

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Разговоры о важном»

Срок реализации – 2 года

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения школьниками следующих личностных, метапредметных и предметных образовательных результатов.

Личностные результаты должны отражать:

- российскую гражданскую идентичность, патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн);
- гражданскую позицию как активного и ответственного члена российского общества, осознающего свои конституционные права и обязанности, уважающего закон и правопорядок, обладающего чувством собственного достоинства, осознанно принимающего традиционные национальные и общечеловеческие гуманистические и демократические ценности;
- готовность к служению Отечеству, его защите;
- сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;
- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;
- навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;
- принятие и реализация ценностей здорового и безопасного образа жизни, потребности в физическом самосовершенствовании, занятиях спортивно-оздоровительной деятельностью, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей, умение оказывать первую помощь;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов; отношение к профессиональной деятельности как возможности участия в решении личных, общественных, государственных, общенациональных проблем;
- сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды; приобретение опыта эколого-направленной деятельности;
- ответственное отношение к созданию семьи на основе осознанного принятия ценностей семейной жизни.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ ДОЛЖНЫ ОТРАЖАТЬ:

- умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;
- владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;
- готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, владение навыками получения необходимой информации из словарей разных типов, умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;
- умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий (далее - ИКТ) в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;
- умение определять назначение и функции различных социальных институтов;
- умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учетом гражданских и нравственных ценностей;
- владение языковыми средствами – умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства;
- владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ.

Представлены с учетом специфики содержания предметных областей, затрагиваемых в ходе участия в программе «разговоры о важном»:

Русский язык и литература: сформированность понятий о нормах русского литературного языка и применение знаний о них в речевой практике; владение навыками самоанализа и самооценки на основе наблюдений за собственной речью; владение умением анализировать текст с точки зрения наличия в нем явной и скрытой, основной и второстепенной информации; владение умением представлять тексты в виде тезисов, конспектов, аннотаций, рефератов, сочинений различных жанров; знание содержания произведений русской и мировой классической литературы, их историко-культурного и нравственно-ценностного влияния на формирование национальной и мировой; сформированность представлений об изобразительно-выразительных возможностях русского языка; сформированность умений учитывать исторический, историко-культурный контекст и контекст творчества писателя в процессе анализа художественного произведения; способность выявлять в художественных текстах образы, темы и проблемы и выражать свое отношение к ним в развернутых аргументированных устных и письменных высказываниях.

Иностранные языки: владение знаниями о социокультурной специфике страны/стран изучаемого языка и умение; умение выделять общее и различное в культуре родной страны и страны/стран изучаемого языка; сформированность умения использовать

иностранный язык как средство для получения информации из иноязычных источников в образовательных и самообразовательных целях.

История: сформированность представлений о современной исторической науке, ее специфике, методах исторического познания и роли в решении задач прогрессивного развития России в глобальном мире; владение комплексом знаний об истории России и человечества в целом, представлениями об общем и особенном в мировом историческом процессе; сформированность умений применять исторические знания в профессиональной и общественной деятельности, поликультурном общении; сформированность умений вести диалог, обосновывать свою точку зрения в дискуссии по исторической тематике.

Обществознание: сформированность знаний об обществе как целостной развивающейся системе в единстве и взаимодействии его основных сфер и институтов; владение умениями выявлять причинно-следственные, функциональные, иерархические и другие связи социальных объектов и процессов; сформированность представлений об основных тенденциях и возможных перспективах развития мирового сообщества в глобальном мире; сформированность представлений о методах познания социальных явлений и процессов; владение умениями применять полученные знания в повседневной жизни, прогнозировать последствия принимаемых решений; сформированность навыков оценивания социальной информации, умений поиска информации в источниках различного типа для реконструкции недостающих звеньев с целью объяснения и оценки разнообразных явлений и процессов общественного развития. География: владение представлениями о современной географической науке, ее участии в решении важнейших проблем человечества; владение географическим мышлением для определения географических аспектов природных, социально-экономических и экологических процессов и проблем; сформированность системы комплексных социально ориентированных географических знаний о закономерностях развития природы, размещения населения и хозяйства, о динамике и территориальных особенностях процессов, протекающих в географическом пространстве; владение умениями проведения наблюдений за отдельными географическими объектами, процессами и явлениями, их изменениями в результате природных и антропогенных воздействий; владение умениями использовать карты разного содержания для выявления закономерностей и тенденций, получения нового географического знания о природных социально-экономических и экологических процессах и явлениях; владение умениями географического анализа и интерпретации разнообразной информации; владение умениями применять географические знания для объяснения и оценки разнообразных явлений и процессов, самостоятельного оценивания уровня безопасности окружающей среды, адаптации к изменению ее условий; сформированность представлений и знаний об основных проблемах взаимодействия природы и общества, о природных и социально-экономических аспектах экологических проблем.

Экономика: сформированность системы знаний об экономической сфере в жизни общества как пространстве, в котором осуществляется экономическая деятельность индивидов, семей, отдельных предприятий и государства; понимание значения этических норм и нравственных ценностей в экономической деятельности отдельных людей и общества; сформированность уважительного отношения к чужой собственности; владение навыками поиска актуальной экономической информации в различных источниках, включая Интернет; умение различать факты, аргументы и оценочные суждения; анализировать, преобразовывать и использовать экономическую информацию для решения практических задач в учебной деятельности и реальной жизни; понимание места и роли России в современной мировой экономике; умение ориентироваться в текущих экономических событиях в России и в мире.

Право: сформированность представлений о понятии государства, его функциях, механизме и формах; владение знаниями о понятии права, источниках и нормах права, законности, правоотношениях; сформированность представлений о Конституции

Российской Федерации как основном законе государства, владение знаниями об основах правового статуса личности в Российской Федерации; сформированность умений применять правовые знания для оценивания конкретных правовых норм с точки зрения их соответствия законодательству Российской Федерации; сформированность навыков самостоятельного поиска правовой информации, умений использовать результаты в конкретных жизненных ситуациях.

Информатика: сформированность представлений о роли информации и связанных с ней процессов в окружающем мире; сформированность базовых навыков и умений по соблюдению требований техники безопасности, гигиены и ресурсосбережения при работе со средствами информатизации; понимания основ правовых аспектов использования компьютерных программ и работы в Интернете.

Биология: владение основополагающими понятиями и представлениями о живой природе, ее уровневой организации и эволюции; уверенное пользование биологической терминологией и символикой; владение основными методами научного познания; сформированность собственной позиции по отношению к биологической информации, получаемой из разных источников, к глобальным экологическим проблемам и путям их решения.

Естествознание: сформированность представлений о целостной современной естественнонаучной картине мира, о природе как единой целостной системе, о взаимосвязи человека, природы и общества; о пространственно-временных масштабах Вселенной; владение знаниями о наиболее важных открытиях и достижениях в области естествознания, повлиявших на эволюцию представлений о природе, на развитие техники и технологий; сформированность умения применять естественнонаучные знания для объяснения окружающих явлений, сохранения здоровья, обеспечения безопасности жизнедеятельности, бережного отношения к природе, рационального природопользования, а также выполнения роли грамотного потребителя; сформированность представлений о научном методе познания природы и средствах изучения мегамира, макромира и микромира; сформированность умений понимать значимость естественнонаучного знания для каждого человека, независимо от его профессиональной деятельности, различать факты и оценки, сравнивать оценочные выводы, видеть их связь с критериями оценок и связь критериев с определенной системой ценностей.

Астрономия: сформированность представлений о строении Солнечной системы, эволюции звезд и Вселенной, пространственно-временных масштабах Вселенной; сформированность представлений о значении астрономии в практической деятельности человека и дальнейшем научно-техническом развитии; осознание роли отечественной науки в освоении и использовании космического пространства и развитии международного сотрудничества в этой области.

Экология: сформированность представлений об экологической культуре как условии достижения устойчивого (сбалансированного) развития общества и природы, об экологических связях в системе "человек - общество - природа"; сформированность экологического мышления и способности учитывать и оценивать экологические последствия в разных сферах деятельности; владение умениями применять экологические знания в жизненных ситуациях, связанных с выполнением типичных социальных ролей; владение знаниями экологических императивов, гражданских прав и обязанностей в области энерго- и ресурсосбережения в интересах сохранения окружающей среды, здоровья и безопасности жизни; сформированность личностного отношения к экологическим ценностям, моральной ответственности за экологические последствия своих действий в окружающей среде; сформированность способности к выполнению проектов экологически ориентированной социальной деятельности, связанных с экологической безопасностью окружающей среды, здоровьем людей и повышением их экологической культуры.

Основы безопасности жизнедеятельности: сформированность представлений о культуре безопасности жизнедеятельности, в том числе о культуре экологической

безопасности как о жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также как о средстве, повышающем защищенность личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, включая отрицательное влияние человеческого фактора; знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о необходимости отрицания экстремизма, терроризма, других действий противоправного характера, а также асоциального поведения; сформированность представлений о здоровом образе жизни как о средстве обеспечения духовного, физического и социального благополучия личности; знание распространенных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ «РАЗГОВОРЫ О ВАЖНОМ»

День знаний. Знакомство с проектами Российского общества «Знание». Возможности, которые предоставляют проекты общества «Знание» для обучающихся различных возрастов.

Родина — не только место рождения. Природные и культурные памятники — чем гордимся, о чем помним, что бережем?

Зоя Космодемьянская — её подвиг бессмертен, её имя стало символом мужества и стойкости, а жизнь служит примером беззаветной преданности Отечеству, истиной любви к своей Родине.

Право избирать и быть избранным гарантировано Конституцией Российской Федерации каждому гражданину нашей страны. Жизнь, свобода, права и благополучие граждан является одной из главных ценностей, а проявление гражданской позиции, желание участвовать в развитии своего города, региона, страны — достойно уважения.

Ценность профессии учителя. Советник по воспитанию — проводник в мир возможностей, которые создало государство для каждого ребенка в стране, наставник и «старший товарищ», помогающий как объединить школьный коллектив в дружную команду, так и выстроить личную траекторию развития каждому ребенку.

Честность, открытость, готовность прийти на помощь — основа хороших отношений с окружающими. Уважение к окружающим — норма жизни в нашем обществе. В условиях информационных перегрузок, разнообразия быстро решаемых задач, экономической нестабильности, стрессы стали неотъемлемой составляющей жизни человека. Они приводят к депрессивному состоянию, которое, в свою очередь, может привести к проблемам физического здоровья, конфликтам с близкими, неуверенности, озлобленности. Знания о том, как наладить отношения в коллективе, сохранить свое психическое здоровье, как смотреть на мир позитивно, как не стать жертвой «травли», и самому не опуститься до «травли» других, необходимы всем.

Давние культурные традиции России получают отражение в произведениях кинематографического искусства, которое имеет свой «золотой фонд», признанный во всем мире. Отечественное кино передает наши традиционные ценности, великое культурно-историческое наследие, отображает то, что объединяет нас как нацию. Развитие отечественного кино отражает не только основные вехи развития страны, но и моделирует образ ее будущего. Кино, наряду с литературой и театром, позволяет человеку увидеть себя, как в «зеркале», соотнести свои поступки с поступками героев, анализировать и рефлексировать, приобретать новые знания, знакомиться с миром профессий, с творчеством талантливых людей, с историей и культурой страны.

Подразделения специального назначения (спецназ) в России имеют особую значимость, они олицетворяют служение Отечеству, мужество и силу духа, беспримерное самопожертвование, готовность мгновенно прийти на помощь Родине. Военнослужащие спецназа обладают особыми профессиональными, физическими и моральными качествами, являются достойным примером настоящего мужчины.

Единство нации – основа существования российского государства. Единство многонационального народа, уважение традиций, религий, уклада жизни всех народов является главным в жизни страны. Пока мы едины – мы непобедимы.

Технологический суверенитет нашей Родины необходимо защищать так же, как границы государства, это основа и залог существования современной страны. Развитие сферы информационных технологий сегодня стратегически важно для будущего, профессии в этой сфере очень перспективны и востребованы. Технологический суверенитет решает задачи обеспечения безопасности, получения энергии, продовольственной независимости, транспортной связности. Логика развития экономики предполагает защиту и формирование высокотехнологичных отраслей с высокой долей интеллектуальных вложений. Появление новых профессий связано с цифровизацией экономики, движением к технологическому суверенитету.

Традиционная семья в России – это союз мужчины и женщины, которые создают и поддерживают отношения уважения, заботы и взаимной поддержки. Основа семьи – это любовь. Важно, чтобы дети стремились создавать полноценные многодетные семьи.

Что для каждого человека означает слово «Родина»? Это родители, семья, дом, друзья, родной город, регион, вся наша страна и народ. Чувство любви к своей Родине человек несет в себе всю жизнь, это его опора и поддержка. Родина – это не просто территория, это, прежде всего то, что мы любим и готовы защищать.

Волонтерство в России. Особенности волонтерской деятельности. Исторически сложилось, что в сложные годы нашей страны люди безвозмездно помогали друг другу, оказывали всестороннюю поддержку. Даша Севастопольская, сёстры милосердия – история и современность.

Россия — страна с героическим прошлым. Современные герои — кто они? Россия начинается с меня?

Значение Конституции для граждан страны. Знание прав и выполнение обязанностей. Ответственность — это осознанное поведение.

Новый год — праздник для всех россиян. У каждого народа есть интересные новогодние семейные традиции. Знакомство с обычаями и культурой новогодних праздников в нашей стране.

Первая печатная книга в России – «Азбука» Ивана Фёдорова. Способы передачи информации до появления письменности. Разница между азбукой и букварем. «Азбука», напечатанная Иваном Федоровым: «Ради скорого младенческого научения». Любовь к чтению, бережное отношение к книге начались 450 лет назад.

Современный человек должен обладать функциональной грамотностью, в том числе налоговой. Для чего собирают налоги? Что они обеспечивают для граждан? Выплата налогов – обязанность каждого гражданина Российской Федерации.

Голод, морозы, бомбардировки — тяготы блокадного Ленинграда. Блокадный паек. О провале планов немецких войск. 80 лет назад город-герой Ленинград был полностью освобожден от фашистской блокады.

Кто такой союзник? Какие обязанности он на себя принимает, какими обладает правами? Что дает заключение союзного договора для государств? Союзники России – государства, которые разделяют и поддерживают наши общетрадиционные ценности, уважают культуру, стремятся к укреплению союзных государств и поддерживают их.

Достижения науки в повседневной жизни. Научные и технические достижения в нашей стране. 190-летие великого русского учёного-химика, специалиста во многих областях науки и искусства Д.И. Менделеева.

День первооткрывателя. Россия является не только самой большой страной в мире, которую за ее продолжительную историю шаг за шагом исследовали, изучали, открывали русские землепроходцы. Удивительные уголки нашей страны сегодня может открыть для себя любой школьник.

День защитника Отечества: исторические традиции. Профессия военного: кто её выбирает сегодня. Смекалка в военном деле. 280-летие со дня рождения великого русского флотоводца, командующего Черноморским флотом (1790— 1798); командующего русско-турецкой эскадрой в Средиземном море (1798—1800), адмирала (1799) Ф.Ф. Ушакова.

Подлинность намерений — то, что у тебя внутри. Как найти своё место в жизни? Что нужно для того, чтобы найти друзей и самому быть хорошим другом? Примеры настоящей дружбы. Что нужно для того, чтобы создать хорошую семью и самому быть хорошим семьянином. Поддержка семьи в России. Что нужно, чтобы найти свое призвание и стать настоящим профессионалом. Поддержка профессионального самоопределения школьников в России. Эти вопросы волнуют подростков. Проблемы, с которыми они сталкиваются, и способы их решения.

Всемирный фестиваль молодежи – 2024. Сириус – федеральная площадка фестиваля. Исторические факты появления всемирного фестиваля молодежи и студентов. Фестивали, которые проходили в нашей стране.

Российская авиация. Легендарная история развития российской гражданской авиации. Героизм конструкторов, инженеров и летчиков-испытателей первых российских самолетов. Мировые рекорды российских летчиков. Современное авиастроение. Профессии, связанные с авиацией.

Красивейший полуостров с богатой историей. История Крымского полуострова. Значение Крыма. Достопримечательности Крыма.

Россия – здоровая держава. Это значит, что жители страны должны стремиться поддерживать здоровый образ жизни. Физическое и психическое здоровье населения играют важную роль в укреплении экономического потенциала и социальной стабильности страны, повышают качество жизни каждого человека. Цирк как фантазийное и сказочное искусство. Цирк в России, История цирка, цирковые династии России. Знаменитые на весь мир российские силачи, дрессировщики, акробаты, клоуны, фокусники. Цирковые профессии.

Главные события в истории покорения космоса. Отечественные космонавты-рекордсмены. Подготовка к полету — многолетний процесс.

Николай Гоголь – признанный классик русской литературы, автор знаменитых «Мертвых душ», «Ревизора», «Вечеров на хуторе близ Диканьки». Сюжеты, герои, ситуации из произведений Николая Гоголя актуальны по сей день.

