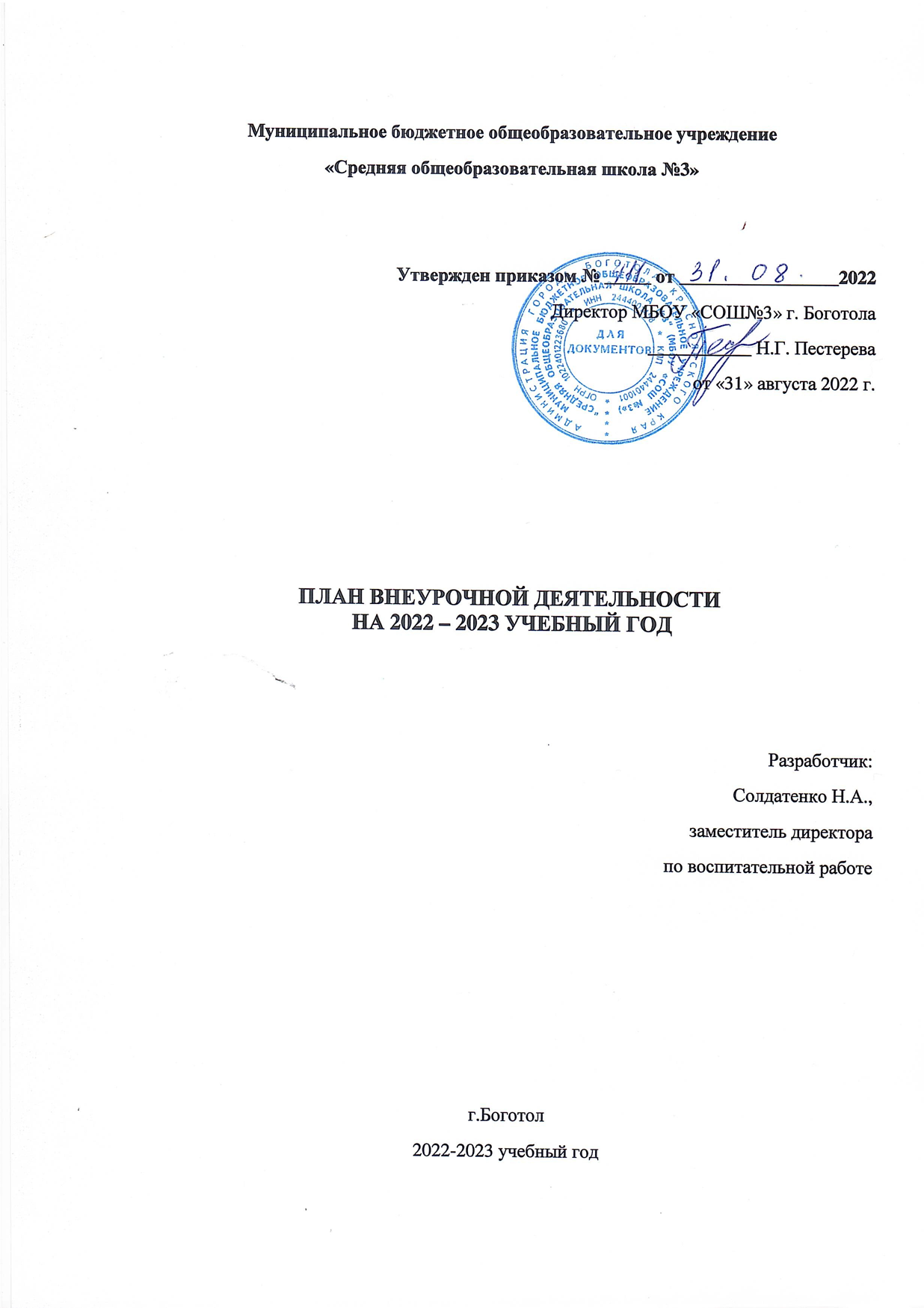
****

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**К ПЛАНУ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**1-4 - Х КЛАССОВ МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3»**

**1.**  План внеурочной деятельности для обучающихся начальных классов МБОУ «СОШ № 3» разработан в соответствии со следующими федеральными и региональными нормативными документами:

* приказом Минобрнауки России от 06.10.2009 № 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования";
* приказом Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241 "О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373";
* постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (далее – СанПиН);
* письмом Минобрнауки РФ от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта»;
* приказом Минобрнауки России от 22 сентября 2011 г. N 2357 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный  
  стандарт начального общего образования, утверждённый приказом  
  Министерства образования и науки Российской Федерации  
  от 6 октября 2009 г. N 373»;

**2.** Внеурочная деятельность организуется ***в целях*** формирования единого образовательного пространства школы для повышения качества образования и реализации процесса становления личности младшего школьника в разнообразных развивающих средах. Внеурочная деятельность является равноправным, взаимодополняющим компонентом базового образования.

В соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности:

* духовно-нравственное
* социальное
* общеинтеллектуальное
* художественно - эстетическое
* спортивно-оздоровительное,

|  |  |
| --- | --- |
| **Направление** | **Решаемые задачи** |
| Духовно-нравственное | Привитие любви к Отечеству, малой Родине, формирование гражданской ответственности, чувства патриотизма, формирование позитивного отношения к базовым ценностям общества, религии своего народа. |
| Социальное | Формирование таких ценностей, как познание, истина, целеустремленность, социально значимой деятельности. |
| Общеинтеллектуальное | Обогащение запаса учащихся языковыми знаниями , способствование формированию мировоззрения, эрудиции, кругозора. |
| Художественно - эстетическое | Развитие эмоциональной сферы ребенка, чувства прекрасного, творческих способностей, формирование коммуникативной и общекультурной компетенций |
| Спортивно-оздоровительное | Развитие личности ребенка, формирование физически здорового человека, формирование мотивации к сохранению и укреплению здоровья |

Организация внеурочной деятельности обучающихся 1-4-х классов выстроена в едином образовательном пространстве за счет использования ресурсов образовательного учреждения и учреждений дополнительного образования (ДШИ).

Модель внеурочной деятельности на основе оптимизации всех ресурсов предполагает, что в ее реализации принимают участие все педагогические работники. В этом случае координирующую роль выполняет классный руководитель, который в соответствии со своими функциями и задачами: взаимодействует с педагогическими работниками общеобразовательных учреждений; организует в классе образовательный процесс, оптимальный для развития положительного потенциала личности обучающихся в рамках деятельности общешкольного коллектива; организует систему отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса, в том числе через органы самоуправления; организует социально значимую, творческую деятельность обучающихся.

Кадровое и методическое обеспечение соответствует требованиям плана внеурочной деятельности.

Занятия проводятся во второй половине дня педагогами учреждения в кабинетах начальной школы, не задействованных в данный момент в учебном процессе. Для учащихся 2-3 классов, занимающихся со второй смены, занятия проводятся в первую половину дня.

