

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №8

РАССМОТРЕНО
на заседании МО классных
руководителей
Протокол №1 от 29.08.2022 г.
Председатель МО Е.В. Коняева

СОГЛАСОВАНО
Председатель МС
В.В.Шилова
Протокол № от 31.08.2022 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ №8
Т.В. Черданцева
Приказ № 166 от 31.08.2022 г.

Программа внеурочной деятельности

«Путь к успеху»

Класс: 5б
Учебный год: 2022 – 2023

Учитель: Цой Е.А.

Программа курса «Путь к успеху» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (далее – ФГОС) и с учетом Примерной основной образовательной программы основного общего образования, Примерной программы воспитания. В ней учтены идеи и положения Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года; Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, которые обеспечивают воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности обучающегося, формирование российской гражданской идентичности; духовно-нравственное развитие, воспитание обучающихся и сохранения их здоровья; овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования, целостность общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся, коммуникативных качеств личности.

Курс «Путь к успеху» направлен на формирование и развитие у обучающихся осознания и принятия ценностей человеческой жизни, активного и заинтересованного отношения к познанию мира, социальной активности, уважения закона и правопорядка, умения соизмерять свои поступки с нравственными ценностями, уважать других людей, уметь вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов, осознанно выполнять правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, ориентироваться в мире профессий.

Программа учитывает подходы к позитивной социализации и индивидуализации обучающихся, оптимальному социальному, личностному, познавательному и физическому развитию, сохранению психического и психологического здоровья и благополучия, а также формированию позитивного мировосприятия в соответствии с Концепцией информационной безопасности детей. Содержание программы включает подходы к укреплению здоровья населения, существенному снижению уровня социально значимых заболеваний, созданию условий и формированию мотивации для ведения здорового образа жизни, реализуемые в рамках Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года:

- формирование у различных групп населения, особенно у подрастающего поколения, мотивации для ведения здорового образа жизни путем повышения информированности граждан через средства массовой информации о влиянии на здоровье негативных факторов и возможности их предупреждения, привлечения к занятиям физической культурой, туризмом и спортом, организации отдыха и досуга независимо от места жительства, а также разработка механизмов поддержки общественных инициатив, направленных на укрепление здоровья населения;
- осуществление в общеобразовательных организациях профилактических программ, направленных на недопущение потребления алкоголя и табачных изделий детьми и подростками.

Программа курса учитывает подходы, отраженные в Концепции развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года:

- содействие созданию условий для сохранения и укрепления психологического и психического здоровья и развития обучающихся, оказание им психологической поддержки и содействия в трудных жизненных ситуациях;

- организация и участие в мероприятиях по профилактике и коррекции отклоняющегося (агрессивного, аддиктивного, виктимного, суицидального и т. п.) и делинквентного (противоправного) поведения детей, молодежи с учётом возрастных и индивидуальных особенностей;
- сохранение и укрепление здоровья обучающихся, включая применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, мониторинг здоровья, оптимизацию нагрузки обучающихся, формирование культуры здоровья и здорового образа жизни;
- профессиональная помощь в преодолении школьной тревожности, страхов, фобических, аффективных и личностных расстройств.

Курс «Путь к успеху» нацелен на создание в общеобразовательной организации оптимальных условий для:

- развития у обучающихся навыков самостоятельного и разумного выбора;
- построения успешной траектории развития с учетом ценностей здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам и зависимостям;
- формирования факторов защиты обучающихся от вовлечения их в деструктивные формы поведения.

В соответствии с целью курс «Путь к успеху» призван:

- обеспечить развитие интеллектуального, морального, социокультурного, эстетического и физического развития личности обучающегося (в т. ч. расширение социально значимых знаний);
- способствовать: формированию ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции обучающихся в различных видах человеческой деятельности и жизни; развитию морально-волевых качеств обучающегося, его духовно-нравственной культуры, культуры поведения на основе жизненных ценностей;
- содействовать пониманию необходимости сохранять свое здоровье как общественную и индивидуальную ценность;
- способствовать предупреждению развития зависимого поведения через: расширение представлений о негативных последствиях вредных привычек для здоровья, красоты, финансовой сферы, взаимоотношений с другими людьми; формирование знаний о том, как к вредным привычкам относятся в культуре, искусстве, мировых религиях; развитие личностных ресурсов, формируя жизненно важные умения и навыки: грамотно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми; бороться со стрессовыми и конфликтными ситуациями; критически мыслить; уметь говорить «нет»; самостоятельно принимать решения; достигать успеха; вести здоровый и безопасный образ жизни;
- обеспечить развитие у обучающихся активной жизненной позиции через выражение своего отношения к происходящему, обоснование собственного мнения;
- формировать ситуацию успеха каждого обучающегося в различных видах человеческой деятельности и жизни;
- развивать положительную мотивацию и устойчивый учебно-познавательный интерес к здоровому образу жизни.