Экологичное потребление — способ позаботиться о сохранности планеты. Экологические проблемы как следствия безответственного поведения человека. Соблюдать эко-правила — не так сложно.

История Праздника труда. Труд – это право или обязанность человека? Работа мечты. Жизненно важные навыки.

История появления праздника День Победы. Поисковое движение России. Могила Неизвестного Солдата. Семейные традиции празднования Дня Победы.

19 мая 1922 года — день рождения пионерской организации. Цель ее создания и деятельность. Причины, по которым дети объединяются.

Неизвестный Пушкин. Творчество Пушкина объединяет поколения. Вклад А. С. Пушкина в формирование современного литературного русского языка.

III. Тематическое планирование

Темы	Основное содержание	Деятельность школьников
День знаний	Знакомство с проектами Российского общества «Знание». Возможности, которые предоставляют проекты общества «Знание» для обучающихся различных возрастов.	Участие во вступительной беседе. Просмотр ролика о необходимости знаний для жизненного успеха. Участие в мотивационной беседе о чертах характера, которые присущи людям с активной жизненной позицией, о мечтах и о том, как можно их достигнуть.
Там, где Россия	Родина — не только место рождения. История, культура, научные достижения: чем мы можем гордиться?	Участие во вступительной беседе о России. Просмотр ролика о России. Интерактивная викторина. Чем полезны фенологические наблюдения. Их роль в жизни человека.
Зоя. К 100-летию со дня рождения Зои Космодемьянской	Зоя Космодемьянская – её подвиг бессмертен, её имя стало символом мужества и стойкости, а жизнь служит примером беззаветной преданности Отечеству, истиной любви к своей Родине.	Участие во вступительной беседе. Просмотр видеоролика о жизни и подвиге Зои. Участие в беседе о том, как воспитываются черты личности героя. Подвиг Зои был подвигом ради жизни будущих поколений. В защиту всего, что любила эта молодая девушка. Просмотр интерактивной карты, беседа о сохранении памятников героям.
Темы	Основное содержание	Деятельность школьников
Избирательная система России (30 лет ЦИК)	Право избирать и быть избранным гарантировано Конституцией Российской Федерации каждому гражданину нашей страны. Жизнь, свобода, права и благополучие граждан является одной из главных ценностей, а проявление гражданской позиции, желание участвовать в развитии своего города, региона, страны – достойно уважения.	Участие во вступительной беседе. Просмотр видеоролика об истории Центральной избирательной комиссии. Обсуждение ситуаций, возникающих в связи с голосованием и выборами. Выполнение интерактивного задания «Избирательная система в России».
День учителя (советники по воспитанию)	Ценность профессии учителя. Советник по воспитанию – проводник в мир возможностей, которые создало государство для каждого ребенка в стране, наставник и «старший товарищ», помогающий как объединить школьный коллектив в дружную команду, так и выстроить личную траекторию развития каждому ребенку.	Просмотр видеоролика. Участие в командной работе: каким должен быть современный Учитель? (создание кластера). Участие в дискуссии на одну из предложенных тем: «Если бы я был учителем, какими качествами обладал..., как относился бы к ученикам..., как готовился к занятиям..., какие вспомогательные средства использовал для проведения уроков?»; «Чем может помочь советник по воспитанию?»

<p>О взаимоотношениях в коллективе (Всемирный день психического здоровья, профилактика буллинга)</p>	<p>В условиях информационных перегрузок, разнообразия быстро решаемых задач, экономической нестабильности, стрессы стали неотъемлемой составляющей жизни человека. Они приводят к депрессивному состоянию, которое, в свою очередь, может привести к проблемам физического здоровья, конфликтам с близкими, неуверенности, озлобленности. Знания о том, как наладить отношения в коллективе, сохранить свое психическое здоровье, как смотреть на мир позитивно, как не стать жертвой «травли», и самому не опуститься до «травли» других, необходимы всем.</p>	<p>Мотивационная беседа о взаимосвязи физического и психического здоровья. Игра «Верю - не верю» о стереотипах в отношении здоровья здорового образа жизни. Просмотр отрывков из мультфильмов и фильмов, обсуждения. Беседа о буллинге, его причинах и вреде, который он причиняет человеку. Мастер-класс «Магия игры», в ходе которого школьники участвуют в игровых упражнениях, помогающих снять стресс и психологическое напряжение, выплеснуть негативные эмоции. Мозговой штурм «Мои правила благополучия», в ходе которого школьники составляют список лайфхаков класса о том, как подростку справиться со стрессами, излишним давлением взрослых. Итоговая рефлексивная беседа, в ходе которой школьники обсуждают характеристики идеального коллектива, в котором им было бы комфортно находиться.</p>
<p>По ту сторону экрана. 115 лет кино в России</p>	<p>Развитие отечественного кино отражает не только основные вехи развития страны, но и моделирует образ ее будущего. Кино, наряду с литературой и театром, позволяет человеку увидеть себя, как в «зеркале», соотносить свои поступки с поступками героев, анализировать и рефлексировать, приобретать новые знания, знакомиться с миром профессий, с творчеством талантливых людей, с историей и культурой страны.</p>	<p>Мотивационная беседа о любимых мультфильмах и кинофильмах, жанрах кино. Просмотр видеоролика об истории российского игрового кино. Обсуждение ролика. Беседа о будущем кинематографа в цифровую эпоху. Интерактивная игра, в ходе которой школьники называют мультфильм или фильм по его отрывку. Игра «Ты - актер», где дети пробуют себя в роли актеров немого кино. Итоговая беседа о возможности создания собственного фильма о классе, сделанного руками школьников.</p>

<p>День спецназа</p>	<p>Подразделения специального назначения (спецназ) в России имеют особую значимость, они олицетворяют служение Отечеству, мужество и силу духа, беспримерное самопожертвование, готовность мгновенно прийти на помощь Родине. Военнослужащие спецназа обладают особыми профессиональными, физическими и моральными качествами, являются достойным примером настоящего мужчины.</p>	<p>Участие во вступительной беседе, просмотр видеоролика о видах подразделений специального назначения в России.</p> <p>Участие в обсуждении: «Качества личности бойца спецназа».</p> <p>Выполнение интерактивного задания «Что важнее для спецназовца – ум или сила?»</p>
<p>День народного единства</p>	<p>Смутное время в истории нашей страны. Самозванцы — одна из причин продолжавшейся Смуты. Ополчение во главе с князем Дмитрием Пожарским и земским старостой Кузьмой Мининым.</p> <p>Примеры единения народа не только в войне</p>	<p>Участие во вступительной беседе о появлении праздника День народного единства.</p> <p>Знакомство с исторической справкой о событиях Смутного времени.</p> <p>Работа в группах: если бы вы жили в Смутное время, в чем вы бы увидели причины появления народных ополчений? Обмен мнениями.</p> <p>Дискуссия о том, что 4 ноября 1612 года воины народного ополчения продемонстрировали образец героизма и сплоченности всего народа вне зависимости от происхождения, вероисповедания и положения в обществе.</p> <p>Дискуссия о том, когда еще люди чувствуют, что им надо объединяться?</p>

<p>Россия: взгляд в будущее. Технологический суверенитет / цифровая экономика / новые профессии</p>	<p>Технологический суверенитет решает задачи обеспечения безопасности, получения энергии, продовольственной независимости, транспортной связности. Логика развития экономики предполагает защиту и формирование высокотехнологичных отраслей с высокой долей интеллектуальных вложений. Развитие цифровой экономики предполагает выстраивание экономических, социальных, культурных отношений, основанных на использовании цифровых информационно-коммуникационных технологий. Появление новых профессий связано с цифровизацией экономики, движением к технологическому суверенитету.</p>	<p>Беседа о сущности понятий «суверенитет», «технологический суверенитет», «цифровая экономика». Просмотр видеоролика о цифровых технологиях, вошедших в современную жизнь многих россиян, в экономику, образование и культуру страны. Дискуссия, в ходе которой школьники высказывают свои мнения о возможностях и рисках, которые появляются в связи с проникновением искусственного интеллекта во многие сферы не только экономики, но и культуры, образования, спорта. Игра-викторина «Язык не для всех», в ходе которой школьники знакомятся с новыми понятиями в области цифровых технологий и с профессиями будущего. Интерактивное путешествие по городу профессий будущего, в ходе которого школьники знакомятся с двенадцатью направлениями профессиональной деятельности, которые охватывают 50 перспективных профессий. Рефлексивная беседа, в ходе которой педагог просит школьников завершить некоторые из предложений, например: «Самое большое открытие, которое я сделал на этом занятии – это ...»; «Все говорят, что без цифры сегодняшняя жизнь просто невозможна, я с этим утверждением ...»; «Если у меня спросят, готов ли я учиться всю свою жизнь, то я отвечу ...»</p>
<p>О взаимоотношениях в семье (День матери)</p>	<p>Мама — важный человек в жизни каждого. Материнская любовь — простая и безоговорочная. Легко ли быть мамой?</p>	<p>Участие в игре «Незаконченное предложение», во время которой каждый школьник продолжает предложение «Первое, что приходит в голову, когда я слышу слово «мама» ...» Участие в групповом обсуждении случаев недопонимания мам и детей. Поиск причин этого в процессе групповой работы. Участие в беседе о том, что делает наших мам счастливыми</p>
<p>Что такое Родина? (региональный и местный компонент)</p>	<p>Что для каждого человека означает слово «Родина»? Это родители, семья, дом, друзья, родной город, регион, вся наша страна и народ. Чувство любви к своей Родине человек несет в себе всю жизнь, это его опора и поддержка. Родина — это не просто территория, это, прежде всего то, что мы любим и готовы защищать.</p>	<p>Участие в беседе о том, когда каждый из нас чувствовал гордость при виде государственных символов нашей страны. Какова региональная символика? Что означают элементы герба, флага? Знакомство с традициями народов, живущих на территории России. Участие в дискуссии о том, что объединяет людей разных национальностей в одной стране, что им в этом помогает?</p>

Мы вместе	История создания Красного Креста. Особенности волонтерской деятельности. Волонтерство в России	Знакомство школьников с информацией о создании в Международного Комитета Красного Креста. Участие в обсуждении вопроса: действительно ли создание именно этой организации можно считать началом волонтерского движения? Работа в группах по составлению списка особенностей волонтерской деятельности. Обмен историями из жизни о волонтерской деятельности
Главный закон страны	Значение Конституции для граждан страны. Знание прав и выполнение обязанностей. Ответственность — это осознанное поведение	Участие во вступительной беседе о значении слова «конституция» и о жизни без конституции. Участие в обсуждении ситуаций, в которых было нарушение прав или невыполнение обязанностей. Участие в игре «Незаконченное предложение», во время которой каждый школьник продолжает предложение «Нужно знать Конституцию, потому что...» Участие в дискуссии об осознанном поведении и личной ответственности
Герои нашего времени	Россия — страна с героическим прошлым. Современные герои — кто они? Россия начинается с меня?	Участие во вступительной беседе о непростой судьбе нашей страны, о войнах, которые выпали на долю народа и о героизме тех, кто вставал на ее защиту. Участие в дискуссии о том, есть ли место героизму сегодня? Обсуждение мнений школьников. Участие в игре «Качества современного героя»
Новогодние семейные традиции разных народов России	Новый год — праздник всей семьи. Новогодние семейные традиции. Новогодние приметы. Различные традиции встречи Нового года у разных народов России.	Игра «Вопрос из шляпы» (Все ли вы знаете о Новом годе?) Участие в дискуссии «Поделись новогодней традицией, которая объединяет народы нашей страны». Участие в беседе о том, что чаще всего мы мечтаем о материальных подарках, но есть ли что-то, что мы хотели бы изменить в себе в Новом году? Участие в разговоре о новогодних приметах, подарках.
От А до Я. 450 лет "Азбуке" Ивана Фёдорова	Способы передачи информации до появления письменности. Разница между азбукой и букварем. «Азбука», напечатанная Иваном Фёдоровым: «Ради скорого младенческого научения».	Беседа о разных способах передачи информации. Блиц-опрос «Интересные факты об Азбуке». Эвристическая беседа «Первая печатная «Азбука»: в чем особенности». Интерактивные задания, связанные с содержанием «Азбуки».

Налоговая грамотность	Современный человек должен обладать функциональной грамотностью, в том числе налоговой. Для чего собирают налоги? Что они обеспечивают для граждан? Выплата налогов – обязанность каждого гражданина Российской Федерации.	Беседа о том, что такое налоговая система. Блиц-опрос «Для чего государству необходим бюджет?». Беседа «Права и обязанности налогоплательщика». Интерактивное задание «Создай и распредели бюджет».
Темы	Основное содержание	Деятельность школьников
Непокоренные. 80 лет со дня полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады	Голод, морозы, бомбардировки — тяготы блокадного Ленинграда. Блокадный паек. Способы выживания ленинградцев. О провале планов немецких войск. О героизме советских воинов, освободивших город на Неве.	Участие в блиц-опросе «Что вы знаете о блокаде Ленинграда; каким образом город попал в кольцо; зачем Гитлер хотел захватить город; почему Ладожское озеро называют дорогой жизни; чем стало полное освобождение Ленинграда от фашистской блокады для всей страны, для хода Великой Отечественной войны?» Беседа о том, что помогало людям выстоять в осажденном городе. Работа в парах с дальнейшим обобщением: почему планам Гитлера не суждено было сбыться?
Союзники России	Кто такой союзник? Какие обязанности он на себя принимает, какими обладает правами? Что дает заключение союзного договора для государств? Союзники России – государства, которые разделяют и поддерживают наши общие традиционные ценности, уважают культуру, стремятся к укреплению союзных государств и поддерживают их.	Беседа о государствах-союзниках Российской Федерации. Блиц-опрос: «Какие традиционные ценности разделяют союзники?». Дискуссия: права и обязанности союзных государств. В чем заключается союзническая поддержка? Что Россия делает для союзников?
190 лет со дня рождения Д. Менделеева. День российской науки	Цивилизация без научных достижений. Научные и технические достижения в нашей стране. Вклад российских ученых в мировую науку. Д.И. Менделеев и роль его достижений для науки. Достижения науки в повседневной жизни. Плюсы и минусы научно-технического прогресса	Участие во вступительной беседе о том, какой была бы жизнь человека без научных достижений. Участие в беседе об основных научных и технических достижениях в нашей стране. Участие в интерактивном задании «Д.И. Менделеев: не только химия». Участие в блиц-опросе «Примеры использования достижений науки в повседневной жизни». Работа в группах с дальнейшим обобщением: «Плюсы и минусы научно-технического прогресса»

<p>День первооткрывателя</p>	<p>Россия является не только самой большой страной в мире, которую за ее продолжительную историю шаг за шагом исследовали, изучали, открывали русские землепроходцы. Удивительные уголки нашей страны сегодня может открыть для себя любой школьник.</p>	<p>Мотивационная беседа о первооткрывателях, открытиях и удивительных местах России. Мозговой штурм, в ходе которого школьники за 1 минуту должны назвать 15 российских городов; за вторую минуту - 15 российских рек; за третью – 15 названий деревьев, кустарников и цветов, которые растут в их регионе.</p> <p>Просмотр и обсуждение видеоролика Русского географического общества о русских землепроходцах.</p> <p>Игра «Своя игра», в которой разыгрываются вопросы об уникальных местах России и их первооткрывателях.</p> <p>Рефлексивная беседа со школьниками, в процессе которой они продолжают предложения, начало которых произносит педагог:</p> <p>«Я никогда не знал, что ...»; «Если бы я делал пост в социальных сетях по итогам нашего сегодняшнего разговора, то я назвал бы его ...»; «Каждый может стать первооткрывателем, потому что ...».</p>
<p>День защитника Отечества. 280 лет со дня рождения Федора Ушакова</p>	<p>День защитника Отечества: исторические традиции. Профессия военного: кто её выбирает сегодня.</p> <p>Смекалка в военном деле. 280-летие со дня рождения великого русского флотоводца, командующего Черноморским флотом (1790—1798); командующего русско-турецкой эскадрой в Средиземном море (1798—1800), адмирала (1799) Ф.Ф. Ушакова.</p>	<p>Участие в интеллектуальной разминке «Что вы знаете о Дне защитника Отечества».</p> <p>Участие в дискуссии о причинах выбора профессии военного.</p> <p>Участие в работе в парах: знакомство с примерами военных действий, в которых выручала смекалка.</p> <p>История и современность: уроки адмирала Ушакова.</p> <p>Участие в беседе о том, как жители России выражают свою благодарность защитникам Отечества</p>
<p>Как найти свое место в обществе</p>	<p>Что нужно для того, чтобы найти друзей и самому быть хорошим другом? Примеры настоящей дружбы. Что нужно для того, чтобы создать хорошую семью и самому быть хорошим семьянином. Поддержка семьи в России. Что нужно, чтобы найти свое призвание и стать настоящим профессионалом.</p> <p>Поддержка профессионального самоопределения школьников в России.</p>	<p>Проблематизирующая беседа о трех слагаемых успешной самореализации человека в обществе: дружбе, семье и профессии.</p> <p>Выступление федерального спикера (о примерах и способах самореализации человека в различных сферах общественной жизни).</p> <p>Рефлексивная беседа «Мое будущее», в ходе которой школьники обсуждают вопросы о том, как найти хороших друзей, как найти спутника/спутницу жизни, чем руководствоваться в выборе профессии.</p> <p>Групповая работа «Что я возьму с собой во взрослую жизнь?», в ходе которой школьники в каждой группе из набора карточек выбирают 5 и аргументируют всему классу свой выбор. В набор могут входить, например,</p>

