

Пояснительная записка.

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

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

Программа учитывает подходы к позитивной социализации и индивидуализации обучающихся, оптимальному социальному, личностному, познавательному и физическому развитию, сохранению психического и психологического здоровья и благополучия, а также формированию позитивного мировосприятия в соответствии с Концепцией информационной безопасности детей.

Содержание программы включает подходы к укреплению здоровья населения, существенному снижению уровня социально значимых заболеваний, созданию условий и формированию мотивации для ведения здорового образа жизни, реализуемые в рамках Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года:

* + формирование у различных групп населения, особенно у подрастающего поколения, мотивации для ведения здорового образа жизни путем повышения информированностигражданчерезсредствамассовойинформацииовлияниина здоровьенегативныхфакторовивозможностиихпредупреждения,привлечения к занятиям физической культурой, туризмом и спортом, организации отдыха и досуга независимо от места жительства, а также разработка механизмов поддержки общественных инициатив, направленных на укрепление здоровья населения;
  + осуществление в общеобразовательных организациях профилактических программ, направленных на недопущение потребления алкоголя и табачных изделий детьми и подростками.

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

* содействие созданию условий для сохранения и укрепления психологического и психического здоровья и развития обучающихся, оказание им психологической поддержки и содействия в трудных жизненных ситуациях;
* организация и участие в мероприятиях по профилактике и коррекции отклоняющегося (агрессивного, аддиктивного, виктимного, суицидального и т.п.)и

делинквентного (противоправного) поведения детей, молодежи с учётом возрастных и индивидуальных особенностей;

* сохранение и укрепление здоровья обучающихся, включая применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе, мониторинг здоровья, оптимизацию нагрузки обучающихся, формирование культуры здоровья и здорового образа жизни;
* профессиональная помощь в преодолении школьной тревожности, страхов, фобических, аффективных и личностных расстройств.

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

* развития у обучающихся навыков самостоятельного и разумного выбора;
* построенияуспешнойтраекторииразвитиясучетомценностейздоровогообраза жизни и негативного отношения к вредным привычкам и зависимостям;
* формирования факторов защиты обучающихся от вовлечения их в деструктивные формы поведения.

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

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

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

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

Ценностный компонент органически вплетается в учебную информацию, при- даётейяркуюэмоциональнуюокраску,нравственно-этическийиэстетический

смысл. Благодаряэтомуучебнаяинформациястановитсяличностнозначимой,вызывает интерес, лучше воспринимается и усваивается. Учитывая положение ФГОС, что предметом оценки итоговой аттестации выпускников основного общего образования должно быть достижение предметных, метапредметных, личностных результатов, в примерном тематическом планировании результаты обучения конкретизированы до уровня учебных действий, которыми овладевают обучающиеся в процессе освоения предметного содержания курса.

Результаты освоения программы внеурочной деятельности.

Учебный курс «Путь к успеху» основан на реализации системно- деятельностного подхода, который предполагает ориентацию на достижение цели и основного результата образования – развитие личности обучающегося на основе освоения универсальных учебных действий, познания и освоения мира, активной учебно- познавательной деятельности, формирование его готовности к саморазвитию и непрерывному образованию; разнообразие индивидуальных образовательных траекторий индивидуального развития каждого обучающегося.

Реализация системного подхода позволяет определить основные центральные линии развития в подростковом возрасте, дифференцировать те конкретные УУД, которые находятся в сенситивном периоде своего развития и являются ключевыми в определении «умения учиться» на ступени основного общего образования, установить систему их взаимосвязей.

Освоение курса«Путь к успеху»способствует достижению обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов ФГОС основного общего образования, перечень которых представлен в программе курса.

Личностные результаты

* + Готовность и способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.
  + Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, духовное многообразие современного мира.
  + Сформированность ценности здорового образа жизни. Осознанность необходимости оценивать последствия своей деятельности по отношению к здоровью других людей и собственному организму. Понимание вреда, наносимого вредными привычками и зависимостями человеку и его окружению.
  + Сформированность морального сознания и развитость нравственных чувств. Освоенность социальных норм, овладение основами нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.
  + Сформированность компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора.
  + Развитость осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другомучеловеку,егомнению,мировоззрению.Готовностьиспособностьвести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционированияинтересов,процедур,готовностьиспособностькведению переговоров).
  + Готовность и способность к осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессийи профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов.
  + Развитость эстетического сознания (способность понимать художественные произведения;сформированностьосновхудожественнойкультурыкакчастиих общей духовной культуры, как особого способа познания жизни; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, ориентации в художественном и

нравственном пространстве культуры; способность к пониманию красоты человека).

Метапредметные результаты

**Метапредметные результаты** освоения курса представлены межпредметными понятиями универсальными учебными действиями(регулятивными, познавательными и коммуникативными).

Межпредметные понятия: общечеловеческие ценности, здоровье, смысл жизни, мировоззрение, поведение, духовность, духовный мир, культура, физическая культура, образ жизни, привычки, зависимости, умения, навыки, санитарно- гигиенические нормы, ответственность, мораль, моральные и нравственные нормы, круг общения, самостоятельность, взрослость, критическое мышление, лидер, манипуляция, стресс, конфликт, цена, альтернативная стоимость, увлечения, хобби, карьера, склонности, способности, «гибкие навыки», виртуальное общение, успех, успешный человек, мечта, цель, целеполагание, план, планирование, управление временем, здоровый образ жизни, физическая активность, правильное питание, эмоциональный фон, позитив, потребность, мотив и др.