Реализация курса «Путь к успеху» основывается на тесной межпредметной интеграции её с предметными областями «Русский язык и литература», «Общественнонаучные предметы», «Математика и информатика», «Основы духовно-нравственной культуры народов России», «Естественно-научные предметы», «Искусство», «Технология», «Физическая

культура и основы безопасности жизнедеятельности». Курс «Путь к успеху» в рамках метапредметной интеграции связан с программой воспитания и социализации обучающихся и программой развития универсальных учебных действий обучающихся на уровне основного общего образования.

Ценностный компонент органически вплетается в учебную информацию, придаёт ей яркую эмоциональную окраску, нравственно-этический и эстетический смысл. Благодаря этому учебная информация становится лично значимой, вызывает интерес, лучше воспринимается и усваивается. Учитывая положение ФГОС, что предметом оценки итоговой аттестации выпускников основного общего образования должно быть достижение предметных, метапредметных, личностных результатов, в примерном тематическом планировании результаты обучения конкретизированы до уровня учебных действий, которыми овладевают обучающиеся в процессе освоения предметного содержания курса.

I. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПУТЬ К УСПЕХУ»

ОБУЧАЮЩИЙСЯ НАУЧИТЬСЯ	ОБУЧАЮЩИЙСЯ ПОЛУЧИТ ВОЗМОЖНОСТЬ НАУЧИТЬСЯ
ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:	
• осознавать этическую картину мира, роль нравственности в истории и культуре нашей страны с позиции нравственных общечеловеческих установок; • осознавать моральную сторону общества с пониманием роли человека в нём как личности; • о правах и обязанностях гражданина России.	• Применять нормы поведения в разных жизненных ситуациях с переживанием этического опыта их разрешения;
ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	
• Осознание единства и целостности окружающего мира, возможности его познания и объяснения на основе достижений науки. • Сформированность познавательных интересов и мотивов, направленных на изучение окружающего мира; интеллектуальных умений (доказывать, строить рассуждения, анализировать, сравнивать, делать выводы и др.); эстетического восприятия объектов окружающей среды. • Осознание потребности и готовности к самообразованию, в том числе и в рамках самостоятельной деятельности в не школы. • Знание основных принципов и правил отношения в обществе, основ здорового образа жизни и здоровье сберегающих технологий. • Оценка жизненных ситуаций с точки зрения безопасного образа жизни и сохранения здоровья.	

- Умение оценивать свою деятельность и поступки других людей.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

1. Регулятивные УУД

- Умение организовать свою учебную деятельность: определять цель работы, ставить задачи, планировать – определять последовательность действий и прогнозировать результаты работы.
- Умения самостоятельно выдвигать варианты решения поставленных задач, предвидеть конечные результаты работы, выбирать средства достижения цели.
- Умения работать по плану, сверять свои действия с целью и при необходимости исправлять ошибки самостоятельно.
- Владение основами самоконтроля и самооценки принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

2. Познавательные УУД

- Умения работать с разными источниками информации, анализировать и оценивать информацию, преобразовывать ее из одной формы в другую.
- Умения составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т.п.), структурировать учебный материал, давать определения понятий.
- Умения проводить наблюдения, ставить элементарные эксперименты и объяснять полученные результаты.
- Умения сравнивать и классифицировать, самостоятельно выбирая критерии для указанных логических операций.
- Умение строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей.
- Умения создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объектов.
- Умения определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

3. Коммуникативные УУД

- Умения слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем.
- Умения интегрироваться и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.
- Умения адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.

II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПУТЬ К УСПЕХУ» 5КЛАСС (1 ч в неделю, всего 34)

Глава 1. Ценностные ориентации: что такое хорошо, а что такое плохо (6 часов)

Вечные ценности (1 час)

Что такое ценности для человека?

Что может быть значимо для всего человечества?

Какое место занимает жизнь человека среди других общечеловеческих ценностей?

Что такое здоровье и почему здоровье – это ценность?