		карточки «умение готовить», «умение дружить», «умение учиться», «знать языки», «умение шутить» и т.д.
Всемирный фестиваль молодежи	Всемирный фестиваль молодежи – 2024. Сириус – федеральная площадка фестиваля. Исторические факты появления всемирного фестиваля молодежи и студентов. Фестивали, которые проходили в нашей стране.	Групповая работа по созданию кластера «Всемирный фестиваль молодежи». Историческая справка об истории возникновения Всемирного фестиваля молодежи. Беседа «Эмблемы и символы фестивалей». Дискуссия «Всемирный фестиваль молодежи – 2024 в подробностях».
«Первым делом самолеты». О гражданской авиации	Легендарная история развития российской гражданской авиации. Героизм конструкторов, инженеров и летчиков-испытателей первых российских самолетов. Мировые рекорды российских летчиков. Современное авиационное строительство. Профессии, связанные с авиацией.	Проблематизирующая беседа «Почему человек всегда хотел подняться в небо?», в ходе которой обсуждаются события, связанные с первыми попытками человека «обрести крылья». Видеоролик об истории российской авиации, от первого полета в 1913 году на первом в мире четырехмоторном самолете «Русский витязь» до современных авиалайнеров "Суперджет", МС-21, Ил-114-300, Ту-214, Ил-96, "Байкал". Интерактивная игра «33 ступеньки в небо», в ходе которой школьники знакомятся с легендарными российскими пилотами, испытателями, конструкторами. Мастер-класс «Тренажер летчика», в ходе которого школьники выполняют некоторые упражнения и задания (например, «Компас», «Часы» и др.) которые предлагают современным пилотам при профотборе. Рефлексивная беседа «Я могу стать кем захочу, или уже нет?», в ходе которой

		<p>подростки рассуждают об ограничениях, которые накладывает профессия пилота, о том, как может реализоваться мечта о небе, даже если нельзя стать летчиком.</p>
Крым. Путь домой	Красивейший полуостров с богатой историей. История Крымского полуострова. Значение Крыма. Достопримечательности Крыма	<p>Участие в беседе о географическом положении Крыма с использованием карты.</p> <p>Самостоятельная работа по изучению информации по истории Крыма. Работа в группах с обобщением: что с древних времен привлекало разные народы в Крымском полуострове?</p> <p>Обмен мнениями: что бы вы рекомендовали посетить в Крыму</p>
Россия - здоровая держава	Здоровый образ жизни – приоритетное направление в большинстве государств мира. Основные составляющие здоровья. Современные проекты, связанные со здоровьем.	<p>Дискуссия «Основные правила здорового образа жизни». Групповая работа: составление памятки о ЗОЖ.</p> <p>Дискуссия «Следуешь моде – вредишь здоровью» (о тату, пирсинге, энергетиках и т.д.).</p>
Цирк! Цирк! Цирк! (К Международному дню цирка)	Цирк как фантазийное и сказочное искусство. Цирк в России, История цирка, цирковые династии России. Знаменитые на весь мир российские силачи, дрессировщики, акробаты, клоуны, фокусники. Цирковые профессии.	<p>Просмотр видеоролика об истории цирка в России, начиная с первого стационарного цирка, построенного в Петербурге в 1877 году.</p> <p>Беседа о современном цирке, причинах его популярности у детей и взрослых, о видах циркового искусства (клоунаде, акробатике, эквилибристике, гимнастике, жонглировании, эксцентрике, иллюзионизме, пантомиме, дрессировке животных).</p> <p>Мастер-класс «Фокус здесь и сейчас», в ходе которого школьники разучивают несколько простых фокусов.</p> <p>Видео-викторина «Клоун», в ходе которой школьники знакомятся великими российскими клоунами (Юрий Никулин,</p>

		<p>Олег Попов, Юрий Куклачев, Вячеслав Полунин).</p> <p>Рефлексивная беседа о том, как важно уметь поддерживать оптимизм в себе и в окружающих.</p>
<p>«Я вижу Землю! Это так красиво».</p>	<p>Главные события в истории покорения космоса. Отечественные космонавты-рекордсмены.</p> <p>Подготовка к полёту — многолетний процесс.</p> <p>Художественный фильм «Вызов» - героизм персонажей и реальных людей.</p>	<p>Участие во вступительной беседе об основных исторических событиях в космонавтике. Самостоятельная работа в группах: найти в интернете информацию о космонавте и сделать сообщение для одноклассников (Герман Титов, Валентина Терешкова, Алексей Леонов, Светлана Савицкая, Валерий Поляков, Елена Кондакова, Сергей Крикалев, Геннадий Падалка, Анатолий Соловьев).</p> <p>Участие в беседе о трудном процессе подготовки к полёту. Обсуждение фильма «Вызов» - в чем заключался героизм главных действующих лиц и актрисы и режиссера фильма.</p>
<p>215-летие со дня рождения Н. В. Гоголя</p>	<p>Николай Гоголь – признанный классик русской литературы, автор знаменитых «Мертвых душ», «Ревизора», «Вечеров на хуторе близ Диканьки». Сюжеты, герои, ситуации из произведений Николая Гоголя актуальны по сей день.</p>	<p>Проблематизирующая беседа «Классик есть классик», в ходе которой школьники обсуждают, какие сюжеты, герои, ситуации из произведений Гоголя можно было назвать современными.</p> <p>Игра «Закончи фразу, ставшую крылатой», в ходе которой школьники продолжают знаменитые фразы из произведений Н. Гоголя.</p> <p>Интерактивная игра, в ходе которой школьники по отрывкам из телеспектаклей, кинофильмов, иллюстраций, созданных по произведениям Николая Гоголя, называют произведение и его главных героев.</p> <p>Дискуссия, в ходе которой школьники обсуждают фразу И.А. Гончарова «Он, смешал и смеялся, невидимо плакал...».</p>

<p>Экологичное потребление</p>	<p>Экологичное потребление — способ позаботиться о сохранности планеты. Экологические проблемы как следствия безответственного поведения человека. Соблюдать эко-правила — не так сложно</p>	<p>Участие во вступительной беседе об экологическом потреблении. Обсуждение экологических проблем, существующих в России, и роли людей в их появлении, поиски решений. Работа в группах по составлению общего списка эко-правил, которые легко может соблюдать каждый</p>
<p>Труд крут</p>	<p>История Праздника труда. Труд — это право или обязанность человека? Работа мечты. Жизненно важные навыки</p>	<p>Вступительная беседа об истории Праздника труда. Участие в дискуссии: «Труд — это право или обязанность человека?» Мозговой штурм — обсуждение критериев работы мечты. Блиц-опрос «Владеете ли вы элементарными трудовыми навыками?»</p>
<p>Урок памяти</p>	<p>История появления праздника День Победы. Поисковое движение России. Могила Неизвестного Солдата. Семейные традиции празднования Дня Победы. Бессмертный полк</p>	<p>Участие во вступительной беседе об истории появления праздника День Победы. Участие в беседе о том, что заставляет тысячи человек заниматься поиском и захоронением останков погибших защитников Отечества? Обмен мнениями: есть ли в вашей семье традиция отмечать День Победы? Участвует ли семья в шествиях Бессмертного полка?</p>
<p>Будь готов! Ко дню детских общественных организаций</p>	<p>19 мая 1922 года — день рождения пионерской организации. Цель её создания и деятельность. Распад пионерской организации. Причины, по которым дети объединяются</p>	<p>Участие во вступительной беседе о пионерской организации. Участие в дискуссии о том, какое должно быть детское общественное объединение, чтобы вам захотелось в него вступить. Участие в мозговом штурме по выдвижению причин, по которым дети объединяются. Участие в беседе о том, какие бывают детские общественные объединения</p>
<p>Русский язык. Великий и могучий. 225 со дня рождения А. С. Пушкина</p>	<p>Неизвестный Пушкин. Творчество Пушкина объединяет поколения. Вклад А. С. Пушкина в формирование современного литературного русского языка.</p>	<p>Брейн-ринг «Узнай произведение по иллюстрации». Историческая справка «Малоизвестные факты из жизни А. С. Пушкина». Эвристическая беседа «Мы говорим на языке Пушкина». Интерактивные задания на знание русского языка.</p>

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
РОССИЯ – МОИ ГОРИЗОНТЫ
Класс: 10, 11

Срок реализации программы – 1 год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

В сфере гражданского воспитания:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации своих прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи.

В сфере патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины – России и собственного региона, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора.

В сфере эстетического воспитания:

- восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;
- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения;
- осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения для представителей многих профессий;
- стремление к творческому самовыражению в любой профессии;
- стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду вне зависимости от той сферы профессиональной деятельности, которой школьник планирует заниматься в будущем.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание необходимости соблюдения правил безопасности в любой профессии, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, вызванным необходимостью профессионального самоопределения, осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели, связанные с будущей профессиональной жизнью;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

- осознание важности трудолюбия, обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в российском обществе;
- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;
- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода;
- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;
- готовность адаптироваться в профессиональной среде;
- уважение к труду и результатам трудовой деятельности;
- осознанный выбор и построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей.

В сфере экологического воспитания:

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;
- осознание потенциального ущерба природе, который сопровождает ту или иную профессиональную деятельность, и необходимости минимизации этого ущерба;
- осознание своей роли как ответственного гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред.

В сфере понимания ценности научного познания:

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения мира профессий, установка на осмысление собственного опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

Метапредметные:

В сфере овладения универсальными учебными познавательными действиями:

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев);
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях;
- предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных обучающихся по Программе.

В сфере овладения универсальными учебными коммуникативными действиями:

- воспринимать и формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему

направлению и координировать свои действия с другими членами команды.

В сфере овладения универсальными учебными регулятивными действиями:

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- делать выбор и брать ответственность за решение;
- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- уметь ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого.

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

Тема 1. Вводный урок «Моя Россия – мои горизонты» (обзор отраслей экономического развития РФ – счастье в труде) (1 час)

Россия – страна безграничных возможностей и профессионального развития. Культура труда, связь выбора профессии с персональным счастьем и экономикой страны. Познавательные цифры и факты об отраслях экономического развития, профессиональных навыков и качеств, востребованных в будущем. Формирование представлений о развитии и достижениях страны в следующих сферах: медицина и здоровье; архитектура и строительство; информационные технологии; промышленность и добыча полезных ископаемых; сельское хозяйство; транспорт и логистика; наука и образование; безопасность; креативные технологии; сервис и торговля; предпринимательство и финансы.

Тема 2. Тематический профориентационный урок «Открой своё будущее» (введение в профориентацию) (1 час)

В 10 классе: в ходе занятия обучающиеся получают информацию по следующим направлениям профессиональной деятельности:

- естественно-научное направление;
- инженерно-техническое направление;
- информационно-технологическое направление;
- оборонно-спортивное направление;
- производственно-технологическое направление;
- социально-гуманитарное направление;
- финансово-экономическое направление;
- творческое направление.

Информирование обучающихся об особенностях рынка труда. «Проигрывание» вариантов выбора (альтернатив) профессии. Формирование представления о компетентностном профиле специалистов из разных направлений. Знакомство с инструментами и мероприятиями профессионального выбора.

В 11 классе: занятие направлено помочь выпускникам взглянуть на различные жизненные сценарии и профессиональные пути, которые ждут их после окончания школы. Через призму разнообразия вариантов развития событий будет раскрыта и тема разнообразия выбора профессий в различных профессиональных направлениях. Формирование представления о выборе, развитии и возможных изменениях в построении персонального карьерного пути. Формирование позитивного отношения вовлеченности

обучающихся в вопросы самоопределения. Овладение приемами построения карьерных траекторий развития. Актуализация знаний по выбору образовательной организации: организации высшего образования (ВО, вузы) или организации среднего профессионального образования (СПО) как первого шага формирования персонального карьерного пути.

Тема 3. Профориентационная диагностика № 1 «Мой профиль» и разбор результатов (1 час)

Для обучающихся, не принимающих участие в проекте «Билет в будущее», доступна профориентационная диагностика № 1 «Мой профиль».

Профориентационная диагностика обучающихся на интернет-платформе profmin.bvbinfo.ru (для незарегистрированных участников) позволяет определить требуемый объем профориентационной помощи и сформировать дальнейшую индивидуальную траекторию участия в программе профориентационной работы.

Методика «Мой профиль» – диагностика интересов, которая позволяет рекомендовать профиль обучения и направления развития. Методика предусматривает 3 версии: для 10-11 классов. Тест реализуется в форме кейсов, время прохождения – около 15 минут. По итогам диагностики рекомендуется проведение консультации по полученным результатам (в индивидуальном или групповом формате).

Тема 4. Профориентационное занятие «Система образования России» (дополнительное образование, уровни профессионального образования, стратегии поступления) (1 час)

В 10-11 классе: обучающиеся знакомятся с основными этапами подбора профессионального образования, узнают, что такое специальность и профиль обучения, учатся читать коды специальностей, обсуждают основные ошибки, которые делают школьники при подборе профессионального образования.

Тема 5. Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере науки и образования» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессии учителя, приуроченная к Году педагога и наставника)(1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии учителя, приуроченная к Году педагога и наставника, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов⁸:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 6. Профориентационная диагностика № 2 «Мои ориентиры» и разбор результатов (1 час)

Для обучающихся-участников проекта «Билет в будущее» доступна профориентационная диагностика № 2 «Мои ориентиры» (обязательна для проведения).

Профориентационная диагностика обучающихся на интернет-платформе <https://bvbinfo.ru/> (для зарегистрированных участников проекта) позволяет определить требуемый объем профориентационной помощи и сформировать дальнейшую индивидуальную траекторию участия в программе профориентационной работы.

Методика «Мои ориентиры» – онлайн-диагностика особенностей построения образовательно-профессиональной траектории. В 8-11 классах методика направлена на оценку ценностных ориентиров в сфере самоопределения обучающихся и уровня готовности к профессиональному самоопределению. Версия 6-7 классов включает только диагностику готовности к профессиональному самоопределению и не включает диагностику ценностных ориентиров.

По итогам диагностики рекомендуется проведение консультации по полученным результатам (в индивидуальном или групповом формате). Возможно проведение консультации с помощью видеозаписи готовой консультации (доступной участникам проекта «Билет в будущее» на интернет-платформе <https://bvbinfo.ru/>).

Тема 7. Профориентационное занятие «Россия промышленная: узнаю достижения страны в сфере промышленности и производства» (тяжелая промышленность, добыча и переработка сырья) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере промышленности и производственных технологий. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области промышленной и смежных технологий. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития промышленности, направленное на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о профессиях и современном рынке труда в области промышленности и смежных отраслей.

Тема 8. Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере промышленности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: металлург, специалист по аддитивным технологиям и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере промышленности, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

Знакомство с профессией и профессиональной областью.

Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.

Практическое выполнение задания.

Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 9. Профориентационное занятие «Россия цифровая: узнаю достижения страны в области цифровых технологий» (информационные технологии, искусственный интеллект, робототехника) (1 час).

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере цифровых технологий. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области сквозных цифровых технологий. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития цифровизации, направленной на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о профессиях и современном рынке труда в области цифровой экономики и смежных отраслей.

Тема 10. Профориентационное занятие «Пробую профессию в области цифровых технологий» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: программист, робототехник и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального

самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере цифровых технологий, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 11. Профориентационное занятие «Россия в деле» (часть 2) (на выбор: медицина, реабилитация, генетика) (1 час)

Для обучающихся, не принимающих участие в проекте «Билет в будущее», рекомендуется Профориентационное занятие «Россия в деле» (часть 2, 1 час).

Просвещение обучающихся и формирование познавательного интереса к выбору профессий в современной экономике нашей страны. Демонстрация перечня технологических ниш, в котором российские научно-технические достижения активно внедряются в технологические отрасли реального сектора экономики и со временем результат этой работы займет достойное место не только на российском, но и мировом рынке, формируя устойчивый тренд: российские технологии – это качество – безопасность – эффективность. В рамках занятия предложены следующие отрасли и тематики на выбор: медицина, реабилитация, генетика.

Для обучающихся-участников проекта «Билет в будущее» доступна профориентационная диагностика № 3 «Мои таланты» (обязательна для проведения).

Комплексная методика «Мои таланты» определяет профессиональные интересы и сильные стороны обучающихся с подсвечиванием «зон потенциала» (талантов), рекомендуемых отраслей и профессий. Методика предусматривает версии для 6-7, 8-9 классов, в силу особенностей образовательных возможностей для данной нозологии. Рекомендуем проходить диагностику в сопровождении учителя, родителя, тьютора для предотвращения случаев, когда у ученика возникают сложности с платформой, непонимание слов, интерпретации результатов. Также рекомендуется видеосопровождение для знакомства с результатами и рекомендациями для пользователя.