**Направления внеурочной деятельности для обучающихся 1-4-х классов МБОУ «СОШ №3», реализующих федеральный государственный образовательный стандарт**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Всего часов в неделю** | **Формы** | **Организатор занятий** |
| Духовно-нравственное | «Путешествие в страну этикета» | 1 | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия | Учитель нач. классов |
| Разговоры о важном | 1 | Учитель нач. классов |
| РОСТ. (Развитие. Общение. Самооценка. Творчество.) | 1 | Учитель нач. классов |
| Социальное | Я учусь создавать проект | 1 | Детские исследовательс-кие проекты | Учитель нач. классов |
| Общеинтеллектуальное | Юный исследователь | 1 | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия | Учитель нач. классов |
| Я - исследователь | 1 | Учитель нач. классов |
| Занимательная математика | 1 | Учитель нач. классов |
| Общекультурное | Хор | 2 | Занятия в кружке, участие в коллективном творческом деле, акции, организованные взрослыми | Преподаватель ДШИ |
| Театр (Основы актерского мастерства и) | 2 | Руководитель театральной студии |
| Художественное чтение | 1 | Руководитель театральной студии |
| Ляписы | 1 | Учитель ИЗО |
| Аппликация | 1 | Учитель технологии |
| Рисунок. Живопись. Композиция | 1 | Учитель ИЗО |
| Юный художник | 1 | Учитель нач. классов |
| Спортивно- оздоровительное | Мини футбол | 2 | Занятия в спортивных секциях, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах | Клуб «Сибирячок» |
| Спортивные танцы | 2 |  |
| Спортивные игры | 2 | Клуб «Сибирячок» |
| Легкая атлетика | 2 | Клуб «Сибирячок» |
| Баскетбол | 2 | Клуб «Сибирячок» |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Формы** | **1А** | **1Б** | **1В** | **Кол-во часов в год** |
| Духовно-нравственное | «Путешествие в страну  этикета» | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |
| Разговоры о важном | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Социальное | Я учусь создавать проект | Детские исследовательс-кие проекты | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Общеинтеллектуальное | Юный исследователь | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |
| Я - исследователь | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Занимательная математика |  |  |  |  |
| Общекультурное | Хор | Занятия в кружке, участие в коллективном творческом деле, акции, организованные взрослыми |  |  |  |  |
| Театр (Основы актерского мастерства и) | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Художественное чтение | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Ляписы |  |  |  |  |
| Аппликация | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Рисунок. Живопись. Композиция | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Спортивно- оздоровительное | Мини футбол | Занятия в спортивных секциях, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах | 2 | 2 | 2 | 66 |
| Спортивные игры |  |  |  |  |
| Легкая атлетика | 1 | 1 | 1 | 33 |
| Баскетбол |  |  |  |  |
| **Итого:** | | **10** | **10** | **10** | **330** |

План внеурочной деятельности

учащихся 1-х классов МБОУ «СОШ №3»

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Формы** | **2А** | **2Б** | **2В** | **Кол-во часов в год** |
| Духовно-нравственное | «Путешествие в страну этикета» | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |
| Разговоры о важном | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Социальное | Я учусь создавать проект | Детские исследовательс-кие проекты | 1 |  | 1 | 34 |
| Общеинтеллектуальное | Юный исследователь | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |
| Я - исследователь | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Занимательная математика |  |  |  |  |
| Общекультурное | Хор | Занятия в кружке, участие в коллективном творческом деле, акции, организованные взрослыми | 2 | 2 | 2 | 68 |
| Театр (Основы актерского мастерства и) | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Художественное чтение |  |  |  |  |
| Ляписы |  |  |  |  |
| Аппликация |  |  |  |  |
| Рисунок. Живопись. Композиция | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Юный художник |  | 1 |  | 34 |
| Спортивно- оздоровительное | Мини футбол | Занятия в спортивных секциях, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Спортивные игры |  |  |  |  |
| Спортивные танцы | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Легкая атлетика | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Баскетбол |  |  |  |  |
|  |  | **10** | **10** | **10** | **340** |

План внеурочной деятельности

учащихся 2-х классов МБОУ «СОШ №3»

План внеурочной деятельности

учащихся 3-х классов МБОУ «СОШ №3»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Формы** | **3А** | **3Б** | **3В** | **3Г** | **Кол-во часов в год** |
| Духовно-нравственное | «Путешествие в страну этикета» | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |  |
| Разговоры о важном | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Социальное | Я учусь создавать проект | Детские исследовательс-кие проекты | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Общеинтеллектуальное | Юный исследователь | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Я - исследователь |  |  |  |  |  |
| Занимательная математика |  |  |  |  |  |
| Общекультурное | Хор | Занятия в кружке, участие в коллективном творческом деле, акции, организованные взрослыми | 2 | 2 | 2 | 2 | 68 |
| Театр (Основы актерского мастерства и) | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Художественное чтение | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Ляписы |  |  |  |  |  |
| Аппликация |  |  |  |  |  |
| Рисунок. Живопись. Композиция | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Юный художник |  |  |  |  |  |
| Спортивно- оздоровительное | Мини футбол | Занятия в спортивных секциях, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Спортивные игры |  |  |  |  |  |
| Спортивные танцы | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Легкая атлетика |  |  |  |  |  |
| Баскетбол |  |  |  |  |  |
| **Итого:** | | **10** | **10** | **10** | **10** | **340** |

План внеурочной деятельности

учащихся 4-х классов МБОУ «СОШ №3»

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Формы** | **4А** | **4Б** | **4В** | **4Г** | **Кол-во часов в год** |
| Духовно-нравственное | «Путешествие в страну этикета» | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |  |
| РОСТ. (Развитие. Общение. Самооценка. Творчество.) |  |  |  |  |  |
| Разговоры о важном | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Социальное | Я учусь создавать проект | Детские исследовательс-кие проекты | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Общеинтеллектуальное | Юный исследователь | Познавательные беседы, олимпиады, кружковые занятия |  |  |  |  |  |
| Я - исследователь |  |  |  |  |  |
| Я - читатель | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Занимательная математика |  |  |  |  |  |
| Общекультурное | Хор | Занятия в кружке, участие в коллективном творческом деле, акции, организованные взрослыми | 2 | 2 | 2 | 2 | 68 |
| Театр (Основы актерского мастерства и) | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Художественное чтение | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Ляписы |  |  |  |  |  |
| Аппликация |  |  |  |  |  |
| Рисунок. Живопись. Композиция | 1 | 1 | 1 | 1 | 34 |
| Юный художник |  |  |  |  |  |
| Спортивно- оздоровительное | Мини футбол | Занятия в спортивных секциях, беседы о ЗОЖ, участие в оздоровительных процедурах |  |  |  |  |  |
| Спортивные игры | 2 | 2 | 2 | 2 | 68 |
| Легкая атлетика |  |  |  |  |  |
| Баскетбол |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **Итого:** | | | **10** | **10** | **10** | **10** | **340** |

**ПЛАН ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ   
УРОВНЯ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Пояснительная записка к плану внеурочной деятельности**

**уровня среднего общего образования на 2022-2023 учебный год**

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС СОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение старшеклассниками личностных и метапредметных результатов среднего общего образования; гуманизацию всей жизни школы; выравнивание стартовых возможностей развития личности ребенка; содействие выбору индивидуального образовательного пути; обеспечение каждому ученику «ситуации успеха»; содействие самореализации личности ребенка и педагога; создание условий для продолжения образования после школы.