Духовные ориентиры человека (1 час)

Каким образом ценности влияют на жизнь человека?

Когда можно говорить о сформированности у человека истинных жизненных ценностей?

Быть культурным – что это значит? (1 час)

Что такое культура?

В чем проявляется и что включает в себя культура поведения?

Какого человека можно назвать культурным?

Привычки в жизни человека: полезные и вредные привычки (1 час)

Что такое привычка? Чем могут быть полезны привычки?

Чем опасны привычки?

Отношение к вредным привычкам в культуре и искусстве (1 час)

В чем заключаются особенности языка искусства?

Что говорит словесность о вреде алкогольных напитков, курения и наркотических веществ?

Могут ли живопись и кино помогать людям бороться с вредными привычками?

Отношение религии к вредным привычкам (1 час)

Какую роль играет религия в жизни человека?

Как относятся к вредным привычкам мировые религии?

Какую роль играют в России религиозные организации в борьбе с вредными привычками людей?

Глава 2. Цена вредных привычек (6 часов)

Роль государства в борьбе с вредными привычками (1 час)

Что делает государство для защиты и укрепления здоровья населения?

Какие методы борьбы государства с вредными привычками и зависимостями у населения популярны в настоящее время?

Какие меры приняты в России?

Мы в ответе за наши привычки (1 час)

Что такое ответственность человека?

Какую юридическую ответственность мы можем понести за наши вредные привычки?

Какую моральную ответственность мы несем за вредные привычки?

Как вредные привычки «съедают» деньги и время (1 час)

Что такое цена вредных привычек?

Сколько денег человек тратит на свои вредные привычки?

Сколько времени человеческой жизни у нас отбирают вредные привычки?

Что такое альтернативная стоимость наших привычек?

Красота человека и вредные привычки (1 час)

Что такое внешняя и внутренняя красота человека?

Насколько внешняя и внутренняя красота зависят от наших вредных привычек?

Здоровье человека и вредные привычки (1 час)

К каким заболеваниям ведет малоподвижный образ жизни, неправильное питание и чрезмерное увлечение компьютером?

Какой вред здоровью причиняет употребление алкоголя, табака, наркотиков?

Вредные привычки и круг общения (1 час)

Что такое круг общения?

Почему важно иметь правильный круг общения?

Меняют ли вредные привычки наш круг общения?

Как сформировать правильный круг общения?

Глава 3. Жизнь без зависимостей: арсенал полезных умений (6 часов)

Что значит быть взрослым (1 час)

Почему мы выбираем себе кумиров и хотим стать взрослыми?

Какие ошибки допускает человек на пути к взрослости и подражая кумирам?

Когда человек становится взрослым?

Как взрослому человеку не дать вредным привычкам управлять собой?

Можно ли растить в себе взрослого?

Умение самостоятельно принимать решения и критически мыслить (1 час)

Что такое самостоятельность?

Можно ли развивать в себе привычку самостоятельно принимать решения?

Почему так важно уметь критически мыслить?

Умение говорить «нет» и не поддаваться манипуляциям (1 час)

Влияют ли окружающие люди на наши мысли и поступки?

Можно ли защититься от нежелательного влияния?

Почему важно научиться говорить «нет»?

Кто такой манипулятор?

Что нужно делать, чтобы не поддаваться манипуляциям?

Жизнь без стрессов и конфликтов (1 час)

Что такое стресс и как он на нас влияет?

Есть ли связь между стрессом и вредными привычками?

Частые конфликты – это повод для стресса?

Полезно ли уметь жить без стрессов и конфликтов?

От увлечений к будущей профессии (1 час)

Чем полезны наши увлечения и хобби?

Почему начинать строить будущую карьеру нужно еще в школе?

Как можно распорядиться свободным временем с пользой для своего будущего?

Не попадись на удочку в «сети» (1 час)

Какие опасности таит компьютер?

Какие зависимости может сформировать компьютер?

Что нужно знать об информационных угрозах?

Глава 4. Слагаемые успеха (5 часов)

Что такое успех? (1 час)

Что такое успех?

Что значит быть успешным человеком?

Секреты успеха (1 час)

Какими качествами должен обладать человек, чтобы добиваться успеха?

Почему не все люди достигают успеха?

Есть ли у успешных людей одинаковые привычки?

Учимся ставить цели (1 час)

Чем цель отличается от мечты?

В чем секрет формулирования цели, ведущей к успеху?

