024г.

Планируемые результаты

Личностными результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Полезные навыки» является формирование следующих умений:

- Определять и высказывать правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

Метапредметными результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Полезные навыки» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Регулятивные УУД:

- Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.
- Средством формирования этих действий служит технология оценивания образовательных достижений (учебных успехов).

Познавательные УУД:

- Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.
- Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

Коммуникативные УУД:

- Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи.
- Слушать и понимать речь других.
- Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

Предметные:

В результате изучения курса обучающиеся получают возможность:

- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- узнать об инструкциях и правилах прочтения;
- научиться различать рискованные ситуации и избегать их;
- определять связь поступков и решений;
- объяснять шаги принятия решений;
- узнать об опасностях употребления вредных веществ;
- узнать о факторах, влияющих на здоровье;
- получить представление о признаках здорового человека

Введение в курс. Первичная диагностика	Развитие интереса у учащихся к проблемным вопросам курса, стремление к самосовершенствованию. Опрос «Пре-тест», развитие рефлексивных навыков подростков
Информация о ПАВ, ВИЧ/СПИД	
Цель: Развитие компетентности в вопросе о ПАВ, ВИЧ/СПИД	
Развлечения в компании.	Способствовать сознательному выбору подростками здоровых и безопасных развлечений в компании.
ПАВ	Формирование безопасного поведения в отношении ПАВ
Свобода и наркотики	Формирование у учащихся представления о наркотической зависимости.
Вич/СПИД	Дать информацию о ВИЧ и СПИД.
Развитие личностной компетентности детей	
Цель: осознание подростками самоизменения, развитие интереса у учащихся к самому себе.	
Мои ценности.	Способствовать осознанию учениками собственных ценностей, в том числе здоровья.
Красота и здоровье.	Продемонстрировать подросткам, что понятия «красота» и «здоровье» взаимосвязаны.
Возраст, доверие и независимость.	Способствовать осознанию подростками своих изменений.
Развитие социальной компетентности	
Цель: формирование у подростков стремления к саморазвитию и самореализации	
Мое настроение и общение с людьми	Способствовать формированию у подростков навыков взаимодействия с людьми.
Тренинг навыков невербального общения.	Способствовать формированию у подростков навыков невербального общения.
Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения	Предоставить учащимся возможность тренировать неагрессивное отстаивание своего мнения.
Моя семья	Формирование готовности к сотрудничеству при возникновении проблемных ситуаций в семье.

Модная тема.	Формирование понимания важности критической оценки существующих модных стандартов.
--------------	--

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА «Полезные навыки».

Программа включает себя четыре раздела:

- Раздел 1. Информация о ПАВ, ВИЧ/СПИИД
- Раздел 2. Развитие личностной компетентности детей
- Раздел 3. Развитие социальной компетентности
- Раздел 4. Мое здоровье

В каждое занятие включены упражнения, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы, социально-коммуникативных навыков.

Структура каждого занятия включает в себя:

1. Вступление. Ритуал приветствия.
2. Разминка.
3. Основная часть.
4. Заключительная часть. Ритуал прощания.

Содержание

Тема 1. Введение в курс. Первичная диагностика.

Тест «Конфликтная ли вы личность?», тест «Общительны ли вы?», тест «Уровень коммуникативного контроля в общении», диагностика уровня самооценки. Опрос «Пре-тест».

Тема 2 Развлечения в компании.

Разговор о досуге и развлечениях подростков. Обсуждение последствий употребления наркотиков для «развлечения». Перечисление здоровых и безопасных способов развлечения в компании.

Тема 3 ПАВ Обсуждение влияния ПАВ на людей. Обсуждение правил безопасного поведения в отношении ПАВ

Тема 4 Свобода и наркотики Основные понятия: свобода и рабство; психологическая зависимость от наркотика; эйфория. Формирование у учащихся представления о наркотической зависимости.

Тема 5 Вич/СПИД Рассказ о воздействии ВИЧ на иммунную систему человека, какие симптомы ВИЧ и СПИД. Дать информацию о пунктах анонимной диагностики ВИЧ.

Тема 6 Мои ценности.

Понятие ценность. Помощь учащимся осознать собственные ценности. Влияние ценностей на жизненные цели человека. Ценность здоровья для осуществления жизненных целей.

Тема 7. Красота и здоровье. Подростки высказывают свои представления о красоте. Связь красоты и здоровья. Способствовать формированию осознанного отношения к здоровью как ценности.

Тема 8. Возраст, доверие и независимость. Обсудить с подростками изменения возрастного характера в применении к отношениям с людьми. Способствовать установлению дружеских отношений с одноклассниками.

Тема 9. Мое настроение и общение с людьми. Перечисление способов сохранения хорошего настроения. Предоставление ученикам возможности оценить собственные навыки взаимодействия.

Тема 10. Тренинг навыков невербального общения. Предоставление ученикам возможности оценить собственные навыки невербального общения. Предоставление ученикам возможности тренировать навыки невербального общения.

Тема 11. Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения

Самооценка агрессивности – пассивности. Обсуждение причин пассивного поведения и выгоды неагрессивного отстаивания своего мнения. Тренировка навыка неагрессивного отстаивания своего мнения в ролевой игре

Тема 12. Моя семья. Развитие представления о ценности семейных отношений, ответственности членов семьи друг перед другом. Формирование готовности к сотрудничеству при возникновении проблемных ситуаций в семье. Углубление знаний о вариантах компромиссного поведения, позволяющего избежать конфликтов в семье. Анализ негативного влияния наркотизации на развитие семейных отношений.

Тема 13. Модная тема. Расширение представления о социальной роли моды как отражение эстетических стандартов общества. Формирование понимания важности критической оценки существующих модных стандартов, необходимости осознанного подхода модного стандарта.

Тема 14. Здоровье – это здорово

Обсуждение с детьми понятия здоровое/здоровье и нездоровое/нездоровье. Факторы поддержания и сохранения здоровья человека.

Развитие ценностного отношения к своему здоровью, представления о роли здоровья в достижении жизненных целей. Добиться понимания детьми, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а высокое качество жизни.

Тема 15. Положительный образ Я. Рассмотрение образов, ассоциирующихся с понятиями: здоровый человек, алкоголик, наркоман. Обсуждение постановки детьми личной цели – быть здоровым.

Тема 16-17 Игра «Конкурс знатоков». Итоговая диагностика.

Игра «Конкурс знатоков». Тест «Конфликтная ли вы личность?», тест «Общительны ли вы?», тест «Уровень коммуникативного контроля в общении», диагностика уровня самооценки. Опрос «Пост-тест

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Общее количество часов
I	Введение	1
1.1.	Опрос «Пре-тест»	1
II	Информация о ПАВ, ВИЧ/СПИД	4
2.1.	Развлечения в компании.	1
2.2.	ПАВ	1
2.3.	Свобода и наркотики	1
2.4.	Вич/СПИД	1
III	Развитие личностной компетентности	3
3.1.	Мои ценности.	1
3.2.	Красота и здоровье.	1
3.3.	Возраст, доверие и независимость.	1
IV	Развитие социальной компетентности	5
4.1.	Мое настроение и общение с людьми	1
4.2.	Тренинг навыков невербального общения.	1
4.3	Тренинг неагрессивного отстаивания своего мнения	1
4.4.	Моя семья	1
4.5.	Модная тема.	1
V	Мое здоровье	2
5.1.	Здоровье – это здорово	1
5.2.	Положительный образ Я	1
VI	Заключение	2
6.1.	Игра «Конкурс знатоков». Пост- тест.	2
	ИТОГО	17