Внеурочная деятельность на уровне среднего общего образования осуществляется по выбору учащихся через часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

План внеурочной деятельности разработан на основе:

* Федерального Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
* Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» с изменениями от 29.12.2014 №1645; от 31.12.2015 № 1578; от 29.06.2017 №613;
* Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования";
* Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10;
* Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «СОШ № 3»;
* Устава МБОУ «СОШ № 3».

**Целевая направленность внеурочной деятельности**

План внеурочной деятельности обеспечивает широту развития личности старшеклассника, учитывает социокультурные потребности, регулирует недопустимость перегрузки учащихся.

План внеурочной деятельности среднего общего образования составлен с целью дальнейшего совершенствования образовательной деятельности, повышения результативности обучения детей, обеспечения вариативности образовательной деятельности, сохранения единого образовательного пространства, а также выполнения гигиенических требований к условиям обучения школьников и сохранения их здоровья.

Внеурочная деятельность опирается на содержание среднего общего образования, интегрирует с ним, что позволяет сблизить процессы воспитания, обучения и развития.

***Цель внеурочной деятельности*** – создание условий для получения образования всеми учащимися, в том числе одаренными детьми, детьми с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами; проявления и развития старшеклассниками своих

интересов на основе свободного выбора; содействия самореализации личности ребенка; обеспечения достижений ожидаемых результатов учащихся 10-х классов в соответствии с основной образовательной программой учреждения; продолжения образования после школы.

Задачи.

* создание условий для наиболее полного удовлетворения потребностей и интересов учащихся;
* развитие опыта творческой деятельности, творческих способностей;
* формирование успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;
* формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
* передача учащимися навыков социального общения людей, опыта поколений;
* формирование трудовых и социально-экономических отношений (подготовка личности к трудовой деятельности);
* воспитание у старшеклассников гражданской идентичности.

**Особенности организации внеурочной деятельности**

Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью образовательной деятельности в школе и позволяет реализовать требования федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в полной мере. Особенностями данного компонента образовательного процесса являются предоставление учащимся возможности широкого спектра занятий, направленных на их развитие; а также самостоятельность образовательного учреждения в процессе наполнения внеурочной деятельности конкретным содержанием.

План внеурочной деятельности на уровне среднего общего образования модифицируется в соответствии с профилями:социально-гуманитарным, естественно-научным, которые предполагают курсы внеурочной деятельности по выбору учащихся, воспитательные мероприятия, подготовку и защиту индивидуальных или групповых проектов, выезды на природу, туристические походы, поездки, организация «зрительского марафона» (коллективное посещение кинопоказов, театральных спектаклей, концертов, просмотр видеофильмов, посещение выставок, музеев с обязательным коллективным обсуждением).

Максимально допустимое количество часов внеурочной деятельности на уровне среднего общего образования 700 часов за два года.

**Организация воспитательных мероприятий**

Воспитательные мероприятия нацелены на формирование мотивов и ценностей учащегося в таких сферах, как:

– отношение учащихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя, самоопределению и самосовершенствованию (включает подготовку к непрерывному образованию в рамках осуществления жизненных планов);

– отношение учащихся к России как к Родине (Отечеству) (включает подготовку к патриотическому служению);

– отношения учащихся с окружающими людьми (включает подготовку к общению со сверстниками, старшими и младшими);

– отношение учащихся к семье и родителям (включает подготовку личности к семейной жизни);

– отношение учащихся к закону, государству и к гражданскому обществу (включает подготовку личности к общественной жизни);

– отношение учащихся к окружающему миру, к живой природе, художественной культуре (включает формирование у обучающихся научного мировоззрения);

– трудовые и социально-экономические отношения (включает подготовку личности к трудовой деятельности).

План воспитательных мероприятий разрабатывается педагогическим коллективом школы при участии родительской общественности. При подготовке и проведении воспитательных мероприятий (в масштабе ученического класса, классов одной параллели) предусматривается вовлечение в активной роли максимально большего числа учащихся.

**Организация жизни ученических сообществ** является важной составляющей внеурочной деятельности, направлена на формирование у обучающихся российской гражданской идентичности и таких компетенций, как:

- компетенция конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;

- социальная самоидентификация обучающихся посредством личностно значимой и общественно приемлемой деятельности, приобретение знаний о социальных ролях человека;

- компетенция в сфере общественной самоорганизации, участия в общественно значимой совместной деятельности.

Организация жизни ученических сообществ происходит:

- в рамках внеурочной деятельности в ученическом классе, общешкольной внеурочной деятельности, в сфере школьного ученического самоуправления, участия в детско-юношеских общественных объединениях, созданных в школе и за ее пределами;

- через приобщение обучающихся к общественной деятельности и школьным традициям, участие обучающихся в деятельности производственных, творческих объединений, благотворительных организаций;

- через участие в экологическом просвещении сверстников, родителей, населения, в благоустройстве школы, класса, города, в ходе партнерства с общественными организациями и объединениями.

Организация жизни ученических сообществ может осуществляться в рамках трех форматов: «Фестиваль фестивалей» (представления, дискуссии, выставки, другие локальные и массовые формы организации совместной деятельности учащихся); «Клубный путь» (детская общественная организация «Штурманы детства»); «Демократический проект» (формирование инициативных групп и разработка ими проектов организации жизни ученических сообществ; совместная подготовка, проведение коллективного дела, совместное публичное подведение итогов (обсуждение, анализ, оценка)).

**Обеспечение благополучия обучающихся** в жизни школы предполагает совокупность мер по рационализациии оптимизации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды: режима занятий (уроков и внеурочных занятий), обеспечение оптимального использования каналов восприятия, учет зон наибольшей работоспособности обучающихся, распределение интенсивности умственной деятельности, использование здоровьесберегающих практик осуществления образования. Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы включает профилактическую работу - определение «зон риска» (выявление обучающихся, вызывающих наибольшее опасение; выявление источников опасности для обучающихся – групп и лиц, объектов и т. д.), разработку и реализацию комплекса адресных мер, с использованием возможностей профильных организаций (медицинских, правоохранительных, социальных и т. д.).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы предполагает формирование у обучающихся компетенций:

- по составлению и реализации рационального режима работы и отдыха, на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности; -по выбору оптимального режима дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок;

- по планированию и рациональному распределению учебных нагрузок и отдыха (в том числе, в период подготовки к экзаменам),

- по эффективному использованию индивидуальных особенностей работоспособности; знание основ профилактики переутомления и перенапряжения; - по определению необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, по выбору соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов;

- по учету рисков для здоровья (неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов);

- реализующих потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой;

-осознанного выбора индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия;

- по оценке собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей; навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний; навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением (в результате обучающиеся получают представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств);

-по организации рационального питания как важной составляющей части здорового образа жизни; (правила питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, по самостоятельной оценке и контролю своего рациона питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы направлено также на включение в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

**Режим организации внеурочной деятельности**

Расписание занятий внеурочной деятельности составляется с учетом наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся. При работе с детьми осуществляется дифференцированный подход с учетом возраста детей и этапов их подготовки, чередованием различных видов деятельности (мыслительной, двигательной).

Продолжительность учебного года в 10-х классах составляет 34 учебных недель. На курсы внеурочной деятельности по выбору учащихся еженедельно расходуется до 5 часов.