Управление временем (1 час)

Почему время – самый дорогой ресурс?

Почему важно планировать?

Где найти время, чтобы все успевать?

Беречь свое здоровье – это двигаться к успеху (1 час)

Зачем успешные люди заботятся о своем здоровье?

Почему не все оберегают свое здоровье?

Глава 5. Формируем привычку жить здорово (5 часов)

Здоровый образ жизни (1 час)

Что входит в понятие «здоровый образ жизни»?

Сколько россиян ведут здоровый образ жизни?

Как ведут здоровый образ жизни в разных странах мира?

Движение – это жизнь (1 час)

Как взаимосвязаны движение, физическая активность, активный и здоровый образ жизни?

Почему физическая активность – одна из важнейших составляющих здорового образа жизни человека?

Что может обеспечить нужную физическую активность?

Почему спорт не всегда укрепляет здоровье?

Насколько совместимы физическая активность и вредные привычки?

Как питаться, чтобы быть здоровым? (1 час)

Почему правильное питание – залог здоровья?

В чем заключаются главные правила здорового питания?

Насколько важна вода для организма человека?

Ресурсы позитива в жизни (1 час)

Какими бывают эмоции и зачем они нам нужны?

Какие психологические состояния для нас вредны, а какие полезны?

Как нам мешают страх и тревога и как от них избавиться?

Что такое состояние позитива и как его достичь?

Как начать здоровый образ жизни, чтобы стать успешным? (1 час)

Что самое важное при переходе к здоровому образу жизни?

В чем секрет правильного планирования перехода к здоровому образу жизни?

Чем при переходе к здоровому образу жизни может помочь дневник и распорядок дня?

Проект по достижению личного успеха (4 часа)

Примерные темы проектных работ:

1. В здоровом теле – здоровый дух!

2. Мой шаг вперед – к здоровью.

3. Курс – на успех.
4. Жизнь без вредных привычек.
5. Беречь свое здоровье – это двигаться к успеху.
6. Мой здоровый образ жизни.
7. В движении – жизнь!
8. Мои помощники на пути к успеху.
9. Выбираю свое будущее сам.
10. Успех – это успеть: мой тайм-менеджмент.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «ПУТЬ К УСПЕХУ»

в 5 б классе на 2022 – 2023 учебный год

№ п/п	Тема занятия	Кол- во часов	Дата проведения	
			план	факт
1.	Вечные ценности	1	01.09	
2.	Духовные ориентиры человека	1	08.09	
3.	Быть культурным – что это значит?	1	15.09	
4.	Привычки в жизни человека: полезные и вредные привычки	1	22.09	
5.	Отношение к вредным привычкам в культуре и искусстве	1	29.09	
6.	Отношение религии к вредным привычкам	1	06.10	
7.	Роль государства в борьбе с вредными привычками	1	13.10	
8.	Мы в ответе за наши привычки	1	20.10	
9.	Как вредные привычки «съедают» деньги и время	1	27.10	
10.	Красота человека и вредные привычки	1	10.11	
11.	Здоровье человека и вредные привычки	1	17.11	
12.	Вредные привычки и круг общения	1	24.11	
13.	Что значит быть взрослым	1	01.12	
14.	Умение самостоятельно принимать решения и критически мыслить	1	08.12	
15.	Умение говорить «нет» и не поддаваться манипуляциям	1	15.12	
16.	Жизнь без стрессов и конфликтов	1	22.12	
17.	От увлечений к будущей профессии	1	12.01	
18.	Не попадись на удочку в «сети»	1	19.01	
19.	Что такое успех?	1	26.01	
20.	Секреты успеха	1	02.02	
21.	Учимся ставить цели	1	09.02	
22.	Управление временем	1	16.02	
23.	Беречь свое здоровье – это двигаться к успеху	1	02.03	
24.	Здоровый образ жизни	1	09.03	

25.	Движение – это жизнь	1	16.03	
26.	Как питаться, чтобы быть здоровым?	1	23.03	
27.	Ресурсы позитива в жизни	1	06.04	
28.	Как начать здоровый образ жизни, чтобы стать успешным?	1	13.04	
29.	Проект по достижению личного успеха	1	20.04	
30.	Проект по достижению личного успеха	1	27.04	
31.	Проект по достижению личного успеха	1	04.05	
32.	Проект по достижению личного успеха	1	11.05	
33.	Проект по достижению личного успеха	1	18.05	
34.	Проект по достижению личного успеха	1	25.05	