Для обучающихся – участников проекта «Билет в будущее» доступно дополнительное тестирование по методикам «Мои возможности» и «Мои способности» (проводится по желанию обучающихся). Дополнительное тестирование увеличивает точность и полноту рекомендаций. Тестирование проводится в рамках дополнительных занятий или в домашних условиях. Для тестирования рекомендуется использовать стационарные компьютеры или ноутбуки, в случае отсутствия такой возможности допускается использование мобильных устройств.

Тема 12. Профориентационное занятие «Россия инженерная: узнаю достижения страны в области инженерного дела» (машиностроение, транспорт, строительство) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере инженерного дела. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области инженерной и инжиниринговой деятельности. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития инженерного дела, направленного на решение важнейших задач развития общества и страны.

Информирование о профессиях и современном рынке труда в области инженерной деятельности и смежных отраслей.

Тема 13. Профориентационное занятие «Пробую профессию в инженерной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: инженер-конструктор, электромонтер и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере инженерного дела (инженерии), в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 14. Профориентационное занятие «Государственное управление и общественная безопасность» (федеральная государственная, военная и правоохранительная службы, особенности работы и профессии в этих службах) (1 час)

В 10-11 классе: обучающиеся актуализируют знания об основных функциях и обязанностях государства в отношении своих граждан, а также о государственных органах, которые ответственны за реализацию этих функций; обучающиеся узнают об основных рабочих задачах гражданских государственных служащих в различных органах государственного управления, узнают о релевантном образовании для управленческих позиций в госструктурах и особенностях трудоустройства в органы государственного управления; актуализируют знания о возможностях и ограничениях работы в государственных структурах.

Тема 15. Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере управления и безопасности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: специалист по кибербезопасности, юрист и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере управления и безопасности, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 16. Профориентационное занятие-рефлексия «Моё будущее – моя страна» (1 час)

Разбор и обсуждение полученного опыта в рамках серии профориентационных занятий. Постановка образовательных и карьерных целей. Формирование планов образовательных шагов и формулирование карьерной траектории развития. Развитие проектного мышления, рефлексивного сознания обучающихся, осмысление значимости собственных усилий для достижения успеха, совершенствование субъектной позиции, развитие социально-психологических качеств личности.

Тема 17. Профориентационное занятие «Россия плодородная: узнаю о достижениях агропромышленного комплекса страны» (агропромышленный комплекс) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере агропромышленного комплекса (АПК) и сельского хозяйства. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области сельского хозяйства и смежных технологий. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития АПК, направленного на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о профессиях и современном рынке труда в области экономики сельского хозяйства и смежных отраслей.

Тема 18. Профориентационное занятие «Пробую профессию в аграрной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: агроном, зоотехник и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в аграрной сфере, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 19. Профориентационное занятие «Россия здоровая: узнаю достижения страны в области медицины и здравоохранения» (сфера здравоохранения, фармацевтика и биотехнологии) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере медицины и здравоохранения. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области современной медицины и смежных технологий. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития здравоохранения, направленного на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о профессиях и современном рынке труда в области медицины и смежных отраслей.

Тема 20. Профориентационное занятие «Пробую профессию в области медицины» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: врач телемедицины, биотехнолог и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в

будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере медицины, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 21. Профорientационное занятие «Россия добрая: узнаю о профессиях на благо общества» (сфера социального развития, туризма и гостеприимства) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере социального развития, туризма и гостеприимства. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области социально-экономического развития. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития социальной сферы, направленной на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о профессиях и современном рынке труда в области социальной сферы и смежных отраслей.

Тема 22. Профорientационное занятие «Пробую профессию на благо общества» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: менеджер по туризму, организатор благотворительных мероприятий и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба в социальной сфере, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 23. Профорientационное занятие «Россия креативная: узнаю творческие профессии» (сфера культуры и искусства) (1 час)

Популяризация и просвещение обучающихся на основе знакомства с достижениями страны в сфере культуры и искусства. Знакомство на основе видеосюжетов и интервью с экспертами и специалистами в области креативной экономики и творческих индустрий. Повышение информированности о достижениях и перспективах развития креативного сектора экономики, направленных на решение важнейших задач развития общества и страны. Информирование о творческих профессиях, современном рынке труда в данной области и смежных отраслей.

Тема 24. Профорientационное занятие «Пробую творческую профессию» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: дизайнер, продюсер и др.) (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями

экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере творчества, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.

– Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 25. Профориентационное занятие «Один день в профессии» (часть 1) (учитель, актер, эколог) (1 час)

Формирование познавательного интереса у обучающихся к вопросам профессионального самоопределения на основе видеосюжетов с известными для молодежи медийными личностями – популярными блогерами, артистами, ведущими, которые решили воплотить свои детские мечты. В формате реалити-шоу на занятии рассматриваются следующие профессии (на выбор): учитель, актер, эколог.

Тема 26. Профориентационное занятие «Один день в профессии» (часть 2) (пожарный, ветеринар, повар) (1 час)

Формирование познавательного интереса у обучающихся к вопросам профессионального самоопределения на основе видеосюжетов с известными для молодежи медийными личностями – популярными блогерами, артистами, ведущими, которые решили воплотить свои детские мечты. В формате реалити-шоу на занятии рассматриваются следующие профессии (на выбор): пожарный, ветеринар, повар.

Тема 27. Профориентационный сериал проекта «Билет в будущее» (часть 1) (1 час)

Знакомство с профессиями из разных профессиональных отраслей через интервью с реальными представителями профессий – героями первого профориентационного сериала для школьников. Формирование познавательного интереса к вопросам профориентации на основе знакомства с личной историей труда и успеха героев сериала, мотивация и практическая значимость на основе жизненных историй. Каждая серия знакомит с представителями разных сфер: медицина, IT, медиа, бизнес, инженерное дело, различные производства, наука и искусство.

В рамках занятия рекомендовано к просмотру и обсуждению 1-4 серии (на выбор), посвященные следующим профессиям:

1 серия: начальник конструкторского отдела компании «ОДК-Авиадвигатели», владелец семейной фермы «Российские альпаки», шеф-повар ресторана «Peshi».

2 серия: мастер-пожарный специализированной пожарно-спасательной части по тушению крупных пожаров, второй пилот авиакомпании «Аэрофлот – Российские авиалинии», полицейский-кинолог Отдельного батальона патрульно-постовой службы полиции на метрополитене.

3 серия: инженер-технолог отдела анализа эффективности и сборки автомобилей компании «Камаз», архитектор и руководитель «Архитектурного бюро Маликова», нейробиолог, начальник лаборатории нейронаук Курчатковского комплекса НБИКС-природоподобных технологий (НИЦ «Курчатовский институт»).

4 серия: мастер участка компании «ОДК-Авиадвигатели», скульптор, руководитель Курчатковского комплекса синхротронно-нейтринных исследований (НИЦ «Курчатовский институт»).

Тема 28. Профориентационный сериал проекта «Билет в будущее» (часть 2) (1 час)

Знакомство с профессиями из разных профессиональных отраслей через интервью с реальными представителями профессий – героями первого профориентационного сериала для школьников. Каждая серия знакомит обучающихся с личной историей труда и успеха, мотивирует и несет в себе практическую значимость. Каждая серия знакомит с представителями разных сфер: медицина, IT, медиа, бизнес, инженерное дело, различные производства, наука и искусство.

В рамках занятия рекомендовано к просмотру и обсуждению 5-8 серии (на выбор), посвященные следующим профессиям:

5 серия: сварщик, методист в Музее оптики, врач ЛФК и спортивной медицины, реабилитолог.

6 серия: врач-педиатр Псковской областной инфекционной больницы, основательница концепт-стора «Палаты», основатель дома-музея «Этнодом».

7 серия: сыровар на семейном предприятии, оператор ЧПУ в компании «Лобаев Армс», учитель физики, замдиректора школы «Экотех +».

8 серия: краевед, технолог, начальник бюро окончательной сборки изделий машиностроительного завода «Тонар», травматолог-ортопед, клинический ординатор.

Тема 29. Профориентационное занятие «Пробую профессию в инженерной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее») (1 час)

Темы 29-33 – серия профориентационных занятий в формате марафона по профессиональным пробам: решение онлайн-проб (моделирующая профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее» <https://bvbinfo.ru/>), направленных на погружение обучающихся в практико-ориентированную среду и знакомство с решением профессиональных задач специалистов из различных профессиональных сред.

Профессиональная проба по профессии в сфере инженерного дела (инженерии), в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.

– Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 30. Профориентационное занятие «Пробую профессию в цифровой сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее») (1 час)

Погружение обучающихся в практико-ориентированную среду и знакомство с решением профессиональных задач специалистов из различных профессиональных сред. Профессиональная проба по профессии в цифровой сфере, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.

– Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 31. Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере промышленности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее») (1 час)

Профессиональная проба как средство актуализации профессионального самоопределения обучающихся. Знакомство с ключевыми отраслевыми направлениями экономики Российской Федерации и решение онлайн-проб (моделирующая

профессиональная проба) как практико-ориентированных задач с помощью цифровых интерактивных технологий (приложений-симуляторов на платформе проекта «Билет в будущее»: <https://bvbinfo.ru/>). Формирование представлений о компетенциях и особенностях профессий, необходимых для осуществления конкретной профессиональной деятельности.

Профессиональная проба по профессии в сфере промышленности, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 32. Профорientационное занятие «Пробую профессию в сфере медицины» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее») (1 час)

Погружение обучающихся в практико-ориентированную среду и знакомство с решением профессиональных задач специалистов из различных профессиональных сред. Профессиональная проба по профессии в сфере медицины, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 33. Профорientационное занятие «Пробую профессию в креативной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее») (1 час)

Погружение обучающихся в практико-ориентированную среду и знакомство с решением профессиональных задач специалистов из различных профессиональных сред. Профессиональная проба по профессии в креативной сфере, в рамках которой обучающимся необходимо пройти последовательность этапов:

- Знакомство с профессией и профессиональной областью.
- Постановка задачи и подготовительно-обучающий этап.
- Практическое выполнение задания.
- Завершающий этап (закрепление полученных знаний, получение цифрового артефакта).

Тема 34. Профорientационное занятие «Моё будущее – Моя страна» (1 час)

Подведение итогов занятий по профориентации с учетом приобретенного опыта по профессиональным средам, знакомству с рынком труда и отраслями экономики, профессиями и требованиями к ним. Развитие у обучающихся личностного смысла в приобретении познавательного опыта и интереса к профессиональной деятельности. Формирование представления о собственных интересах и возможностях, образа «Я» в будущем. Построение дальнейших шагов в области профессионального самоопределения.

3. Тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Вводный урок «Моя Россия – мои горизонты» (обзор отраслей экономического развития РФ – счастье в труде).	1
2	Тематический профориентационный урок «Открой своё будущее» (введение в профориентацию).	1
3	Профориентационная диагностика № 1 «Мой профиль» и разбор результатов. Профориентационная диагностика № 1 «Мои профсреды» и разбор результатов.	1
4	Профориентационное занятие «Система образования России» (дополнительное образование, уровни профессионального образования, стратегии поступления).	1
5	Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере науки и образования» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессии учителя, приуроченная к Году педагога и наставника).	1
6	Профориентационное занятие «Россия в деле» (часть 1) (на выбор: импортозамещение, авиастроение, судовождение, судостроение, лесная промышленность). Профориентационная диагностика № 2 «Мои ориентиры» и разбор результатов.	1
7	Профориентационное занятие «Россия промышленная: узнаю достижения страны в сфере промышленности и производства» (тяжелая промышленность, добыча и переработка сырья).	1
8	Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере промышленности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: металлург, специалист по аддитивным технологиям и др.)	1
9	Профориентационное занятие «Россия цифровая: узнаю достижения страны в области цифровых технологий» (информационные технологии, искусственный интеллект, робототехника).	1
10	Профориентационное занятие «Пробую профессию в области цифровых технологий» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: программист, робототехник и др.).	1
11	Профориентационное занятие «Россия в деле» (часть 2) (на выбор: медицина, реабилитация, генетика). Профориентационная диагностика № 3 «Мои таланты» и разбор результатов.	1
12	Профориентационное занятие «Россия инженерная: узнаю достижения страны в области инженерного дела» (машиностроение, транспорт, строительство).	1
13	Профориентационное занятие «Пробую профессию в инженерной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: инженер-конструктор, электромонтер и др.)	1

14	Профориентационное занятие «Государственное управление и общественная безопасность» (федеральная государственная, военная и правоохранительная службы, особенности работы и профессии в этих службах)	1
15	Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере управления и безопасности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: специалист по кибербезопасности, юрист и др.)	1
16	Профориентационное занятие-рефлексия «Моё будущее – моя страна».	1
17	Профориентационное занятие «Россия плодородная: узнаю о достижениях агропромышленного комплекса страны» (агропромышленный комплекс).	1
18	Профориентационное занятие «Пробую профессию в аграрной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: агроном, зоотехник и др.).	1
19	Профориентационное занятие «Россия здоровая: узнаю достижения страны в области медицины и здравоохранения» (сфера здравоохранения, фармацевтика и биотехнологии).	1
20	Профориентационное занятие «Пробую профессию в области медицины» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: врач телемедицины, биотехнолог и др.)	1
21	Профориентационное занятие «Россия добрая: узнаю о профессиях на благо общества» (сфера социального развития, туризма и гостеприимства)	1
22	Профориентационное занятие «Пробую профессию на благо общества» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: менеджер по туризму, организатор благотворительных мероприятий и др.).	1
23	Профориентационное занятие «Россия креативная: узнаю творческие профессии» (сфера культуры и искусства).	1
24	Профориентационное занятие «Пробую творческую профессию» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее» по профессиям на выбор: дизайнер, продюсер и др.).	1
25	Профориентационное занятие «Один день в профессии» (часть 1) (учитель, актер, эколог).	1
26	Профориентационное занятие «Один день в профессии» (часть 2) (пожарный, ветеринар, повар).	1
27	Профориентационный сериал проекта «Билет в будущее» (часть 1).	1
28	Профориентационный сериал проекта «Билет в будущее» (часть 2).	1
29	Профориентационное занятие «Пробую профессию в инженерной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее»).	1
30	Профориентационное занятие «Пробую профессию в цифровой сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее»).	1

31	Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере промышленности» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее»).	1
32	Профориентационное занятие «Пробую профессию в сфере медицины» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее»).	1
33	Профориентационное занятие «Пробую профессию в креативной сфере» (моделирующая онлайн-проба на платформе проекта «Билет в будущее»).	1
34	Профориентационное занятие «Моё будущее – Моя страна».	1
Всего		34

Рабочая программа внеурочной деятельности
«ЮИД. Волонтёр. Безопасность»

Срок реализации: 2 года

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

По окончании изучения курса внеурочной деятельности «ЮИД, Волонтер, Безопасность» обучающимися 10 класса должны быть достигнуты:

10-11 класс

Планируемые результаты.

В результате изучения учебной программы у обучающихся формируются:

Личностные результаты:

1. Обучающиеся научиться ответственно относиться к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.
2. Разовьют активную позицию при участии в мероприятиях по пропаганде ПДД.

Метапредметные результаты:

1. Обучающиеся будут соблюдать правила дорожного движения.
2. Обучающиеся получат навыки оказания первой помощи.

Предметные результаты.

Обучающиеся будут знать:

- правила дорожного движения, нормативные документы об ответственности за нарушение ПДД;
- серии дорожных знаков и их представителей;
- способы оказания первой помощи;
- техническое устройство велосипеда.

Обучающиеся будут уметь:

- работать с правилами дорожного движения, выделять нужную информацию;
- читать информацию по дорожным знакам; оценивать дорожную ситуацию;
- оказывать первую помощь пострадавшему;
- проводить профилактические мероприятия для учеников школ и воспитанников детских садов, участвовать в конкурсах, соревнованиях;
- управлять велосипедом.

С этой целью планируется у обучающихся формирование следующих **универсальных учебных действий:**

- **познавательные** как способность применять для решения практических задач различные умственные операции (сравнение, обобщение, анализ, доказательства и др.);
- **регулятивные** как владение способами организации, планирования различных видов деятельности (репродуктивной, поисковой, исследовательской, творческой), понимание специфики каждой;
 - использование речи для регуляции своего действия;
 - адекватное восприятие предложений учителей, товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок;
 - умение выделить и формулировать то, что уже усвоено и что ещё нужно усвоить;
 - умение соотносить правильность выбора, планирования, выполнения и результата действия с требованиями конкретной задачи.
- **коммуникативные** как способности в связной логически целесообразной форме речи передать результаты изучения объектов окружающего мира; владение рассуждением, описанием повествованием;
 - работать в группе, учитывать мнение партнеров, отличные от собственных;
 - ставить вопросы;
 - обращаться за помощью;
 - формулировать свои затруднения;
 - предлагать помощь и сотрудничество;
 - договариваться и приходить к общему решению;
 - формулировать собственное мнение и позицию;
 - осуществлять взаимный контроль;

- адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Актуальность курса: грамотная организация работы обучающихся в воспитании дисциплинированного пешехода, является составной частью воспитания общей культуры человека.