Обязательная нагрузка внеурочной деятельности учащихся составляет 10 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 10а класс | 10б класс | Итого 10 классы |
| Кол-во часов в неделю | 10 | 10 | 20 |
| Кол-во часов в год | 340 | 340 | 680 |

Обязательная нагрузка внеурочной деятельности учащихся составляет 10 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 11а класс | 11б класс | Итого 10 классы |
| Кол-во часов в неделю | 10 | 10 | 20 |
| Кол-во часов в год | 340 | 340 | 680 |

Для недопущения перегрузки учащихся допускается перенос образовательной нагрузки, реализуемой через внеурочную деятельность, на периоды каникул. Внеурочная деятельность в каникулярное время может реализовываться в рамках тематических образовательных программ (лагерь с дневным пребыванием на базе общеобразовательной организации или на базе загородных детских центров, в туристических походах, экспедициях, поездках и т. д.).

При проведении занятий внеурочной деятельности комплектование групп учащихся предусматривает следующие условия:

- численный состав объединения, кружка и т.д. составляет не менее 12 человек; состав групп одновозрастной, с учетом психо­физиологических особенностей развития детей и их интересов;

* формирование групп осуществляется на основе заявлений родителей (законных представи­телей) учащихся.

**Планируемые результаты освоения программ внеурочной деятельности**

Исходя из возможностей школы и по результатам изучения социального запроса (анкетиро­вания) родителей (законных представителей) и учащихся, в каждом направлении были опре­делены формы реализации внеурочной деятельности.

Планируемые результаты реализации программ внеурочной деятельностипредполагают комплексный подход к оценке результатов образования, позволяющий вести оценку достижения учащимися всех трёх групп результатов образования: личностных, метапредметных и предметных.

**Первый уровень результатов** — приобретение социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни.

**Второй уровень результатов** — формирование позитивных отношений школьника к базо­вым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знание, труд, культура), цен­ностного отношения к социальной реальности.

**Третий уровень результатов** — получение опыта самостоятельного общественного дей­ствия. Взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

**Воспитательный результат** - непосредственный итог участия школьника в деятельности, духовно - нравственные приобретения ребёнка, благодаря его участию в любом виде деятельности (приобрёл нечто, как ценность, опыт самостоятельного действия).

**Эффект внеурочной деятельности** — это последствие результата, то, к чему привело дости­жение результата: приобретённые знания, пережитые чувства и отношения, совершённые дей­ствия развили ребёнка как личность, способствовали развитию его компетентности, идентичности, самореализации личности ребенка.

Промежуточная аттестация занятий, в рамках жизни ученических сообществ, проводится в следующих формах: дискуссии, выставки, массовые формы организации совместной деятельности учащихся.

Промежуточная аттестация в рамках классного руководства проводится в рамках участия в делах классного ученического коллектива и в общешкольных мероприятиях: праздниках, концертах, конкурсах, соревнованиях.

**План внеурочной деятельности 10-11-х классов**

**на 2022/2023 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Внеурочная деятельность  по направлениям развития личности: | Классы | 10А класс | 10Б класс |
| Название программы | Количество часов | |
| Духовно-нравственное | Разговоры о важном  Полицейский класс  ЮнАрмия | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
|
| Социальное | ДОО: РДШ  Мой выбор | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общеинтеллектуальное | Индивидуальный проект  КТД, Акции, общественная деятельность | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общекультурное | Я и моя профессия  Секреты позитивного общения | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Спортивно-оздоровительное | «Готов к труду и обороне» (физкультура)  Спортивные игры | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Всего |  | 10/340 | 10/340 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Внеурочная деятельность  по направлениям развития личности: | Классы | 11А класс | 11Б класс |
| Название программы | Количество часов | |
| Духовно-нравственное | Разговоры о важном  Полицейский класс | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
|
| Социальное | ДОО: РДШ  Мой выбор | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общеинтеллектуальное | Индивидуальный проект  Сложные вопросы ЕГЭ (математика) | 1/34 | 1/34  1/34 |
| Общекультурное | Я и моя профессия  Секреты позитивного общения  КТД, Акции, общественная деятельность | 1/34  1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Спортивно-оздоровительное | «Готов к труду и обороне» (физкультура)  Спортивные игры | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Всего |  | 10/340 | 10/340 |

**План воспитательных мероприятий 10, 11 классы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Учебная неделя** | **Мероприятия** | | |
| **Воспитательные мероприятия** | **Жизнь ученических сообществ** | **Обеспечение благополучия обучающихся** |
| 11. | Всероссийский урок России | Акция «Спаси дерево» | Оптимальный режим организации учебной деятельности |
| 22. | Дни воинской славы России | Подготовка к Дню дублера | Профилактика школьных заболеваний |
| 33. | Всероссийский урок безопасности | Подготовка праздника «День учителя» | Что нужно знать о динамике работоспособности |
| 44. | Единый классный час «Я законопослушный пешеход» | Акция «Чистый лес» | Правила рационального питания |
| 55. | Всероссийский урок ГТО | Викторина «Азбука дорожного движения» | Разнообразные формы проведения досуга |
| 66. | День Конституции  Единый классный час «Я – гражданин России» | Посвящение в 10-классники | Общая культура личности |
| 77. | Марафон «Мой выбор» | Акция «Правовая пропаганда» | Технология саморегуляции |
| 88. | Дни воинской славы | Экскурсия в музей Воинской славы | Основы профилактики переутомления и перенапряжения |
| 910. | Профессия, которую мы выбираем | Экскурсия в ООО Газпром добыча Ноябрьск | Источники опасности для обучающихся |
| 111. | День матери | Участие в городских соревнованиях в зачет Спартакиады обучающихся | Правила этикета |
| 112. | Характер и судьба | Конкурсная программа «Традиции моей семьи» | Если оказался в толпе |
| 113. | Классный час «Деньги: цель или средство» | Урок финансовой грамотности (сотрудники ВТБ) | Мой личный бюджет |
| 114. | Акция «С днем рождения ЯНАО» | Школьная конференция «Штурманов детства» | Народные традиции Севера |
| 115. | Тематические классные часы, посвященные международному дню инвалида | Акция «От души, для души» | Мир равных возможностей |
| 116. | Акция «Новый год без топора » | Подготовка к Новогодним праздникам | Безопасность в дни Новогодних праздников |
| 117. | Новогодние праздники | Акция «Подарок другу» | Безопасные каникулы |
| 118. | Дни Воинской славы | Игра «Банк профессий» | Осторожно, гололед! |
| 119. | Классный час «Родители и мы: конфликт или компромисс» | Акция «Диалог с родителями» | Навыки самоконтроля |
| 120. | Месячник оборонно-массовой работы | Экскурсия в МЦ | Как не стать жертвой терроризма |
| 221. | Защитникам Отечества посвящается | Конкурс «А ну-ка, парни!» | Спортивный стиль жизни |
| 222. | Я гражданин России | Дебаты «Готов служить Отечеству» | Навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях. |
| 223. | Куда пойти учиться? | Встреча с представителями разных профессий | Профессиональные риски |
| 224. | Успех- реальность или мечта? | Формула успеха | Владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения. |
| 225. | Давление среды (наркотики, алкоголь, табак-спасибо, нет!) | «Я - участник дорожного движения…»- деловая игра | Единый классный час «Причины ДТП и их профилактика.» |
| 226. | Талант и труд | Удивительные люди. Мифы и реальность | Представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье |
| 227. | Оптимизм, пессимизм и реальность | Тренинг «Изучение индивидуальных особенностей» | Эффективное использование индивидуальных особенностей |
| 228. | Самовоспитание, как «расширить » сознание? | Судьба или трудолюбие?! | Навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением |
| 229. | Дорога, которую мы выбираем | Игра «Банк профессий» | Навыки работы в условиях стрессовых ситуаций. |
| 230. | Интернет зависимость | День без телефона | Общая культура личности |
| 331. | Как подготовиться к экзаменам. | «Технологии подготовки к экзаменам» -калейдоскоп полезных идей | Правила пожарной безопасности |
| 332. | Классный час «Что значит быть личностью…» | Тренинг «Изучение индивидуальных особенностей» | Эффективное использование индивидуальных особенностей |
| 333.  3 | Вахта памяти | Возложение цветов к мемориалу | Правила пожарной безопасности |
| Классный час «Никто не забыт, ничто не забыто!» | Акция «Ветеран живет рядом» | Окажи помощь ближнему |
| 334. | Твое здоровье, твое богатство | Здоровый стиль жизни- это потребность | Навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением |
| Здравствуй, лето! -калейдоскоп полезных идей | Акция «Школьный двор» | Безопасные каникулы |

