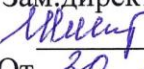


Администрация муниципального образования муниципального района «Сыктывдинский»
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Выльгортская средняя общеобразовательная школа № 1»

«Выльгортса 1 №-а шӧр школа» муниципальной велӧдан сьӧмкуд учреждение

Согласовано
Зам. директора по УВР
 Шмидт О.П.
От 30.08. 2024г.

Утверждаю
Директор МБОУ «Выльгортская СОШ № 1»
 Белякова О.Ю.
Приказ № 02.09. 2024г.



**Рабочая программа
внеурочной деятельности
«Жизнь Прекрасна!»**

Срок реализации программы: 1 год

Программу составила: Иевлева И.В.

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Жизнь прекрасна!» рассчитана на 1 год обучения. Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта.

Программа разработана на основе методических рекомендаций и примерной программы по организации учебного модуля обучающихся.

Место внеурочной деятельности в учебном плане.

Программа рассчитана на 34 часа в год, с проведением занятий 1 раз в неделю, продолжительность занятия 40 минут. Содержание программы отвечает требованию к организации учебного модуля. Подбор игр и заданий отражает реальную физическую, умственную подготовку детей, содержит полезную и любопытную информацию, способную дать простор воображению.

Общая характеристика внеурочной деятельности

Цель разработки заключается в организации пред диагностической и профилактической работы по предупреждению аддиктивных и суицидальных действий среди подростков со всеми участниками образовательных отношений, для сохранения и укрепления психического здоровья.

Предлагается проводить пред диагностический тренинговый комплекс с обучающимися, где в процессе выполнения упражнений педагог-психолог (или учитель) обсуждают те или иные жизненные ситуации, ищут выход из них. Задача такой работы - не оставить детей с информацией, которая может сформировать депрессивные или негативные позиции, а наоборот «прощупать» насколько ребята находятся в информационном поле по данной проблеме, помочь им понять, ресурсные (личностные или социальные) возможности выхода из любого состояния, из любой проблемной ситуации.

Данный тренинговый комплекс рассчитан на групповую работу, во внеурочное время. Занятия для средних и старших классов рассчитаны по 1 часу в неделю. Требования к условиям проведения - аудитория, где обучающиеся могут удобно расположиться (лучше если парты будут сдвинуты, а дети сидят в круг).

Перед началом занятий педагог-психолог объясняет требования, дает исчерпывающие ответы на все возникающие вопросы. В зависимости от уровня подготовки ребят, их интересов педагог-психолог может вносить свои коррективы в содержание уроков. На занятиях предполагается использование активных и интерактивных форм занятий. Занятия не должны носить назидательный и поучительный характер. Чтобы не возникло ощущение неискренности и неестественности, необходимо использовать принципы корпоративной работы, что будет способствовать сплоченности коллектива, при

полной «открытости» подростков к общению. Главная цель педагога-психолога - научить учащихся не бояться высказывать свои мысли и мнения по различным поводам, затрагиваемым в беседе, научить его быть внимательным и к себе, и к окружающим, быть доброжелательным со всеми. В качестве профилактики аддиктивного поведения рекомендуется использовать следующие тестовые методики, которые выступают информационным источником для выявления лиц, имеющих склонности к суицидным реакциям, что позволяет, на основе имеющихся результатов формировать из них группу риска.

1. Шкала оценки ситуативной тревожности Ч.Д. Спилберга, Л. Ханина позволяет выявить уровень личностной и ситуативной тревожности.

2. Методика исследования самооценки личности С.А.Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки, в основе данной методике лежит метод ранжирования.

3. Тест М. Ковач позволил определить количественные показатели спектра депрессивных симптомов обучающихся - снижение настроения, самооценки, гедонистические способности и межличностное поведение.

4. Тест «Ваши суицидальные наклонности» З. Королёва Рисуночная методика оценки суицидального риска. Тест помогает выявить уровень сформированности суицидальных намерений субъекта.

Приоритетность выбора данных методик заключается, прежде всего, в удобности группового проведения. Вопросы соответствуют возрасту респондентов (понятны детям), задействованы разные маркеры проявления суицидального поведения, отсутствуют прямые вопросы о суицидальных мыслях, достаточно быстрое заполнение тестов.

Ожидаемый результат.

Организованная таким образом работа позволит осуществлять профилактику здорового образа жизни, развитие личности каждого ребенка, формирование положительных ценностных жизненных установок, формирование, сохранение и развитие психологически здорового ребенка.

Тематическое планирование 9 класса

«Жизнь прекрасна!»

№	Тема	Количество часов	Используемые на уроке виды деятельности	Используемое оборудование
«Мой выбор быть здоровым»				
1	Мои ценности жизни. Жизнь это движение		Беседы Просмотр видеофильма Дискуссии	Учебное пособие, рабочая программа Мультимедиа
2	Смысл жизни и жизненные трудности			
3	Гигиена умственного труда			
4	Горькие плоды сладкой жизни			
5	Влияние стресса на организм. Сам себе спасатель			
6	Понятие генетика. Наследственность			
7	Возрастные изменения организма человека			
«Тайны природы»				
8	Человек - великое чудо природы		Беседы Просмотр видеофильма Дискуссии	Учебное пособие, рабочая программа, Мультимедиа, плакаты, раздаточные картинки
9	Теория возникновения жизни на земле. Эволюция.			
10	Природные катаклизмы			
11	Загадочный Патомский кратер в Иркутской области			
12	В небесах, на земле и на море физика удивительных природных явлений			
«Мир конфликтов. Безопасность»				
13	Общение. Деловое общение		Беседы Просмотр видеофильма Дискуссии	Учебное пособие, рабочая программа Мультимедиа
14	Конфликт. Виды конфликтов			
15	Способы разрешения конфликтов			
16	Типы темперамента.			
17	Характер. Самооценка			
«Добрый след, моя помощь и участие в жизни друга»				
18	Понятие волонтер. Волонтерское движение		Беседы Просмотр видеофильма, презентации Дискуссии	Учебное пособие, рабочая программа Мультимедиа Плакаты, раздаточный наглядный материал
19	Волонтеры победы. Акция «Чистые памятники»			
20	Умение прощать означает мудрость			
21	Мой образ жизни-пример для подражания			
22	Телефон доверия для детей и подростков			
23	Если друг оказался вдруг			
24	Равнодушие и черствость в характере или искренность и участие			
25	Мой след в школьной жизни первоклашки			
26	Старшее поколение. Будем милосердны к старости			
«Добрый след, моя помощь и участие в жизни друга»				
27	Умение прощать означает мудрость		Беседы Просмотр видеофильма, презентации Дискуссии	Учебное пособие, рабочая программа Мультимедиа
28	Мой образ жизни-пример для подражания			
29	Телефон доверия для детей и подростков			
30	Если друг оказался вдруг			
31	Равнодушие и черствость в характере или искренность и участие			
«Я и творчество в мире профессий»				
32	Где получить информацию о вакансиях		Беседы Просмотр видеофильма, презентации Дискуссии	Учебное пособие, Мультимедиа раздаточный наглядный материал
33	Перспективы карьерного роста			
34	Маршруты в мире профессии			