Цель курса:

формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих участников дорожного движения; расширение системы знаний и практических навыков безопасного поведения на дорогах и его распространение среди школьников и воспитанников детских садов.

Задачи курса:

1. *Повысить у обучающихся уровень знаний по правилам дорожного движения Российской Федерации и формировать навыки соблюдения и выполнения правил дорожного движения.*
2. *Оказать содействие обучающимся в выработке навыков по оказанию первой помощи.*
3. *Сформировать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.*
4. *Развивать инициативность и активную позицию у обучающихся при участии в мероприятиях по пропаганде ПДД среди других школьников.*

Развивающие:

- развивать у обучающихся умения ориентироваться в дорожно-транспортной ситуации;
- способствовать развитию у обучающихся таких умений, как быстрота реакции, внимательность, наблюдательность, зрительное и слуховое восприятие, логическое мышление, самообладание, находчивость.

Воспитательные:

- воспитать у обучающихся дисциплинированность и ответственность за свои действия на дороге;
- выработать у обучающихся культуру поведения в транспорте и дорожную этику;
- сформировать у обучающихся сознательное и ответственное отношение к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих.

Программа курса включает **17 часов в 10 классе, 17 часов в 11 классе по 1 занятию 1 раз в 2 недели**: – в 10 классе – 17 занятий, в 11 классе 17 занятий;

Формы контроля: индивидуальный, групповой, фронтальный.

Методы контроля: устный опрос, зачет, практические работы, викторины, кроссворды.

Методы и средства обучения:

Словесные – рассказ, объяснение, беседа.

Наглядные – показ иллюстрационных пособий, плакатов, схем, зарисовок на доске, стендов, видеофильмов, презентаций.

Практические – выполнение практических заданий в тетрадях, игровые ситуации, с помощью которых проверяется знание ПДД, решение задач, кроссвордов, тестирование, экскурсии по городу (поселку) с целью изучения программного материала.

Программа «ЮИД, Волонтер, Безопасность» состоит из 3 тематических разделов, которые взаимосвязаны между собой.

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
		10 класс
1.	Раздел 1: «Юные инспектора движения»	9 часов
2.	Раздел 2: «Обеспечение безопасности дорожного движения»	7 часов

3.	Раздел 3: Итоговое тестирование	1 час
	ИТОГО	17 часов

№ п/п	Разделы программы	Количество часов
		11 класс
1.	Раздел 1: «Юные инспектора движения»	9 часов
2.	Раздел 2: «Обеспечение безопасности дорожного движения»	7 часов
3.	Раздел 3: Итоговое тестирование	1 час
	ИТОГО	17 часов

Содержание занятий по разделам

Раздел 1: Введение.

Цели, задачи «ЮИД, Волонтеры, Безопасность». История движения ЮИД. Основные направления работы отряда ЮИД. Структура и организация работы отряда ЮИД. Обязанности и права юного инспектора движения. Краткий анализ ситуации дорожно-транспортного травматизма в Челябинской области, позиция людей по отношению к соблюдению ПДД, убеждение детей в необходимости знать законы улиц и дорог, обеспечивая этим свою безопасность. Вводный инструктаж перед проведением занятий.

Раздел 2. История правил дорожного движения.

Тема 1: История и развитие Правил дорожного движения.

Практика: Первые дорожные знаки. Назначение и роль дорожных знаков в регулировании дорожного движения. Современные дорожные знаки и их группы. Предупреждающие знаки. Запрещающие знаки. Знаки приоритета. Предписывающие знаки. Информационно-указательные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации. Случаи, когда значения временных дорожных знаков противоречат указаниям стационарных знаков. Места установки дорожных знаков.

Тема 2: Встреча с сотрудниками ГИБДД. Экскурсия в ГИБДД.

Практика: Экскурсия в отдел полиции и знакомство с сотрудниками ГИБДД. Должностные инструкции постового, работа на территории населенного пункта.

Раздел 3. Фигурное вождение велосипеда.

Тема 1: Движение велосипедистов группами, колонной. Движение по улицам и перекресткам.

Практика: История создания велосипедов. Велосипед как транспортное средство. Виды велосипедов. Обязанности водителей велосипедов, мопедов, мотоциклов, скутеров. Езда на велосипеде, технические требования, предъявляемые к велосипеду. Экипировка. Правила движения велосипедистов. Подача предупредительных сигналов велосипедистом световыми приборами и рукой. Дополнительные требования к движению велосипедистов: Правила проезда велосипедистами нерегулируемых перекрестков. Основные виды нарушений ПДД велосипедистами и мотоциклистами. Ответственность за допущенные нарушения. Правила проезда велосипедистами пешеходного перехода. Движение групп велосипедистов.

Тема 2: Разметка на велосипедной площадке

Практика: Знакомство с разметкой препятствия:

- змейка;
- восьмерка;
- качели;
- перестановка предмета

- слалом;
- рельсы «Желоб»;
- ворота с подвижными стойками;
- скачок;
- коридор из коротких досок.

Тема 3: Фигурное вождение

Практика: Преодоление препятствий (прохождение трассы)

- змейка;
- восьмерка;
- качели;
- перестановка предмета
- слалом;
- рельсы «Желоб»;
- ворота с подвижными стойками;
- скачок;
- коридор из коротких досок.

Раздел 4. Правила дорожного движения

Тема 1: ПДД. Общее положение

Теория: Дорога, её элементы и правила поведения на дороге. Проезжая часть.

Разделительная полоса. Полоса движения. Общие вопросы порядка движения. Основные требования к пешеходам: знание правил дорожного движения, дисциплинированность, самообладание, умение психологически переключиться на зону повышенной опасности, умение предвидеть и избегать опасности.

Тема 2: Правила движения-закон улиц и дорог

Теория: Правила дорожного движения в России. Общие положения. Обязанности пешеходов, водителей, велосипедистов и пассажиров. ПДД для пешеходов – правостороннее движение, правила перехода дороги, места перехода проезжей части дороги. Обход стоящего транспорта у обочины. Движение пешеходных групп и колонн. ПДД для пассажиров – виды общественного транспорта, посадочные площадки и дорожные знаки, правила поведения в салоне транспорта, перевоз грузов. Меры ответственности пешеходов и водителей за нарушение ПДД.

Практика: Экскурсия «Улица полна неожиданностей»

Тема 3: Оформление уголка безопасности дорожного движения

Теория: Оформление уголка «Дорога, транспорт, пешеход».

Практика: Оформление уголка по безопасности ДД. Изготовление плана-карты безопасного маршрута из дома в школу и обратно. Просмотр фото- и видеоматериалов.

Тема 4: Обязанности пешеходов. Обязанности пассажиров

Практика: Взаимовежливые отношения пассажиров и водителя.

Тема 5: История дорожных знаков. Назначение и роль дорожных знаков в регулировании дорожного движения

Теория: Назначение и роль дорожных знаков в регулировании дорожного движения.

Тема 6: Дорожные знаки и их группы

Теория: Первые дорожные знаки. Назначение и роль дорожных знаков в регулировании дорожного движения. Современные дорожные знаки и их группы. Случаи, когда значения временных дорожных знаков противоречат указаниям стационарных знаков. Места установки дорожных знаков.

Знакомство с группами дорожных знаков:

Предупреждающие.

Приоритета.

Запрещающие.

Предписывающие.

Особых предписаний.

Информационно-указательные.

Сервиса.

Дополнительной информации (или таблички).

Практика: Экскурсии по улицам, наблюдение за соблюдением знаков ДД.

Тема 7: Светофорное регулирование движения транспорта и пешеходов. Порядок перехода и проезда улиц и дорог.

Теория: Появление светофора на дорогах. Виды светофоров. Сигналы светофоров. Значение круглых сигналов светофора выполненных в виде стрелок. Пешеходные светофоры для велосипедистов. Светофоры для регулирования движения через железнодорожные переезды. Переход дороги по сигналам светофора. Порядок перехода при отсутствии светофора.

Практика: Правила перехода улиц. Распространение памяток о правилах ДД для нарушителей.

Тема 8: Тестирование по знаниям ПДД

Практика: Тестирование.

Дорожно-транспортные происшествия.

Тема 1: Дорожно-транспортные происшествия

Теория: Определение ДТП. Причины попадания детей в ДТП. Состояние дорожно-транспортного травматизма среди детей. Последствия ДТП. Разбор конкретных ДТП. Дорожные ловушки: закрытого обзора; отвлечения внимания; «пустынная улица»; пешеход на проезжей части улицы; на пешеходном переходе; на углу перекрестка; возле дома; пешеход, идущий вдоль проезжей части. Места перехода проезжей части. Правила движения пешеходов вдоль дорог.

Движение обучающихся по тротуарам и пешеходным переходам. Наша дорога в школу. Правила пользования транспортом. Правила перехода улицы после выхода из транспортных средств.

Практика: Экскурсия «Опасные места в районах проживания обучающихся».

Раздел 6. Основы оказания первой медицинской доврачебной помощи.

Тема 1: Основные требования при оказании ПМП при ДТП

Теория: Первая помощь при ДТП. Информация, которую должен сообщить свидетель ДТП. Аптечка автомобиля и ее содержимое.

Практика: Знакомство с практическим применением средств автомобильной аптечки. Встреча с медицинским работником.

Тема 2: Первая помощь при переломах

Теория: Вывихи и оказание первой медицинской помощи. Переломы, их виды. Оказание первой помощи пострадавшему. Транспортировка пострадавшего, иммобилизация. Использование подручных материалов для изготовления носилок.

Практика: Оказание первой помощи. Виды повязок и способы их наложения.

Тема 3: Первая помощь при кровотечениях

Теория: Раны, их виды, оказание первой помощи.

Виды кровотечения и оказание первой медицинской помощи.

Тема 4: Проведение ИВЛ и непрямого массажа сердца

Теория: Сердечный приступ, первая помощь.

Тема 5: Наложение повязок

Теория: Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, ожогах, обморожении, переломах, обмороке, сердечном приступе. Наложение различных видов повязок. Транспортировка пострадавшего.

Практика: Встречи с медицинским работником по практическим вопросам. Оказание первой помощи при кровотечении.

Фигурное вождение велосипеда.

Тема 1: Подготовка профилактических мероприятий для младших школьников.

Теория: Подбор материалов для проведения профилактических мероприятий
Практика: Отработка методического материала для проведения мероприятия.
Тема 2: Проведение мероприятий
Практика: Проведение мероприятий по заявкам.
Подведение итогов, итоговая аттестация.
Тема 1: Итоговая аттестация
Практика: Итоговое тестирование.

3. Тематическое планирование курса внеурочной деятельности (10 класс)

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	
		теоретические знания	практическая деятельность
1.	Раздел 1: «Юные инспектора движения» (9 часов)	4	3
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	
1.2.	Входное тестирование.	1	1
1.3.	Отряды Юных инспекторов движения.	1	1
1.4.	Подготовка к конкурсу-фестивалю «Безопасное колесо»	1	1
2.	Раздел 2: «Обеспечение безопасности дорожного движения» (7 часов)	4	3
2.1.	Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.	1	
2.2.	Дорога, ее элементы и правила поведения на ней. Дорога – зона повышенной опасности.	1	1
2.3.	Дорожно-транспортные происшествия. Чрезвычайные ситуации на транспорте	1	
2.4.	Элементы улиц и дорог. Знаки дорожного движения	1	1
2.5.	Пешеходные переходы. Нерегулируемые перекрестки, светофор.		1
2.6.	Правила дорожного движения для велосипедистов и других участников движения. Остановочный путь и скорость автомобиля.		1
2.7.	Особенности сезонов и причины возникновения ДТП с разными участниками дорожного движения.		1
3.	Раздел 3: Итоговое тестирование (1 час)	1	
3.1.	Итоговое тестирование по основам безопасности дорожного движения.	1	
ИТОГО: 17 часов		9	8

Тематическое планирование курса внеурочной деятельности (11 класс)

№ п/п	Темы занятий	Количество часов	
		теоретические	практическая

		знания	деятельность
1.	Раздел 1: «Юные инспектора движения» (9 часов)	4	3
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	1	
1.2.	Входное тестирование.	1	1
1.3.	Отряды Юных инспекторов движения в России.	1	1
1.4.	Подготовка к конкурсу-фестивалю «Безопасное колесо»	1	1
2.	Раздел 2: «Обеспечение безопасности дорожного движения» (24 часа)	4	3
2.1.	Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.	1	
2.2.	Чрезвычайные ситуации на транспорте.	1	1
2.3.	Дорога, ее элементы и правила поведения на ней. Дорога – зона повышенной опасности.	1	
2.4.	Дорожно-транспортные происшествия. Влияние погодных условия при ДТП.	1	1
2.5.	Элементы улиц и дорог. Знаки дорожного движения. Виды пешеходных переходов. Виды перекрестков и их особенности.		1
2.6.	Ответственность за нарушение ПДД		1
2.7.	Велосипед, мопед, самокат. Правила дорожного движения для велосипедистов и других участников дорожного движения.		1
3.	Раздел 3: Итоговое тестирование (1 час)	1	
3.1.	Итоговое тестирование по основам безопасности дорожного движения.	1	
ИТОГО: 17 часов		9	8

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Основы экологической культуры»

Срок реализации – 2 года

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Занятия в рамках программы направлены на обеспечение достижения обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов освоения содержания курса.

Личностные:

В сфере гражданского воспитания:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Основы экологической культуры»;

- готовность к разнообразной совместной деятельности;

- выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса.

В сфере патриотического воспитания:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

- ценностное отношение к достижениям своей Родины в науке, технологиях и трудовых достижениях народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе экскурсий экологической направленности.

В сфере духовно-нравственного воспитания:

- воспитание моральных ценностей и норм в ситуациях нравственного выбора;

- готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм;

- осознание необходимости брать на себя ответственность в ситуации экологического выбора, активное неприятие асоциальных поступков.

В сфере эстетического воспитания:

- восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства;

- стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного; стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду.

В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- осознание ценности жизни;

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение правил гигиены, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- способность адаптироваться к изменяющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям;

- осмысление собственного опыта и выстраивание дальнейших целей, связанных с будущей профессиональной жизнью; умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

- формирование навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

В сфере трудового воспитания:

- активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода задачи;

- применение знаний, полученных в ходе изучения курса «Основы экологической культуры»;

- осознание важности обучения для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

- готовность адаптироваться в профессиональной среде;

- уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор, построение индивидуальной образовательной траектории и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей. Принятие идеи экологизации современного общества с необходимостью сохранения живой природы и защите её от негативного антропогенного воздействия, вызванного потребительским отношением человека.

В сфере экологического воспитания:

- применение социальных и естественно-научных знаний для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

- повышение уровня экологической культуры;

- осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

В сфере понимания ценности научного познания:

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека;

- овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения экологии, осмысление собственного опыта, анализ своих поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия.

В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

- освоение социального опыта и основных социальных ролей; способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции;

- развитие способности осознавать дефицит собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе в сфере экологии;

- умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития;

- умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики;

- умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду;

- способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия; формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

Метапредметные:

Метапредметные результаты обучающихся, освоивших данный курс, включают:

Универсальные познавательные действия:

- выявлять дефицит информации о той или иной стороне экологически значимой деятельности, находить способы решения возникших проблем; использовать вопросы как инструмент для познания;

- аргументировать свою позицию, мнение; оценивать достоверность информации, полученной в ходе работы с интернет-источниками;

- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого обсуждения в группе или в паре;

- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия, связанных с тем или иным экологически обоснованным выбором;

- применять различные методы при поиске и отборе информации, связанной с экологически значимой деятельностью и дальнейшим изучением курса;

- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию;

- находить аргументы, подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации, предназначенную для остальных участников курса «Основы экологической культуры».

Универсальные коммуникативные действия:

- формулировать суждения в соответствии с целями и условиями общения в рамках занятий, включённых в курс «Основы экологической культуры»;
- выражать свою точку зрения;
- понимать намерения других участников занятий курса «Основы экологической культуры», проявлять уважительное отношение к ним и к взрослым, участвующим в занятиях;
- в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и(или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты работы, связанные с тематикой курса по экологии;
- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по её достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;
- уметь обобщать мнения нескольких участников курса «Основы экологической культуры», проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с действиями других участников курса.

Универсальные регулятивные действия:

- выявлять проблемы, возникающие в ходе изучения курса «Основы экологической культуры»; ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- делать выбор и брать на себя ответственность за решения, принимаемые в процессе включения в различные виды активности в сфере экологии; владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- предвидеть трудности, которые могут возникнуть в рамках экологически обоснованной деятельности - объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку опыту, приобретённому в ходе прохождения курса «Основы экологической культуры», уметь находить позитивное в любой ситуации;
- уметь вносить коррективы в свою деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- различать, называть и управлять собственными эмоциями;
- уметь ставить себя на место другого человека, осознанно относиться к другому человеку, его мнению, понимать мотивы и намерения участников курса, осознанно относиться к ним.