**План внеурочной деятельности 5-9 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Содержание** | **Формы внеурочной деятельности** | **Формируемые УУД** | **5А5Б5В 5Г** | **6А**  **6Б**  **6В**  **6Г** | **7А**  **7Б**  **7В**  **7Г** | **8А 8Б 8В**  **8Г** | **9А 9Б 9В** | **Форма ПА** |
| Духовно-нравственное | ВПК «Рубеж» | Гражданская инициатива, под которую создан клуб и программа её продвижения | Клуб | Социальные эффекты  Коммуникативные  Регулятивные | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | З |
| Разговоры о важном | Основные темы связаны с ключевыми аспектами жизни человека в современной России. |  |  |
|  |  | Внеклассные мероприятия, посвященные памятным и календарным датам | Регулятивные Коммуникативные  Личностные |
| Студия развития эмоционального интеллекта | Программа внеурочной деятельности, направленная на развитие эмоционального интеллекта | Студия | Регулятивные Коммуникативные  Личностные |
| Классные часы | План воспитательной работы | Фестивали, конкурсы,  соревнования, акции, мероприятия, экскурсии, посещения театров, музеев, творческие отчеты | Коммуникативные  Регулятивные |
| Досуг | Социальные эффекты  Коммуникативные  Регулятивные |
| Социальное | Медиашкола | Программа внеурочной деятельности,, направленная на повышение социальной адаптации обучающихся | Студия | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | з |
| Мой выбор |  |  |  |
| Основы финансовой грамотности | Программа внеурочной деятельности |  | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Внеклассные мероприятия социально-ориентированной направленности (ролевые игры, инициативное участие ребенка в социальных и экологических акциях, участие в концертах, смотрах детского творчества, экскурсии, знакомство с профессиями, социальные практики, включение в общественно полезную деятельность и в социально значимые дела) |  |
| Социальные проекты | Программа внеурочной деятельности,, направленная на выработку норм совместной жизни и деятельности, установления соответствия прав и обязанностей. | Поисковые исследования,  образовательные экспедиции | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| ДОО: РДШ, Школьный парламент «Здоровое поколение» | Организация и поддержка многообразия детских и детско-взрослых сообществ | Соуправление:  - Формулирование прав и обязанностей | Умение работать с нормативной базой  Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Обще- интеллектуальное | Искусство и компьютер | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 | З |
| Занимательная физика | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Индивидуальный проект | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Белая ладья | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Экопатруль | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные |
| Секреты русского языка | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные |
| Эрудит | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные Регулятивные |
| Мыслить математически | Программа внеурочной деятельности, направленная на развитие логики у обучающихся | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Научное Общество Учащихся, исследования, моделирование, разработка и реализация творческих, учебных и социальных индивидуальных и групповых проектов | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Познавательные игры, КВН | Коммуникативные  Регулятивные |
|  |  | Олимпиады, интеллектуальные конкурсы, викторины | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Научные фестивали, интенсивные школы | Регулятивные  Коммуникативные |
| Общекультурное | Основы актёрского мастерства | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные | 1 |  | 1 | 1 |  | з |
| Основы экологической культуры | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |  |  |  |  |  |  |
| Человек в мире | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |  |  |  |  | 1 | з |
| В мире профессий. | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |  |  |  |  | 1 | з |
| Художественное чтение | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные | 1 | 1 | 1 |  |  | з |
| Секреты позитивного мышления | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |  |  |  |  | 1 | з |
| Рисунок. Живопись. Композиция | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные | 1 | 1 |  | 1 |  | з |
| Вместе весело шагать | Программа внеурочной деятельности |  | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |  | 1 | 1 | 1 |  |  |
|  |  | Художественно-эстетическое творчество- конкурсы,  Коллективные и индивидуальные посещения театров, участие в выставках, экскурсии в музеи участие в праздниках, мероприятия (праздники) на базе культурно-досугового центра «Зодиак», ДК железнодорожников. | Социальные эффекты |  |  |  |  | 1 |  |
| Спортивно- оздоровительное | Спортивные игры | Программа внеурочной деятельности, направленная на понимания важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества.  Фестивали, конкурсы,  соревнования, акции, мероприятия | Секция | Коммуникативные  Регулятивные | 1 | 1 | 1 |  | 1 | з |
| ГТО |  |  | 1 |  | 1 |  |  |  |
| Легкая атлетика | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |  |  |  | 1 |  |  |
| Футбол в школе | Секция | Коммуникативные  Регулятивные | 1 |  |  |  |  | з |
| «Баскетбол» | Секция | Коммуникативные  Регулятивные | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | з |
| Спортивные танцы | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |  | 1 | 1 | 1 | 1 | з |
| Досуг | План мероприятий |  | Социальные эффекты |  | 1 |  |  |  |  |
| ШСЛ | План спортивных мероприятий |  | Коммуникативные  Регулятивные |
| Президентские состязания | Коммуникативные  Регулятивные |
|  |  | Тематические классные часы по пропаганде здорового образа жизни и сохранению здоровья обучающихся, внеклассные спортивно-оздоровительные мероприятия (игровые программы «День здоровья», поход выходного дня «Мама, папа. Я – спортивная семья», «Веселые старты»), мероприятия на базе спортивно-оздоровительных комплексов города, занятия в спортивных секциях (шашки, баскетбол, волейбол), школьные этапы городских соревнований. | Социальные эффекты |
| Итого часов | | | | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 |  |
| Итого часов | | | | | 1750 | | | | | |

**ПЛАН ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ   
УРОВНЯ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**Пояснительная записка к плану внеурочной деятельности**

**уровня среднего общего образования на 2022-2023 учебный год**

Под внеурочной деятельностью в рамках реализации ФГОС СОО следует понимать образовательную деятельность, осуществляемую в формах, отличных от классно-урочной, и направленную на достижение старшеклассниками личностных и метапредметных результатов среднего общего образования; гуманизацию всей жизни школы; выравнивание стартовых возможностей развития личности ребенка; содействие выбору индивидуального образовательного пути; обеспечение каждому ученику «ситуации успеха»; содействие самореализации личности ребенка и педагога; создание условий для продолжения образования после школы.

Внеурочная деятельность на уровне среднего общего образования осуществляется по выбору учащихся через часть учебного плана, формируемую участниками образовательных отношений.

План внеурочной деятельности разработан на основе:

* Федерального Закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации";
* Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.05.2012г. №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования» с изменениями от 29.12.2014 №1645; от 31.12.2015 № 1578; от 29.06.2017 №613;
* Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования";
* Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10;
* Основной образовательной программы среднего общего образования МБОУ «СОШ № 3»;
* Устава МБОУ «СОШ № 3».

**Целевая направленность внеурочной деятельности**

План внеурочной деятельности обеспечивает широту развития личности старшеклассника, учитывает социокультурные потребности, регулирует недопустимость перегрузки учащихся.

План внеурочной деятельности среднего общего образования составлен с целью дальнейшего совершенствования образовательной деятельности, повышения результативности обучения детей, обеспечения вариативности образовательной деятельности, сохранения единого образовательного пространства, а также выполнения гигиенических требований к условиям обучения школьников и сохранения их здоровья.

Внеурочная деятельность опирается на содержание среднего общего образования, интегрирует с ним, что позволяет сблизить процессы воспитания, обучения и развития.

***Цель внеурочной деятельности*** – создание условий для получения образования всеми учащимися, в том числе одаренными детьми, детьми с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами; проявления и развития старшеклассниками своих

интересов на основе свободного выбора; содействия самореализации личности ребенка; обеспечения достижений ожидаемых результатов учащихся 10-х классов в соответствии с основной образовательной программой учреждения; продолжения образования после школы.

Задачи.

* создание условий для наиболее полного удовлетворения потребностей и интересов учащихся;
* развитие опыта творческой деятельности, творческих способностей;
* формирование успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;
* формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;
* передача учащимися навыков социального общения людей, опыта поколений;
* формирование трудовых и социально-экономических отношений (подготовка личности к трудовой деятельности);
* воспитание у старшеклассников гражданской идентичности.

**Особенности организации внеурочной деятельности**

Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью образовательной деятельности в школе и позволяет реализовать требования федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования в полной мере. Особенностями данного компонента образовательного процесса являются предоставление учащимся возможности широкого спектра занятий, направленных на их развитие; а также самостоятельность образовательного учреждения в процессе наполнения внеурочной деятельности конкретным содержанием.

План внеурочной деятельности на уровне среднего общего образования модифицируется в соответствии с профилями:социально-гуманитарным, естественно-научным, которые предполагают курсы внеурочной деятельности по выбору учащихся, воспитательные мероприятия, подготовку и защиту индивидуальных или групповых проектов, выезды на природу, туристические походы, поездки, организация «зрительского марафона» (коллективное посещение кинопоказов, театральных спектаклей, концертов, просмотр видеофильмов, посещение выставок, музеев с обязательным коллективным обсуждением).

Максимально допустимое количество часов внеурочной деятельности на уровне среднего общего образования 700 часов за два года.

**Организация воспитательных мероприятий**

Воспитательные мероприятия нацелены на формирование мотивов и ценностей учащегося в таких сферах, как:

– отношение учащихся к себе, к своему здоровью, к познанию себя, самоопределению и самосовершенствованию (включает подготовку к непрерывному образованию в рамках осуществления жизненных планов);

– отношение учащихся к России как к Родине (Отечеству) (включает подготовку к патриотическому служению);

– отношения учащихся с окружающими людьми (включает подготовку к общению со сверстниками, старшими и младшими);

– отношение учащихся к семье и родителям (включает подготовку личности к семейной жизни);

– отношение учащихся к закону, государству и к гражданскому обществу (включает подготовку личности к общественной жизни);

– отношение учащихся к окружающему миру, к живой природе, художественной культуре (включает формирование у обучающихся научного мировоззрения);

– трудовые и социально-экономические отношения (включает подготовку личности к трудовой деятельности).

План воспитательных мероприятий разрабатывается педагогическим коллективом школы при участии родительской общественности. При подготовке и проведении воспитательных мероприятий (в масштабе ученического класса, классов одной параллели) предусматривается вовлечение в активной роли максимально большего числа учащихся.

**Организация жизни ученических сообществ** является важной составляющей внеурочной деятельности, направлена на формирование у обучающихся российской гражданской идентичности и таких компетенций, как:

- компетенция конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;

- социальная самоидентификация обучающихся посредством личностно значимой и общественно приемлемой деятельности, приобретение знаний о социальных ролях человека;

- компетенция в сфере общественной самоорганизации, участия в общественно значимой совместной деятельности.

Организация жизни ученических сообществ происходит:

- в рамках внеурочной деятельности в ученическом классе, общешкольной внеурочной деятельности, в сфере школьного ученического самоуправления, участия в детско-юношеских общественных объединениях, созданных в школе и за ее пределами;

- через приобщение обучающихся к общественной деятельности и школьным традициям, участие обучающихся в деятельности производственных, творческих объединений, благотворительных организаций;

- через участие в экологическом просвещении сверстников, родителей, населения, в благоустройстве школы, класса, города, в ходе партнерства с общественными организациями и объединениями.

Организация жизни ученических сообществ может осуществляться в рамках трех форматов: «Фестиваль фестивалей» (представления, дискуссии, выставки, другие локальные и массовые формы организации совместной деятельности учащихся); «Клубный путь» (детская общественная организация «Штурманы детства»); «Демократический проект» (формирование инициативных групп и разработка ими проектов организации жизни ученических сообществ; совместная подготовка, проведение коллективного дела, совместное публичное подведение итогов (обсуждение, анализ, оценка)).

**Обеспечение благополучия обучающихся** в жизни школы предполагает совокупность мер по рационализациии оптимизации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды: режима занятий (уроков и внеурочных занятий), обеспечение оптимального использования каналов восприятия, учет зон наибольшей работоспособности обучающихся, распределение интенсивности умственной деятельности, использование здоровьесберегающих практик осуществления образования. Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы включает профилактическую работу - определение «зон риска» (выявление обучающихся, вызывающих наибольшее опасение; выявление источников опасности для обучающихся – групп и лиц, объектов и т. д.), разработку и реализацию комплекса адресных мер, с использованием возможностей профильных организаций (медицинских, правоохранительных, социальных и т. д.).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы предполагает формирование у обучающихся компетенций:

- по составлению и реализации рационального режима работы и отдыха, на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности; -по выбору оптимального режима дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок;

- по планированию и рациональному распределению учебных нагрузок и отдыха (в том числе, в период подготовки к экзаменам),

- по эффективному использованию индивидуальных особенностей работоспособности; знание основ профилактики переутомления и перенапряжения; - по определению необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, по выбору соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов;

- по учету рисков для здоровья (неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов);

- реализующих потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой;

-осознанного выбора индивидуальные программы двигательной активности, включающие малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия;

- по оценке собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей; навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний; навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением (в результате обучающиеся получают представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств);

-по организации рационального питания как важной составляющей части здорового образа жизни; (правила питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, по самостоятельной оценке и контролю своего рациона питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы направлено также на включение в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

**Режим организации внеурочной деятельности**

Расписание занятий внеурочной деятельности составляется с учетом наиболее благоприятного режима труда и отдыха учащихся. При работе с детьми осуществляется дифференцированный подход с учетом возраста детей и этапов их подготовки, чередованием различных видов деятельности (мыслительной, двигательной).