Предметные результаты

Предметные результаты освоения программы основного общего образования представлены с учётом специфики содержания предметных областей, затрагиваемых в ходе экологически значимой деятельности школьников. Предметные результаты включают:

Биология: формирование ценностного отношения к живой природе, к собственному организму; понимание роли биологии в формировании современной естественно-научной картины мира; умение применять систему биологических знаний; формирование

представлений об основных факторах окружающей среды, их роли в жизнедеятельности и эволюции организмов, об антропогенных факторах; формирование представлений об экосистемах и значении биоразнообразия, о глобальных экологических проблемах, стоящих перед человечеством, и способах их преодоления; умение создавать и применять словесные и графические модели для объяснения строения живых систем, явлений и процессов живой природы; владение навыками работы с информацией биологического содержания, представленной в разной форме (в виде текста, табличных данных, схем, графиков, диаграмм, моделей, изображений); умение интегрировать биологические знания со знаниями других учебных предметов; формирование основ экологической грамотности: осознание необходимости действий по сохранению биоразнообразия и охране природных экосистем, сохранению и укреплению здоровья человека; умение выбирать целевые установки в своих действиях и поступках по отношению к живой природе, своему здоровью и здоровью окружающих; умение использовать приобретённые знания и навыки для здорового образа жизни, сбалансированного питания и физической активности; неприятие вредных привычек и зависимостей; умение противодействовать лженаучным манипуляциям в области здоровья; формирование мотивации к продолжению изучения биологии как профильного предмета на уровне среднего общего образования.

География: освоение и применение системы знаний о размещении и основных свойствах географических объектов, понимание роли географии в формировании качества жизни человека и окружающей его среды на планете Земля, в решении современных практических задач своего населённого пункта; умение устанавливать взаимосвязи между изученными природными, социальными и экономическими явлениями и процессами, реально наблюдаемыми географическими явлениями и процессами; умение использовать географические знания для описания существенных признаков разнообразных явлений и процессов в повседневной жизни, положения и взаиморасположения объектов и явлений в пространстве; умение объяснять влияние изученных географических объектов и явлений на качество жизни человека и качество окружающей его среды; умение выбирать и использовать источники географической информации (картографические, статистические, текстовые, видео- и фотоизображения, компьютерные базы данных), необходимые для решения учебных, практико-ориентированных задач, практических задач в повседневной жизни; умение оценивать характер взаимодействия деятельности человека и компонентов природы в разных географических условиях с точки зрения концепции устойчивого развития; умение решать практические задачи геоэкологического содержания для определения качества окружающей среды своей местности, путей её сохранения и улучшения, задачи в сфере экономической географии для определения качества жизни человека, семьи и финансового благополучия.

Химия: владение правилами поведения в целях сбережения здоровья и окружающей природной среды; понимание вреда (опасности) воздействия на живые организмы определённых веществ, способов уменьшения и предотвращения их вредного воздействия; понимание значения жиров, белков, углеводов для организма человека.

Физика: умение использовать знания о физических явлениях в повседневной жизни для обеспечения безопасности при обращении с бытовыми приборами и техническими устройствами, сохранения здоровья и соблюдения норм экологического поведения в окружающей среде; понимание необходимости применения достижений физики и технологий для рационального природопользования.

Технология: понимание социальных и экологических последствий развития технологий промышленного и сельскохозяйственного производства, энергетики и транспорта.

Основы безопасности жизнедеятельности: формирование культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения; овладение знаниями и умениями для предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных

средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); формирование социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих.

Русский язык: формирование умений речевого взаимодействия (в том числе общения при помощи современных средств устной и письменной речи): создание устных монологических высказываний на основе жизненных наблюдений и личных впечатлений, чтения учебно-научной, художественной и научно-популярной литературы.

Литература: овладение умением использовать словари и справочники, в том числе информационно-справочные системы в электронной форме, подбирать проверенные источники в библиотечных фондах, Интернете для выполнения учебной задачи.

Физическая культура: формирование привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой; умение планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития.

2. Содержание учебного курса

Программа рассчитана на 17 часов в 10 классе, 17 часов в 11 классе в рамках которых предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, практикумы, экскурсии, встречи, деловые и ролевые игры, групповая работа, творческая работа.

Взаимосвязь с программой воспитания.

Программа курса внеурочной деятельности разработана с учётом рекомендаций примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных организаций. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие ребёнка.

Это проявляется:

— в возможности включения школьников в деятельность, организуемую в рамках модулей программы воспитания: «Внеурочная деятельность», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Школьные медиа», «Организация предметно-эстетической среды», «Профорентация»;

— в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлечённость в совместную деятельность с педагогом и другими детьми.

Особенности работы педагога по программе. Педагог, работающий по программе «Основы экологической культуры», старается раскрыть потенциал каждого школьника через вовлечение его в различные формы деятельности. При этом результатом работы педагога в первую очередь является личностное развитие ребёнка. Личностных результатов педагог может достичь, увлекая ребёнка совместной и интересной им обоим деятельностью, устанавливая во время занятий доброжелательную, поддерживающую атмосферу, наполняя занятия ценностным содержанием.

Особенностью занятий является их интерактивность и многообразие используемых форм работы: в ходе даже одного занятия можно чередовать разнообразные игры, практикумы, групповую работу, обмен мнениями, дискуссии. Кроме того, программа предусматривает организацию экскурсий, практикумов.

Основы экологических знаний. 10 класс

17 часа, 0,5 час в неделю

Тема 1. Введение (1 часа)

Экология как наука. Среда обитания и условия существования. Взаимосвязи живых организмов и среды. Особенности взаимодействия растений и животных с окружающей их средой. Экология как учебный предмет.

Тема 2. Организмы и среда их обитания (6 часов)

Среды жизни. Средообразующая деятельность организмов. Экологические факторы. Условия среды. Общие закономерности влияния экологических факторов среды на организмы. Экологические ресурсы. Соответствие между организмами и средой их обитания. Энергетический бюджет и тепловой баланс организма Экологическая ниша.

Тема 3. Экология популяций (3 часа)

Популяция и ее основные характеристики. Популяционное обилие и его показатели. Рождаемость и смертность. Возрастная структура популяции. Динамика популяций.

Тема 4. Биотические взаимоотношения организмов (2 часов)

Типы экологических взаимодействий. Конкуренентные отношения. Хищничество. Паразитизм. Пищевые цепи питания.

Тема 5. Организация и функционирование сообщества (5 часов)

Сообщество, экосистема, биогеоценоз, биосфера. Структура сообщества. Естественные и искусственные экосистемы. Поток энергии и вещества в экосистемах. Круговорот веществ в экосистемах. Продуктивность сообщества. Экологическая сукцессия. Сукцессионные изменения. Значение сукцессий. Биосфера и ее эволюция. Биологическое разнообразие как основное условие устойчивости популяций, биоценозов, экосистем. Человек в созданной им среде. Экологическая деятельность летом.

Основы экологических знаний. 11 класс

17 часа, 0,5 час в неделю

Введение (1 час)

Предмет экологии.

Тема 1. Антропогенное воздействие на биосферу (4 часов)

История воздействия человека на природу. Современное состояние природной среды. Атмосфера – внешняя оболочка биосферы. Загрязнение атмосферы. Почва – биокосная система. Загрязнение почвы. Вода – основа жизненных процессов в биосфере. Загрязнение природных вод. Радиоактивность в биосфере. Биологическое разнообразие в биосфере. Экологические проблемы биосферы. Основы рационального управления природными ресурсами и их использования.

Тема 2. Окружающая среда и здоровье человека (5 часов)

Химические загрязнения среды и здоровье человека. Биологические загрязнения и болезни человека. Влияние звуков на человека. Физические факторы среды и самочувствие человека. Питание и здоровье человека. Посуда пищевого назначения. Пищевые добавки. Культура питания. Ландшафт как фактор здоровья. Квартира как экосистема. Использование фитонцидных растений в интерьере. Проблемы адаптации человека к окружающей среде. Практическая работа «Оценка экологической безопасности своего дома, квартиры».

Тема 3. Здоровый образ жизни (7 часов)

Основные принципы здорового образа жизни. Достаточная двигательная активность и закаливание организма. Физическая активность и влияние ее на организм. Стресс, его причина, влияние на организм. Репродуктивное здоровье и профилактика заболеваний, передающихся половым путем. СПИД – коварная болезнь. Алкоголизм – болезнь химической зависимости. Табакокурение. Наркотики, зависимость и последствия. Как сказать наркотикам: «Нет!». Организм человека и витамины. Антибиотики: мифы или реальность.

3. Тематическое планирование

10 класс

№п/п	Тема занятия/раздел	Количество часов	ЦОР
------	---------------------	------------------	-----

Введение 1 часа			
1	Что изучает экология?	1	
Организмы и среда их обитания 6 часов			
2	Среды жизни.	1	https://ya.ru/video/preview/6202964401074520502
3	Экологические факторы. Условия среды.	1	https://ya.ru/video/preview/17976254691682605709
4	Общие закономерности влияния экологических факторов среды на организмы	1	https://ya.ru/video/preview/17358398595261224059
5	Соответствие между организмами и средой их обитания	1	
6	Энергетический бюджет и тепловой баланс организма	1	
7	Экологическая ниша.	1	
Экология популяций 3 часов			
8	Популяция и ее основные характеристики	1	https://ya.ru/video/preview/18117391638223658512
9	Рождаемость и смертность	1	
10	Возрастная структура популяции. Динамика популяций	1	
Биотические взаимоотношения организмов 2 часов			
11	Типы экологических взаимодействий	1	https://ya.ru/video/preview/6942626192108366027
12	Конкурентные отношения. Хищничество. Паразитизм. Пищевые цепи питания	1	https://ya.ru/video/preview/17821999901665408812
Организация и функционирование сообщества 5 часов			
13	Сообщество, экосистема, биогеоценоз, биосфера.	1	https://ya.ru/video/preview/3840013660693850760

	Структура сообщества		
14	Естественные и искусственные экосистемы. Поток энергии и вещества в экосистемах	1	
15	Круговорот веществ в экосистемах. Продуктивность сообщества	1	
16	Экологическая сукцессия. Сукцессионные изменения. Значение сукцессий	1	https://ya.ru/video/preview/14230006471802489369
17	Биосфера и ее эволюция. Биологическое разнообразие как основное условие устойчивости популяций, биоценозов, экосистем	1	https://ya.ru/video/preview/12349899667253586358
Всего		17	

11 класс

№п/п	Тема занятия/раздел	Количество часов	ЦОР
Введение 1 час			
1	Введение	1	
Антропогенное воздействие на биосферу 4 часа			
2	История воздействия человека на природу. Современное состояние природной среды. Атмосфера – внешняя оболочка	1	https://ya.ru/video/preview/3685831364850831910

	биосферы. Загрязнение атмосферы		
3	Почва – биокосная система. Загрязнение почвы. Вода – основа жизненных процессов в биосфере. Загрязнение природных вод. Радиоактивност ь в биосфере	1	https://ya.ru/video/preview/12793142499428379029
4	Биологическое разнообразие в биосфере. Экологические проблемы биосферы	1	https://ya.ru/video/preview/450898419102909887
5	Основы рационального управления природными ресурсами и их использования	1	https://ya.ru/video/preview/17124134166689363970
Окружающая среда и здоровье человека 5 часов			
6	Химические загрязнения среды и здоровье человека. Биологические загрязнения и болезни человека	1	https://ya.ru/video/preview/993963234749616892
7	Влияние звуков на человека. Физические факторы среды и самочувствие человека	1	https://ya.ru/video/preview/14977244039268277345
8	Питание и здоровье человека. Посуда пищевое назначения. Пищевые добавки.	1	https://ya.ru/video/preview/12855270716695065586

	Культура питания		
9	Квартира как экосистема. Использование фитонцидных растений в интерьере	1	
10	Проблемы адаптации человека к окружающей среде	1	
Здоровый образ жизни 7 часов			
24	Основные принципы здорового образа жизни. Достаточная двигательная активность и закаливание организма. Физическая активность и влияние ее на организм	1	https://ya.ru/video/preview/4012253248833785719
25	Стресс, его причина, влияние на организм	1	https://ya.ru/video/preview/4894407638504971286
26	Репродуктивное здоровье и профилактика заболеваний, передающихся половым путем. СПИД – коварная болезнь	1	https://ya.ru/video/preview/1451182241641248229 <u>1</u>
27	Алкоголизм – болезнь химической зависимости. Табакокурение. Наркотики, зависимость и последствия. Как сказать наркотикам - «Нет!»	1	https://ya.ru/video/preview/1108042066347409142 <u>5</u>

28	Организм человека и витамины	1	https://ya.ru/video/preview/11508311981516863344
29	Антибиотики: мифы или реальность	1	https://ya.ru/video/preview/3597838029634521871
30	Обобщающее повторение	1	
Всего		17	

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности
«Индивидуальный проект внеурочной деятельности»

Срок реализации программы – 2 года

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию;
- сформированность мотивации к учению и познанию;
- ценностно- смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетентности, личностные качества;
- сформированность основ российской, гражданской идентичности;

Предметные:

- Умение самостоятельно ставить новые задачи на основе развития познавательных мотивов и интересов;
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом, сверстниками, старшими и младшими школьниками: определять цели, распределять функции и роли участников, взаимодействовать и работать в группе;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникативных технологий.

Коммуникативные:

- готовность к сотрудничеству с обучающимися, коллективной работе, освоение основ межкультурного взаимодействия в образовательной организации и социальном окружении.

Познавательные:

- владение умениями работать с учебной и внешкольной информацией, использовать современные источники информации, в том числе материалы на электронных носителях; - способность решать творческие задачи, представлять результаты своей деятельности в различных формах (проект, сообщение, презентация, реферат и др.).

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

В рамках реализации универсального профиля в 10-11-м классе организуется подготовка обучающихся к разработке и педагогическому сопровождению разработки индивидуальных проектов внеурочной деятельности (инструктажи, индивидуальные и групповые консультации, защита проектов индивидуального плана). Рабочая программа рассчитана на 68 ч. (1ч в неделю): 34ч. – в 10-м классе и 34 ч. - 11-м классе. В рамках проведения ИПВД предусмотрены формы деятельности такие как, беседа, творческая работа, проект, профессиональные пробы, экскурсии и др.

10 класс

Тема 1: Проектная деятельность.

Понятие «индивидуальный проект», проектная деятельность, проектная культура. Типология проектов. Проекты в современном мире проектирования в современном мире, научные школы. Методология и технология проектной деятельности. Индивидуальный учебный проект как одна из форм организации учебного процесса. Цели, задачи проектирования в современном мире, проблемы. Отличие проектной деятельности от научно- исследовательской. Особенности монопроекта и межпредметного проекта. Характеристика и отличительные черты исследовательских проектов. Характеристика и отличительные черты бизнес – проектов. Характеристика и отличительные черты социальных и творческих проектов. Характеристика и отличительные черты конструкторских и инженерных проектов.

Тема 2. Анализ профессий.

Формула профессии. Классификационные признаки - предмет труда, цель труда, орудия труда, условия труда. Понятие о профессиональной пригодности. Методы изучения способностей. Развитие производства и сельского хозяйства. Сфера услуг.

Хозяйственный механизм. Понятие о профессиональной карьере. Профессиональная компетентность. Индивидуальный профессиональный план как средство реализации программы личностного и профессионального роста человека. Профессиональное прогнозирование и самоопределение. Основы проектной деятельности; технология и алгоритм создания творческого проекта. Оценка способности к самоанализу, анализу профессии, самореализации в различных видах профессиональной деятельности. Проверка соответствия выбранной профессии склонностям учащихся.

Тема 3. Подготовка и защита профориентационных проектов.

Проведение профориентационных проб по выбранным направлениям. Подготовка и защита профориентационных проектов (презентация профессии, составление развернутой профессиограммы и технологической карты).

11 класс

Тема 1. Алгоритм проектной и исследовательской деятельности.

Учебное проектирование. Проектная культура. Анализ достижений и недостатков работы над проектом в 10 классе. Корректировка проекта с учетом рекомендаций Планирование деятельности по проекту на 11 класс.

Тема 2. Управление оформлением и завершением проекта.

Этапы исследовательской работы. Работа над введением научного исследования. Работа над основной частью исследования. Методы исследования. Результаты опытно-экспериментальной работы. Способы и формы представления данных. Компьютерная обработка данных исследования. Библиография, справочная литература, каталоги.

Оформление таблиц, рисунков и иллюстрированных плакатов, ссылок, сносок, списка литературы Основные процессы исполнения, контроля и завершения проекта, исследовательских работ. Составление компьютерной презентации. Критерии контроля. Управление завершением проекта. Архив проекта. Составление архива проекта: электронный вариант. Коммуникативные барьеры при публичной защите результатов проекта. Аргументирующая речь. Главные предпосылки успеха публичного выступления. Умение отвечать на незапланированные вопросы. Подготовка авторского доклада. Представление работы, предзащита результатов проектной деятельности. Корректировка проекта с учетом рекомендаций. Рефлексия проектной деятельности.