Продолжительность учебного года в 10-х классах составляет 34 учебных недель. На курсы внеурочной деятельности по выбору учащихся еженедельно расходуется до 5 часов.

Обязательная нагрузка внеурочной деятельности учащихся составляет 10 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 10а класс | 10б класс | Итого 10 классы |
| Кол-во часов в неделю | 10 | 10 | 20 |
| Кол-во часов в год | 340 | 340 | 680 |

Обязательная нагрузка внеурочной деятельности учащихся составляет 10 часов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 11а класс | 11б класс | Итого 10 классы |
| Кол-во часов в неделю | 10 | 10 | 20 |
| Кол-во часов в год | 340 | 340 | 680 |

Для недопущения перегрузки учащихся допускается перенос образовательной нагрузки, реализуемой через внеурочную деятельность, на периоды каникул. Внеурочная деятельность в каникулярное время может реализовываться в рамках тематических образовательных программ (лагерь с дневным пребыванием на базе общеобразовательной организации или на базе загородных детских центров, в туристических походах, экспедициях, поездках и т. д.).

При проведении занятий внеурочной деятельности комплектование групп учащихся предусматривает следующие условия:

- численный состав объединения, кружка и т.д. составляет не менее 12 человек; состав групп одновозрастной, с учетом психо­физиологических особенностей развития детей и их интересов;

* формирование групп осуществляется на основе заявлений родителей (законных представи­телей) учащихся.

**Планируемые результаты освоения программ внеурочной деятельности**

Исходя из возможностей школы и по результатам изучения социального запроса (анкетиро­вания) родителей (законных представителей) и учащихся, в каждом направлении были опре­делены формы реализации внеурочной деятельности.

Планируемые результаты реализации программ внеурочной деятельностипредполагают комплексный подход к оценке результатов образования, позволяющий вести оценку достижения учащимися всех трёх групп результатов образования: личностных, метапредметных и предметных.

**Первый уровень результатов** — приобретение социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни.

**Второй уровень результатов** — формирование позитивных отношений школьника к базо­вым ценностям общества (человек, семья, Отечество, природа, мир, знание, труд, культура), цен­ностного отношения к социальной реальности.

**Третий уровень результатов** — получение опыта самостоятельного общественного дей­ствия. Взаимодействие школьника с социальными субъектами за пределами школы, в открытой общественной среде.

**Воспитательный результат** - непосредственный итог участия школьника в деятельности, духовно - нравственные приобретения ребёнка, благодаря его участию в любом виде деятельности (приобрёл нечто, как ценность, опыт самостоятельного действия).

**Эффект внеурочной деятельности** — это последствие результата, то, к чему привело дости­жение результата: приобретённые знания, пережитые чувства и отношения, совершённые дей­ствия развили ребёнка как личность, способствовали развитию его компетентности, идентичности, самореализации личности ребенка.

Промежуточная аттестация занятий, в рамках жизни ученических сообществ, проводится в следующих формах: дискуссии, выставки, массовые формы организации совместной деятельности учащихся.

Промежуточная аттестация в рамках классного руководства проводится в рамках участия в делах классного ученического коллектива и в общешкольных мероприятиях: праздниках, концертах, конкурсах, соревнованиях.

**План внеурочной деятельности 10-11-х классов**

**на 2022/2023 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Внеурочная деятельность  по направлениям развития личности: | Классы | 10А класс | 10Б класс |
| Название программы | Количество часов | |
| Духовно-нравственное | Разговоры о важном  Полицейский класс  ЮнАрмия | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
|
| Социальное | ДОО: РДШ  Мой выбор | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общеинтеллектуальное | Индивидуальный проект  КТД, Акции, общественная деятельность | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общекультурное | Я и моя профессия  Секреты позитивного общения | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Спортивно-оздоровительное | «Готов к труду и обороне» (физкультура)  Спортивные игры | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Всего |  | 10/340 | 10/340 |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Внеурочная деятельность  по направлениям развития личности: | Классы | 11А класс | 11Б класс |
| Название программы | Количество часов | |
| Духовно-нравственное | Разговоры о важном  Полицейский класс | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
|
| Социальное | ДОО: РДШ  Мой выбор | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Общеинтеллектуальное | Индивидуальный проект  Сложные вопросы ЕГЭ (математика) | 1/34 | 1/34  1/34 |
| Общекультурное | Я и моя профессия  Секреты позитивного общения  КТД, Акции, общественная деятельность | 1/34  1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Спортивно-оздоровительное | «Готов к труду и обороне» (физкультура)  Спортивные игры | 1/34  1/34 | 1/34  1/34 |
| Всего |  | 10/340 | 10/340 |