Тема 3. Рефлексия проектной деятельности.

Защита проекта. Анализ достижений и недостатков. Обобщение знаний по курсу «Индивидуальный проект».

3. Тематическое планирование

10 класс

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Индивидуальный учебный проект как одна из форм организации учебного процесса	1
2	«Ознакомление с положением об итоговом индивидуальном проекте обучающихся МАОУ «СОШ № 54 (филиал) г. Челябинска»	1
3	Цели, задачи проектирования в современном мире, проблемы.	1
4	Отличие проектной деятельности от научно-исследовательской	1
5	Особенности монопроекта и межпредметного проекта	1
6	Выбор предполагаемых тем для проектов.	1
7	Обсуждение предполагаемых тем для проектов.	1
8	Обсуждение рекомендаций будущим авторам.	1
9	Инструктаж по выполнению	1
10	Обсуждение идей будущих проектов, составление индивидуальных планов работы над проектами.	1

11	Обсуждение идей будущих проектов, составление индивидуальных планов работы над проектами.	1
12	Защита плана индивидуальных проектов внеурочной деятельности	1
13	Утверждение тематики проектов и индивидуальных планов работы.	1
14	Консультации по выбору информации для проектов.	1
15	Консультации по выбору информации для проектов.	1
16	Экскурсия на предприятие	1
17	Подготовка к защите плана индивидуальных проектов	1
18	Защита плана индивидуальных проектов	1
19	Классификация профессий	1
20	Классификация профессий	1
21	Мотивы выбора профессии	1
22	Методические рекомендации по написанию и оформлению проектов	1
23	Типы темперамента и выбор профессии	1
24	Современный рынок труда и его требования к профессионалу	1
25	Структура проекта	1
26	Требования к оформлению письменной части работы	1
27	Социально – экономические условия современной России	1
28	Экскурсия на предприятие	1
29	Экскурсия на предприятие	1
30	Социальная практика: работа на экологической площадке школы	1
31	Социальная практика: работа на экологической площадке школы	1
32	Подготовка профориентационных проектов (профессиограммы, профессиональные пробы)	1
33	Подготовка профориентационных проектов (профессиограммы, профессиональные пробы)	1
34	Защита профориентационных проектов (профессиограммы, профессиональные пробы)	1
Всего		34

11 класс

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Проектная культура	1
2	Анализ достижений и недостатков работы над проектом в 10 классе	1
3	Корректировка проекта с учетом рекомендаций	1
4	Планирование деятельности по проекту на 11 класс	1
5	Этапы исследовательской работы	1
6	Работа над введением научного исследования.	1
7	Работа над основной частью исследования	1
8	Работа над основной частью исследования	1
9	Методы исследования	1
10	Результаты опытно – экспериментальной работы	1
11	Способы и формы представления данных	1
12	Компьютерная обработка данных исследования	1
13	Библиография, справочная литература, картотека	1

14	.Оформление таблиц, рисунков и иллюстрированных плакатов, ссылок, сносок, списка литературы	1
15	Способы оформления конечных результатов индивидуального проекта	1
16	Создание компьютерной презентации	1
17	Создание компьютерной презентации	1
18	Критерии контроля	1
19	Управление завершением проекта	1
20	Архив проекта. Составление архива проекта: электронный вариант	1
21	Коммуникативные барьеры при публичной защите результатов проекта	1
22	Аргументирующая речь	1
23	Главные предпосылки успеха публичного выступления.	1
24	Умение отвечать на незапланированные вопросы.	1
25	Подготовка авторского доклада	1
26	Представление работы, предзащита результатов проектной деятельности	1
27	Представление работы. Предзащита проекта	1
28	Корректировка проекта с учетом рекомендаций Рефлексия проектной деятельности.	1
29	Защита проекта	1
30	Защита проекта	1
31	Защита проекта	1
32	Анализ достижений и недостатков	1
33	Анализ достижений и недостатков	1
34	Приглашение учебно – исследовательских обществ других школ	1
Всего		34

Рабочая программа внеурочной деятельности
«Волейбол»

Срок реализации программы – 2 года

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности «Волейбол».

В основу изучения курса внеурочной деятельности «Волейбол» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами.

В ходе реализации программы данного курса будет обеспечено достижение обучающимися воспитательных результатов и эффектов получения обучающимися опыта самостоятельного общественного действия, формирование у школьников социально приемлемых моделей поведения.

Уровень результатов — получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура), ценностного отношения к социальной реальности в целом.

-содействие гармоническому физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки и устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

-обучение основам базовых видов двигательных действий; дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

— формировать положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;

— учить взаимоотношению в команде;

— развивать чувство патриотизма, любви к Родине и физическому труду;

— учить ценить своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

— **Уровень результатов** — получение обучающимися опыта самостоятельного общественного действия, формирование у школьников социально приемлемых моделей поведения. Только в самостоятельном общественном действии человек действительно становится гражданином, социальным деятелем, свободным человеком. применение навыков самостоятельной организации досуга с использованием средств— физической культуры и спорта; понимать роль волейбола в укреплении здоровья;— научить самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок;— уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития;— участие в соревнованиях.— оценивать своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Научить самостоятельно составлять свой режим дня и график тренировок;

— уметь самостоятельно подбирать упражнения для своего физического развития;

— участие в соревнованиях.

— оценивать своё здоровье и неприязнь к вредным привычкам.

Личностные результаты:

- дисциплинированность, трудолюбие, упорство в достижении поставленных целей;

- умение управлять своими эмоциями в различных ситуациях;

- умение оказывать помощь своим сверстникам;

- положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;

- понимание роли волейбола в укреплении здоровья;

- сообразительности: умению быстро и правильно оценивать сложные ситуации, учитывать их последствия;

- инициативности: умению эффективно и самостоятельно применять тактические замыслы противника и предвидеть результаты, как его, так и своих действий.

- российская идентичность, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме, чувство причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России, патриотизм, готовность к служению Отечеству, его защите;

- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);

- воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации.

Метапредметные результаты:

-определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

- следовать при выполнении задания инструкциям учителя;

-понимать цель выполняемых действий

-различать подвижные и спортивные игры;

-договариваться и приходить к общему решению, работая в паре.

-находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;

-объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

-формирование знаний о волейболе и его роли в укреплении здоровья;

- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;

-умение вести наблюдение за показателями своего физического развития; - принимать решения, связанные с игровыми действиями;

- взаимодействовать друг с другом на площадке.

- самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

-оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

-ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

-оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

-выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и не материальные затраты;

-организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

-сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

-искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

-критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

-использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

-находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

-выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

-выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

-менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности;

-рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

-поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления;

-умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

-умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника;

-владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

- осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий

-при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

-координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

Данный курс поддерживает планируемые предметные результаты учебного предмета «Физическая культура»:

-включает в себя развитие основных физических качеств и овладение базовыми основами техники;

-дальнейшее укрепление здоровья;

-гармоничное физическое развитие;

-укрепление опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы средствами общей (ОФП) и специальной (СФП) физической подготовки;

-повышение уровня скоростных, силовых и скоростно-силовых качеств;

-приобретение соревновательного опыта;

-развитие общей выносливости;

-рассматривать физическую культуру как явления культуры, выделять исторические развития;

-рационально планировать режим дня;

-руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий;

-правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий; руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;

-раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками,

излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

-руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

-выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

-выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств;

Воспитательные результаты:

- направлены на физическое развитие школьников, развитие их ценностного отношения к своему здоровью, побуждение к здоровому образу жизни, воспитание силы воли, ответственности, формирование ответственности на защиту слабых.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Программа рассчитана на 17 часов, в рамках которых предусмотрены соревнования

Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикация судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом.

Освоение техники передвижений

Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)

Освоение техники приемов и передач мяча

Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

Освоение техники подачи мяча и приема подач.

Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку.

Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам.

Верхняя прямая подача в прыжке

Освоение техники прямого нападающего удара

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.

Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.

Прямой нападающий удар при встречных передачах.

Овладение техникой защитных действий

Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.

Овладение тактикой игры в нападении.

Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.

Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.

Овладение тактикой игры в защите

Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».

Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.

Учебная игра в волейбол с заданиями. Учебно-тренировочная игра. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.

Овладение организаторскими способностями

Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.

Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

Подобная реализация программы внеурочной деятельности по-спортивному и оздоровительному направлению «Волейбол» соответствует возрастным особенностям обучающихся, способствует формированию личной культуры здоровья обучающихся через организацию здоровьесберегающих практик.

СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ 10-11 КЛАСС

Основы знаний

Правила игры в волейбол. Организация и судейство соревнований по волейболу. Жестикация судей. Правила техники безопасности при занятиях волейболом.

Освоение техникой передвижений

Стойка игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и т. д.)

Освоение техники приемов и передач мяча

Передачи мяча сверху и снизу двумя руками на месте и после перемещений. Передачи над собой, перед собой. Во встречных колоннах через сетку с переходом в конец противоположной колонны.

Передачи мяча в прыжке через сетку. Передачи мяча сверху и снизу стоя боком, спиной к цели. Передачи мяча в парах в движении. Передачи в четверках с перемещением из зоны 6 в зоны 3, 2 и из зоны 6 в зоны 3,4.

Освоение техники подачи мяча и приема подач.

Верхняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Верхняя прямая подача на количество попаданий на противоположную площадку. Прием подачи через сетку.

Верхняя прямая подача на количество попаданий, указанным зонам.

Верхняя прямая подача в прыжке.

Прием подачи в зону 3.

Освоение техники прямого нападающего удара

Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Нападающий удар с разбега из зоны 2, 4 с передачи мяча игроком из зоны 3.

Нападающий удар с разбега из зоны 6 с передачи мяча из зоны 2, 4.

Прямой нападающий удар при встречных передачах.

Овладение техникой защитных действий

Блокирование нападающего удара (индивидуальное и групповое). Страховка.

Овладение тактикой игры в нападении.

Выполнение подач в определенные зоны. Групповые действия – взаимодействие игроков зоны 6 с игроком зоны 3, а игрока зоны 3 с игроком зоны 2 и 4. Командные тактические действия через игрока передней линии без изменения позиций игроков.

Командные тактические действия через игрока передней линии с изменением позиций игроков.

Овладение тактикой игры в защите

Выбор способа приема мяча. Взаимодействие игроков задней линии с игроками передней линии. Система игры в защите «углом вперед».

Овладение игрой и развитие психомоторных способностей.

Учебная игра в волейбол с заданиями. Учебно-тренировочная игра. Товарищеские встречи со сборными командами близлежащих школ.

Овладение организаторскими способностями

Организация и судейство учебно-тренировочных игр, соревнований между классами. Проведение разминки тренировочных занятий.

Занятия проводятся в спортивном зале. Здоровье сберегающая организация образовательного процесса предполагает использование форм и методов обучения, адекватных возрастным возможностям занимающихся.

3. Тематическое планирование 10 класс

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Электронные ресурсы
1	Совершенствование техники верхней, нижней передачи	4	1	3	https://yandex.ru/v
2	Прямой нападающий удар	2		2	https://yandex.ru/v
3	Совершенствование верхней прямой подачи	3		3	https://yandex.ru/v
4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4		4	https://yandex.ru/v
5	Двусторонняя учебная игра	2		2	https://yandex.ru/v
6	Одиночное блокирование	1		1	https://yandex.ru/v
7	Страховка при блокировании	1		1	https://yandex.ru/v
8	Физическая подготовка в процессе занятия				https://yandex.ru/v
	Итого	17	1	16	

Тематическое планирование 11 класс

№	Тема	Всего часов	Теория	Практика	Электронные ресурсы
1	Верхняя передача двумя руками в прыжке	2		2	https://yandex.ru/v
2	Прямой нападающий удар	2		2	https://yandex.ru/v
3	Верхняя, нижняя передача двумя руками назад	2		2	https://yandex.ru/v

4	Совершенствование приёма мяча с подачи и в защите	4		4	https://yandex.ru/v
5	Двусторонняя учебная игра	2		2	https://yandex.ru/v
6	Одиночное блокирование и страховка	3		3	https://yandex.ru/v
7	Командные тактические действия в нападении и защите	2	1	1	https://yandex.ru/v
	Физическая подготовка в процессе занятия				https://yandex.ru/v
	Итого	17	1	16	

Рабочая программа по курсу внеурочной
деятельности
СОВЕТ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Срок реализации программы – 1 год

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные:

- Целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии;
- Уважительное отношение к иному мнению, готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания, понимание чувств других людей и сопереживания им;
- Компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, осознанное отношение к собственным поступкам;
- Овладения навыками сотрудничества с педагогом и сверстниками;

Предметные:

- Умение самостоятельно ставить новые задачи на основе развития познавательных мотивов и интересов;
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условием её реализации;
- Формирование умения определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- Умение организовать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом, сверстниками, старшими и младшими школьниками: определять цели, распределять функции и роли участников, взаимодействовать и работать в группе;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникативных технологий.

Коммуникативные:

- готовность к сотрудничеству с обучающимися, коллективной работе, освоение основ межкультурного взаимодействия в образовательной организации и социальном окружении.

Познавательные:

- владение умениями работать с учебной и внешкольной информацией, использовать современные источники информации, в том числе материалы на электронных носителях;
- способность решать творческие задачи, представлять результаты своей деятельности в различных формах (проект, сообщение, презентация, реферат и др.).

2. Содержание курса внеурочной деятельности.

Тема 1: «Кто такой лидер?»

Методы работы:

- игры на знакомство;
- знакомство с целью детского творческого объединения «Ведущий за собой»;
- Беседа на тему «Кто такой лидер?»;
- тесты «Имеете ли вы организаторские способности», «Умеете ли вы выполнять указания?»;
- Организаторская этика – что это такое?

Тема 2: «Коллектив - основа организаторской деятельности».

Методы работы:

- Что такое коллектив? Портрет коллектива;
- Стадии развития коллектива (по А. Н. Лутошкину и А. С. Макаренко);
- Позиция актива в коллективе ребят;
- Система поручений в детском коллективе.

Тема 3: «Как правильно организовать работу»

Методы работы:

- Беседа: «10 этапов от старта до финиша»;
- Советы начинающему организатору;
- ролевые и деловые игры, имитирующие реальные жизненные ситуации.

Тема 4: «Организация самоуправления»

Методы работы:

- Беседа: «Что такое самоуправление? Структура самоуправления. Модель школьного ученического самоуправления»;
- Практическое задание: создать модель ученического самоуправления для младших школьников;
- Варианты создания информационного стенда школьного самоуправления;

Тема 5: «Игра – дело серьёзное»

Методы работы:

- Беседа на тему «Играйте серьёзно»,
- практическое занятие «Виды игр».

Выезды в театр и посещения музея. Культмассовые мероприятия способствуют сплочению коллектива, эстетическому воспитанию, приобщению к культурным ценностям.

Походы в лес. Поход на лыжах удовлетворяет гедонистические потребности подростков (потребность в удовольствии, радости, положительных эмоциях) и приобщает их к здоровому образу жизни.

Вечер добрых друзей. Общение, развлекательная программа, подведение итогов, планы на будущее.

Тема 6: «Мастер слова»

Публичное выступление. Правила успешного публичного выступления. Монолог и диалог. Экскурсия.

3. Тематическое планирование

№	Тема занятий	Кол-во часов
1	Вводное занятие. Основные понятия и термины лидерского движения	0,5
2	Беседа на тему «Кто такой лидер?»	0,5
3	Основные направления деятельности детской организации «Содружество»	0,5
4	История возникновения детских организаций	0,5
5	Строим город актива	0,5
6	Стадии развития коллектива (по А. Н. Лутошкину и А. С. Макаренко)	0,5
7	Позиция актива в коллективе ребят	0,5
8	Система поручений в детском коллективе	0,5
9	Организаторская этика – что это такое?	0,5
10	Модели ученического самоуправления	0,5
11	Игра «Что такое коллектив?» «Портрет коллектива»	0,5
12	Развитие лидерских качеств личности.	0,5
13	Игра «Кто главный?»	0,5
14	Создание модели самоуправления	0,5
15	Создание модели самоуправления	0,5
16	Беседа: «10 этапов от старта до финиша»	0,5
17	Советы начинающему организатору	0,5
18	Принципы построения интервью	0,5
19	Рольевые и деловые игры, имитирующие реальные жизненные ситуации	0,5
20	Организация самоуправления	0,5
21	Мозговой штурм	0,5

22	От «А» до «Я»	0,5
23	«Я б в вожатые пошел»	0,5
24	Вожатские таланты	0,5
25	Планирование дня	0,5
26	Беседа: «Что такое самоуправление? Структура самоуправления. Модель школьного ученического самоуправления»	0,5
27	Варианты создания информационного стенда школьного самоуправления	0,5
28	Планирование деятельности классного коллектива	0,5
29	Познавательная игра «Волшебные вещи»	0,5
30	Организация мероприятия в классном коллективе	0,5
31	Беседа на тему « Игратьте серьёзно »	0,5
32	«Виды игр »	0,5
33	Итоговое занятие.	0,5
34	Обобщающее занятие	0,5
Всего		17

Программа курса внеурочной деятельности
«ГТО»
филиал

Срок реализации: 2 года

1. Планируемые результаты

В результате освоения содержания внеурочной программы учащиеся должны:

- знать виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору с 1-й по 5-ю ступень комплекса ГТО;
- уметь соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности;
- правильно выполнять тестовые упражнения комплекса ГТО, максимально проявлять физические способности;
- самостоятельно заниматься физическими упражнениями, способствующими разностороннему физическому развитию (с участием родителей);
- сдать нормативы комплекса ГТО в Центре тестирования.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Данная рабочая программа для 10-11 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по внеурочной деятельности.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по внеурочной деятельности являются:

- умение организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении упражнений, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техническом уровне, характеризовать признаки технического исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

2. Содержание курса внеурочной деятельности

Место курса в учебном плане. Программа соответствует федеральному государственному образовательному стандарту среднего общего образования и представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности в соответствии с ФГОС СОО для учащихся 10-11 классов. Программа рассчитана на 17 недель в год, 1 раз в 2 недели, продолжительность занятия 40 минут.

В программе представлены контрольные тесты для школьников по физической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Содержание видов спортивной подготовке, определено исходя из содержания федеральной программы Готов к Труд и Обороне (ГТО).

Раздел 1. Основы знаний

Вводное занятие (Комплекс ГТО в общеобразовательной организации: понятие, цели, задачи, структура, значение в физическом воспитании учащихся. Виды испытаний (тестов) 5-й ступени комплекса ГТО, нормативные требования. Анонс будущих занятий, форм и направлений учебно-тренировочной деятельности во внеурочное время.

Занятие образовательно-познавательной направленности. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для девушек. Планирование самостоятельных занятий. Способы регулирования физических нагрузок и контроля за ними во время занятий физическими упражнениями. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

Раздел 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей (26 ч)

Бег на 100 м. Бег на 10—20 м со старта (развитие двигательной реакции и стартовой скорости). Бег на 40—60 м со старта (развитие максимальной скорости). Бег с ходу на 20—30 м с 10—15-метрового разбега (развитие максимальной скорости бега). Повторный бег на 80—100 м со скоростью 90—95% от максимальной (развитие скоростной выносливости). Повторный бег на 120—150 м со скоростью 85—95 % от максимальной (совершенствование техники бега и скоростной выносливости). Бег на результат 100 м.

Подвижная игра «Парами от водящего». Встречная эстафета (расстояние 50—80 м).

Бег на 2 (3) км. Бег с равномерной скоростью в режиме умеренной (50—60 % от максимальной) интенсивности с постепенно увеличивающейся продолжительностью от 5 до 15 мин. Бег на 2 (3) км «по раскладке» (по специально рассчитанному графику преодоления отдельных отрезков дистанции) согласно нормативным требованиям комплекса ГТО.

Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши). Вис

на перекладине на согнутых под разными углами руках. Передвижение боком вправо (влево) на высокой перекладине в висе на согнутых руках. Подтягивание из виса на высокой перекладине: узким хватом (ладонями к себе), широким хватом.

Подтягивание с закреплённым на поясе отягощением. Подтягивание из виса лёжа на параллельных брусьях с опорой прямыми ногами о жерди. Упражнения на силовых тренажёрах (различные виды тяги, сгибания рук в локтевых суставах).

ми, одной ногой. Прыжки в длину с места через ленту (верёвочку), расположенную на месте приземления согласно нормативам комплекса ГТО.

Выпрыгивания вверх из полуприседа на одной ноге с опорой рукой о рейку гимнастической стенки.

Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин

Поднимание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, руки с диском от штанги (2,5—5 кг) перед грудью. Поднимание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, руки за головой, с максимальным количеством повторений

(до предела) в режиме повторного способа выполнения с уменьшающимся интервалом отдыха. Наклоны туловища назад и вперёд сидя на скамейке, ноги закреплены, руки», с гантелями (набивным мячом) за головой (у затылка).

Метание гранаты на дальность. Способы держания гранаты. Имитация и метание гранаты: с места, с одного шага, с двух шагов, с трёх шагов. Отведение гранаты на два шага: на месте, в ходьбе, в медленном беге. Метание гранаты с четырёх бросковых шагов (первые два шага — отведение гранаты). Бег с гранатой в руке (над плечом). Метание гранаты с укороченного и полного разбега на технику. Метание гранаты на заданное расстояние и на дальность.

Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы: с места, с шага.

Бег на лыжах. Передвижение попеременным двухшажным ходом с различной интенсивностью. Имитация метания и передвижение одновременным двухшажным коньковым ходом без палок и с палками (на пологом склоне и по равнинной местности). Повторный бег на лыжах — дистанция 100 м (30—32 с — юноши, 38—40 с — девушки) с уменьшающимся интервалом отдыха. Прохождение отрезков 0,5—1 км с максимальной скоростью: с фиксацией времени, с определением победителя. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью в режимах умеренной и большой интенсивности в течение 30—35 мин (юноши), 20—25 мин (девушки). Бег на лыжах на результат 5 км (юноши), 3 км (девушки).

Встречная эстафета без лыжных палок с этапами 100 м. Лыжная эстафета «Быстрая команда».

Стрельба из пневматической винтовки. Прицеливание. Имитация выстрела. Выполнение выстрелов по мишени № 8 на кучность и на результат. Выполнение выстрелов с ограниченным временем. Комбинированное упражнение: стрельба по мишени № 8 из двух положений: сидя с опорой локтями о стол, затем стоя (дистанция 10 м). Стрелковые игры в тире: «Кто точнее», «Стрелковый поединок», «Турнир».

Раздел №3. Спортивные мероприятия

Проведение Общешкольных соревнований по стрельбе, в целях выявления лучшего стрелка школы; проведение спортивного праздника «А ну-ка парни!» и «А ну-ка девушки!» включение эстафет имитирующих испытания норм ГТО; «Мы готовы к ГТО!» проведение школьного этапа сдачи норм ГТО, в целях проверки готовности учащихся к испытаниям на следующем этапе.

3. Тематическое планирование

Возрастная группа 15—17 лет (10—11 классы)

№ п/п	Разделы и темы занятий	Кол-во часов	теория	практика
Раздел 1. Основы знаний				
1	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации	1	1	
2	Организация и проведение самостоятельных занятий по физической подготовке	1		1
Раздел 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей				
3	Бег на 100 м	1		1
4	Бег на 2 (3) км	1		1
5	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)	1		1
6	Рывок гири 16 кг (юноши)	1		1
7	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)	1		1

8	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки)	1		1
9	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	1		1
10	Прыжок в длину с разбега	1	1	1
11	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	1	1
12	Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин	1		1
13	Метание гранаты на дальность	1		1
14	Бег на лыжах	1		1
15	Стрельба из пневматической винтовки	1	1	1
Раздел 3. Спортивные мероприятия				
16	«А ну-ка, юноши!», «А ну-ка, девушки!»	1		1
17	«Мы готовы к ГТО!»	1		1
ИТОГО		17	4	16

Программа курса внеурочной деятельности
«ГТО»
основное здание

Срок реализации: 2 года

I. Планируемые результаты

В результате освоения содержания внеурочной программы учащиеся должны:
знать виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору с 1-й по 5-ю ступень комплекса ГТО;

уметь соблюдать меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями прикладной направленности;

правильно выполнять тестовые упражнения комплекса ГТО, максимально проявлять физические способности;

самостоятельно заниматься физическими упражнениями, способствующими разностороннему физическому развитию (с участием родителей);

сдать нормативы комплекса ГТО в Центре тестирования.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Данная рабочая программа для 10-11 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по внеурочной деятельности.

Универсальными компетенциями учащихся на этапе начального общего образования по внеурочной деятельности являются:

- умение организовать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении упражнений, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;

- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.
- Предметными результатами освоения, учащимися содержания программы являются следующие умения:
- планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать её роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- подавать строевые команды, вести подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять акробатические и гимнастические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

II. Содержание курса внеурочной деятельности.

Место курса в учебном плане. Программа представляет собой вариант программы организации внеурочной деятельности в соответствии с ФГОС СОО для учащихся 10-11 класса. Программа рассчитана на 34 недели в год, продолжительность занятия 40 минут.

В программе представлены контрольные тесты для школьников по физической подготовленности, а также методическое обеспечение и литература. Содержание видов спортивной подготовке, определено исходя из содержания федеральной программы Готов к Труд и Обороне (ГТО).

Раздел 1. Основы знаний

Вводное занятие (Комплекс ГТО в общеобразовательной организации: понятие, цели, задачи, структура, значение в физическом воспитании учащихся. Виды испытаний

(тестов) 6-й ступени комплекса ГТО, нормативные требования. Анонс будущих занятий, форм и направлений учебно-тренировочной деятельности во внеурочное время.

Занятие образовательно-познавательной направленности. Формы и содержание самостоятельных занятий. Организация самостоятельных занятий физическими упражнениями различной направленности. Характер содержания занятий в зависимости от возраста. Особенности самостоятельных занятий для девушек. Планирование самостоятельных занятий. Способы регулирования физических нагрузок и контроля за ними во время занятий физическими упражнениями. Взаимосвязь между интенсивностью нагрузок и уровнем физической подготовленности. Самоконтроль за эффективностью самостоятельных занятий.

Раздел 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей (24 ч).

Бег на 100 м. Бег на 10—20 м со старта (развитие двигательной реакции и стартовой скорости). Бег на 40—60 м со старта (развитие максимальной скорости). Бег с ходу на 20—30 м с 10—15-метрового разбега (развитие максимальной скорости бега). Повторный бег на 80—100 м со скоростью 90—95% от максимальной (развитие скоростной выносливости). Повторный бег на 120—150 м со скоростью 85—95 % от максимальной (совершенствование техники бега и скоростной выносливости). Бег на результат 100 м.

Подвижная игра «Парами от водящего». Встречная эстафета (расстояние 50—80 м).

Бег на 2 (3) км. Бег с равномерной скоростью в режиме умеренной (50—60 % от максимальной) интенсивности с постепенно увеличивающейся продолжительностью от 5 до 15 мин. Бег на 2 (3) км «по раскладке» (по специально рассчитанному графику преодоления отдельных отрезков дистанции) согласно нормативным требованиям комплекса ГТО.

Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши). Вис на перекладине на согнутых под разными углами руках. Передвижение боком вправо (влево) на высокой перекладине в висе на согнутых руках. Подтягивание из виса на высокой перекладине: узким хватом (ладонями к себе), широким хватом.

Подтягивание с закреплённым на поясе отягощением. Подтягивание из виса лёжа на параллельных брусьях с опорой прямыми ногами о жерди. Упражнения на силовых тренажёрах (различные виды тяги, сгибания рук в локтевых суставах).

Прыжки в длину с места через ленту (верёвочку), расположенную на месте приземления согласно нормативам комплекса ГТО.

Выпрыгивания вверх из полуприседа на одной ноге с опорой рукой о рейку гимнастической стенки.

Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин

Поднимание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, руки с диском от штанги (2,5—5 кг) перед грудью. Поднимание туловища из положения лёжа на спине, ноги согнуты в коленях, руки за головой, с максимальным количеством повторений (до предела) в режиме повторного способа выполнения с уменьшающимся интервалом отдыха. Наклоны туловища назад и вперёд сидя на скамейке, ноги закреплены, руки», с гантелями (набивным мячом) за головой (у затылка).

Метание гранаты на дальность. Способы держания гранаты. Имитация и метание гранаты: с места, с одного шага, с двух шагов, с трёх шагов. Отведение гранаты на два шага: на месте, в ходьбе, в медленном беге. Метание гранаты с четырёх бросковых шагов (первые два шага — отведение гранаты). Бег с гранатой в руке (над плечом). Метание гранаты с укороченного и полного разбега на технику. Метание гранаты на заданное расстояние и на дальность.

Броски набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы: с места, с шага.

Бег на лыжах. Передвижение попеременным двухшажным ходом с различной интенсивностью. Имитация метания и передвижение одновременным двухшажным коньковым ходом без палок и с палками (на пологом склоне и по равнинной местности).

Повторный бег на лыжах — дистанция 100 м (30—32 с — юноши, 38—40 с — девушки) с уменьшающимся интервалом отдыха. Прохождение отрезков 0,5—1 км с максимальной скоростью: с фиксацией времени, с определением победителя. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью в режимах умеренной и большой интенсивности в течение 30—35 мин (юноши), 20—25 мин (девушки). Бег на лыжах на результат 5 км (юноши), 3 км (девушки).

Встречная эстафета без лыжных палок с этапами 100 м. Лыжная эстафета «Быстрая команда».

Стрельба из пневматической винтовки. Прицеливание. Имитация выстрела. Выполнение выстрелов по мишени № 8 на кучность и на результат. Выполнение выстрелов с ограниченным временем. Комбинированное упражнение: стрельба по мишени № 8 из двух положений: сидя с опорой локтями о стол, затем стоя (дистанция 10 м). Стрелковые игры в тире: «Кто точнее», «Стрелковый поединок», «Турнир».

Раздел №3. Спортивные мероприятия

Проведение Общешкольных соревнований по стрельбе, в целях выявления лучшего стрелка школы; проведение спортивного праздника «А ну-ка парни!» и «А ну-ка девушки!» включение эстафет имитирующих испытания норм ГТО; «Мы готовы к ГТО!» проведение школьного этапа сдачи норм ГТО, в целях проверки готовности учащихся к испытаниям на следующем этапе.

III. Тематическое планирование. Возрастная группа 15—17 лет (10 класс)

№ п/п	Разделы и темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
Раздел 1. Основы знаний				
1.	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации	1	1	
2.	Организация и проведение самостоятельных занятий по физической подготовке	1		1
Раздел 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей				
3.	Бег на 60/100 м	1		1
4.	Бег на 2 (3) км	1		1
5.	Кросс 3 км	1		1
6.	Кросс 5 км	1		1
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)	1		1
8.	Рывок гири 16 кг (юноши)	1		1
9.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)	1		1
10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки)	1		1
11.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	1		1
12.	Прыжок в длину с разбега	1	1	1
13.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	1	1
14.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин	1		1
15.	Метание гранаты на дальность	1		1

16.	Бег на лыжах 3 км	1		1
17.	Бег на лыжах 5 км	1		
18.	Стрельба из пневматической винтовки	1	1	1
19.	Стрельба из пневматической винтовки	1		
20.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)	1		1
21.	Рывок гири 16 кг (юноши)	1		1
22.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)	1		1
23.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки)	1		1
24.	Подтягивание на низкой перекладине (девушки)	1	1	1
25.	Наклон на скамье	1	1	1
26.	Отжимание	1	1	1
Раздел 3. Спортивные мероприятия				
27.	«А ну-ка, юноши!»	1		1
28.	«А ну-ка, девушки!»	1		1
29.	«Мы готовы к ГТО!»	1		1
30.	«Мы готовы к ГТО!»	1		1
31.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
32.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
33.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
34.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
ИТОГО		34		

Возрастная группа 15—17 лет (11 класс)

№ п/п	Разделы и темы занятий	Кол-во часов	Теория	Практика
Раздел 1. Основы знаний				
1.	Комплекс ГТО в общеобразовательной организации	1	1	
2.	Организация и проведение самостоятельных занятий по физической подготовке	1		1
Раздел 2. Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей				
3.	Бег на 60/100 м	1		1
4.	Бег на 2 (3) км	1		1
5.	Кросс 3 км	1		1
6.	Кросс 5 км	1		1
7.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)	1		1
8.	Рывок гири 16 кг (юноши)	1		1

9.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)	1		1
10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки)	1		1
11.	Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамейке	1		1
12.	Прыжок в длину с разбега	1	1	1
13.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	1	1
14.	Поднимание туловища из положения лёжа на спине 1 мин	1		1
15.	Метание гранаты на дальность	1		1
16.	Бег на лыжах 3 км	1		1
17.	Бег на лыжах 5 км	1		
18.	Стрельба из пневматической винтовки	1	1	1
19.	Стрельба из пневматической винтовки	1		
20.	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)	1		1
21.	Рывок гири 16 кг (юноши)	1		1
22.	Подтягивание из виса лёжа на низкой перекладине (девушки)	1		1
23.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу (девушки)	1		1
24.	Подтягивание на низкой перекладине (девушки)	1	1	1
25.	Наклон на скамье	1	1	1
26.	Отжимание	1	1	1
Раздел 3. Спортивные мероприятия				
27.	«А ну-ка, юноши!»	1		1
28.	«А ну-ка, девушки!»	1		1
29.	«Мы готовы к ГТО!»	1		1
30.	«Мы готовы к ГТО!»	1		1
31.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
32.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
33.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
34.	Испытания (тесты) по выбору	1		1
ИТОГО		34		