**План воспитательных мероприятий 10, 11 классы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Учеб-ная неделя** | **Мероприятия** | | |
| **Воспитательные мероприятия** | **Жизнь ученических сообществ** | **Обеспечение благополучия обучающихся** |
| 1. | Всероссийский урок России | Акция «Спаси дерево» | Оптимальный режим организации учебной деятельности |
| 2. | Дни воинской славы России | Подготовка к Дню дублера | Профилактика школьных заболеваний |
| 3. | Всероссийский урок безопасности | Подготовка праздника «День учителя» | Что нужно знать о динамике работоспособности |
| 4. | Единый классный час «Я законопослушный пешеход» | Акция «Чистый лес» | Правила рационального питания |
| 5. | Всероссийский урок ГТО | Викторина «Азбука дорожного движения» | Разнообразные формы проведения досуга |
| 6. | День Конституции  Единый классный час «Я – гражданин России» | Посвящение в 10-классники | Общая культура личности |
| 7. | Марафон «Мой выбор» | Акция «Правовая пропаганда» | Технология саморегуляции |
| 8. | Дни воинской славы | Экскурсия в музей Воинской славы | Основы профилактики переутомления и перенапряжения |
| 9. | Профессия, которую мы выбираем | Экскурсия в ООО Газпром добыча Ноябрьск | Источники опасности для обучающихся |
| 10. | День матери | Участие в городских соревнованиях в зачет Спартакиады обучающихся | Правила этикета |
| 11. | Характер и судьба | Конкурсная программа «Традиции моей семьи» | Если оказался в толпе |
| 12. | Классный час «Деньги: цель или средство» | Урок финансовой грамотности (сотрудники ВТБ) | Мой личный бюджет |
| 13. | Акция «С днем рождения ЯНАО» | Школьная конференция «Штурманов детства» | Народные традиции Севера |
| 14. | Тематические классные часы, посвященные международному дню инвалида | Акция «От души, для души» | Мир равных возможностей |
| 15. | Акция «Новый год без топора » | Подготовка к Новогодним праздникам | Безопасность в дни Новогодних праздников |
| 16. | Новогодние праздники | Акция «Подарок другу» | Безопасные каникулы |
| 17. | Дни Воинской славы | Игра «Банк профессий» | Осторожно,  гололед! |
| 18. | Классный час «Родители и мы: конфликт или компромисс» | Акция «Диалог с родителями» | Навыки самоконтроля |
| 19. | Месячник оборонно-массовой работы | Экскурсия в МЦ | Как не стать жертвой терроризма |
| 20. | Защитникам Отечества посвящается | Конкурс «А ну-ка, парни!» | Спортивный стиль жизни |
| 21. | Я гражданин России | Дебаты «Готов служить Отечеству» | Навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях. |
| 22. | Куда пойти учиться? | Встреча с представителями разных профессий | Профессиональные риски |
| 23. | Успех- реальность или мечта? | Формула успеха | Владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения. |
| 24. | Давление среды (наркотики, алкоголь, табак-спасибо, нет!) | «Я - участник дорожного движения…»- деловая игра | Единый классный час «Причины ДТП и их профилактика.» |
| 25. | Талант и труд | Удивительные люди. Мифы и реальность | Представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье |
| 26. | Оптимизм, пессимизм и реальность | Тренинг «Изучение индивидуальных особенностей» | Эффективное использование индивидуальных особенностей |
| 27. | Самовоспитание, как «расширить » сознание? | Судьба или трудолюбие?! | Навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением |
| 28. | Дорога, которую мы выбираем | Игра «Банк профессий» | Навыки работы в условиях стрессовых ситуаций. |
| 29. | Интернет зависимость | День без телефона | Общая культура личности |
| 30. | Как подготовиться к экзаменам. | «Технологии подготовки к экзаменам» -калейдоскоп полезных идей | Правила пожарной безопасности |
| 31. | Классный час «Что значит быть личностью…» | Тренинг «Изучение индивидуальных особенностей» | Эффективное использование индивидуальных особенностей |
| 32. | Вахта памяти | Возложение цветов к мемориалу | Правила пожарной безопасности |
| 33. | Классный час «Никто не забыт, ничто не забыто!» | Акция «Ветеран живет рядом» | Окажи помощь ближнему |
| 34. | Твое здоровье, твое богатство | Здоровый стиль жизни- это потребность | Навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением |
| 35. | Здравствуй, лето! -калейдоскоп полезных идей | Акция «Школьный двор» | Безопасные каникулы |

**План внеурочной деятельности 10-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Направления развития** | **Название курса** | **Содержание** | **Формы вн. деят-ти** | **Формируемые УУД** | **10А** | | **10Б** | | **11 А** | | **11 Б** | | **Форма ПА** | |
| Духовно-нравственное | ВПК «Рубеж» | Гражданская инициатива, под которую создан клуб и программа её продвижения | Клуб | Социальные эффекты  Коммуникативные  Регулятивные | 2 | | 2 | | 2 | | 2 | | з | |
| Полицейский класс | Программа межведомственного взаимодействия профориентационной направленности | ДОО | Социальные эффекты  Коммуникативные  Регулятивные |
| ЮнАрмия | Программа внеурочной деятельности, направленная на развитие патриотизма | Кружок | Регулятивные Коммуникативные  Личностные |
| Разговоры о важном | Основные темы связаны с ключевыми аспектами жизни человека в современной России. | Классный час | Регулятивные Коммуникативные  Личностные |
| Классные часы | План воспитательной работы | Фестивали, конкурсы,  соревнования, акции, мероприятия, экскурсии, посещения театров, музеев, творческие отчеты | Коммуникативные  Регулятивные |
| Досуг | Социальные эффекты  Коммуникативные  Регулятивные |
| Социальное | Медиашкола | Программа внеурочной деятельности,, направленная на повышение социальной адаптации обучающихся | Студия | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные | 2 | | 2 | | 2 | | 2 | | з | |
| Мой выбор | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Основы финансовой грамотности | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Внеклассные мероприятия социально-ориентированной направленности (ролевые игры, инициативное участие ребенка в социальных и экологических акциях, участие в концертах, смотрах детского творчества, экскурсии, знакомство с профессиями, социальные практики, включение в общественно полезную деятельность и в социально значимые дела) |  |
| Социальные проекты | Программа внеурочной деятельности,, направленная на выработку норм совместной жизни и деятельности, установления соответствия прав и обязанностей. | Поисковые исследования,  образовательные экспедиции | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| ДОО: РДШ, Школьный парламент «Здоровое поколение» | Организация и поддержка многообразия детских и детско-взрослых сообществ | Соуправление:  - Формулирование прав и обязанностей | Умение работать с нормативной базой  Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Обще- интеллектуальное | Сложные вопросы ЕГЭ (математика) | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные | 2 | | 2 | | 1 | | 2 | | З | |
| Индивидуальный проект | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Белая ладья | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Секреты русского языка | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные |
| За рубежом как дома | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные Регулятивные |
| Глобальный мир XXI века | Программа внеурочной деятельности, направленная на развитие логики у обучающихся | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Научное Общество Учащихся, исследования, моделирование, разработка и реализация творческих, учебных и социальных индивидуальных и групповых проектов | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Познавательные игры, КВН | Коммуникативные  Регулятивные |
|  |  | Олимпиады, интеллектуальные конкурсы, викторины | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Научные фестивали, интенсивные школы | Регулятивные  Коммуникативные |
| Общекультурное | Основы актёрского мастерства | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные | 2 | | 2 | | 3 | | 2 | | з | |
| Человек в мире | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Я и моя профессия | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
| Художественное чтение | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные |
| Секреты позитивного общения | Программа внеурочной деятельности | Кружок | Коммуникативные  Регулятивные  Личностные |
|  |  | Художественно-эстетическое творчество- конкурсы,  Коллективные и индивидуальные посещения театров, участие в выставках, экскурсии в музеи участие в праздниках, мероприятия (праздники) на базе культурно-досугового центра «Зодиак», ДК железнодорожников. | Социальные эффекты |
| Спортивно- оздоровительное | Спортивные игры | Программа внеурочной деятельности, направленная на понимания важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества.  Фестивали, конкурсы,  соревнования, акции, мероприятия | Секция | Коммуникативные  Регулятивные | 2 | | 2 | | 2 | | 2 | | з | |
| ГТО | Выполнение норм ГТО | Коммуникативные  Регулятивные |
| Легкая атлетика | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |
|  | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |
| «Баскетбол» | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |
| Спортивные танцы | Секция | Коммуникативные  Регулятивные |
| Досуг | План мероприятий |  | Социальные эффекты |
| ШСЛ | План спортивных мероприятий |  | Коммуникативные  Регулятивные |
| Президентские состязания | Коммуникативные  Регулятивные |
| ШСК «Сибирячок» | Программа клуба | Тематические классные часы по пропаганде здорового образа жизни и сохранению здоровья обучающихся, внеклассные спортивно-оздоровительные мероприятия (игровые программы «День здоровья», поход выходного дня «Мама, папа. Я – спортивная семья», «Веселые старты»), мероприятия на базе спортивно-оздоровительных комплексов города, занятия в спортивных секциях (шашки, баскетбол, волейбол), школьные этапы городских соревнований. | Социальные эффекты |
| Итого часов | | | | | | 10 | | 10 | | 10 | | 10 | |  | |
| Итого часов | | | | | | 700 | | | | | | | | | | |