Универсальные учебные действия:

Регулятивные

Умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать новые задачи в познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

*Обучающийся сможет:*

* + анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
  + идентифицировать препятствия, возникающие при достижении собственных запланированных результатов, и выдвигать версии преодоления препятствий,
  + прогнозировать конечный результат;
  + ставить цель и формулировать задачи собственной деятельности с учетом выявленных затруднений и существующих возможностей;
  + обосновывать выбранные подходы и средства, используемые для достижения результатов.

Умение самостоятельно планировать достижение целей.

*Обучающийся сможет:*

* + определять необходимые действия в соответствии с задачей;
  + обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач;
  + выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (определять целевые ориентиры, формулировать адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
  + выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства

/ресурсы для достижения цели;

* + составлять план действий;
  + определять потенциальные затруднения при решении задачи и находить средства для их устранения.

Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

*Обучающийся сможет:*

* + различать результаты и способы действий при достижении результатов;
  + определять совместно с педагогом критерии достижения планируемых результатов;
  + оценивать свою деятельность, анализируя и аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
  + работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик/показателей результата;
  + различать/выделять явление из общего ряда других явлений;
  + выделять причинно-следственные связи наблюдаемых явлений или событий, выявлять причины возникновения наблюдаемых явлений или событий;
  + строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
  + строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом их общие признаки и различия;
  + излагать полученную информацию, интерпретируя её в контексте решаемой задачи;
  + самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
  + объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности;
  + выявлять и называть причины события, явления, самостоятельно осуществляя причинно –следственный анализ;
  + делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

*Обучающийся сможет:*

* + строить доказательство: прямое, косвенное, отпротивного;
  + анализировать / рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования с точки зрения решения проблемной ситуации, достижения поставленной цели и/или на основе заданных критериев оценки продукта / результата.

Смысловое чтение.

*Обучающийся сможет:*

* + находить в тексте требуемую информацию;
  + ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
  + устанавливатьвзаимосвязьописанныхвтекстесобытий,явлений,процессов;
  + резюмировать главную идею текста
  + интерпретировать текст;
  + критически оценивать содержание текста.

Развитиемотивацииковладениюкультуройактивногоиспользованиясловарей, справочников,открытыхисточниковинформациииэлектронныхпоисковыхсистем.

*Обучающийся сможет:*

* + определятьнеобходимыеключевыепоисковыесловаиформироватькорректные поисковые запросы;
  + осуществлятьвзаимодействиесэлектроннымипоисковымисистемами,базамизнаний,справочниками;
  + формировать множественную выборку из различных источников информации для объективизации результатов поиска;
  + соотносить полученные результаты поиска с задачами и целями своей деятельности.

Коммуникативные

Умения: организовывать учебное сотрудничество с педагогом и совместную деятельностьспедагогомисверстниками;работатьиндивидуальноивгруппе:находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

*Обучающийся сможет:*

* + принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи мнение(точку зрения),доказательства(аргументы);
  + определятьсвоидействияидействияпартнера,которыеспособствовалиили препятствовали продуктивной коммуникации;
  + строить позитивные отношения в процессе деятельности;
  + корректноиаргументированноотстаиватьсвоюточкузрения,вдискуссии уметьвыдвигатьконтраргументы,перефразироватьсвоюмысль;
  + критическиотноситьсяксобственномумнению,уметьпризнаватьошибочность своегомнения(еслионоошибочно)икорректироватьего;
  + предлагатьальтернативноерешениевконфликтнойситуации;
  + выделятьобщуюточкузрениявдискуссии;
  + договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
  + организовывать эффективное взаимодействие в группе (определять общиецели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
  + устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные не- пониманием / неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержаниядиалога.

Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникациидлявыражениясвоихчувств,мыслейипотребностейдляпланирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

*Обучающийсясможет:*

* + определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать и использовать речевые средства;
  + представлять вустнойилиписьменнойформеразвернутыйплан собственной деятельности;
  + соблюдатьнормыпубличнойречи,регламентвмонологеидискуссиив соответствиискоммуникативнойзадачей;
  + высказыватьи обосновыватьмнение (суждение)и запрашивать мнение партнера врамкахдиалога;
  + приниматьрешениевходедиалогаисогласовыватьегоссобеседником;
  + создаватьписьменныетекстысиспользованиемнеобходимыхречевыхсредств;
  + использоватьсредствалогическойсвязидлявыделениясмысловыхблоковсвоего выступления;
  + использовать вербальные и невербальные средства в соответствии с коммуникативнойзадачей;
  + оцениватьэффективностькоммуникациипослееёзавершения.

Формированиеи развитие компетентности вобласти использованияинформационно- коммуникационныхтехнологий(далее— ИКТ).

*Обучающийсясможет:*

* + целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимыедлярешениязадачспомощьюсредствИКТ;
  + выбирать адекватные задаче инструменты и использовать компьютерные технологиидлярешенияучебныхзадач,втомчиследлявычисления,написания докладов,рефератов,созданияпрезентацийидр.;
  + использоватьинформациюсучетомэтическихиправовыхнорм;
  + создаватьцифровыересурсы,соблюдатьинформационнуюгигиенуипра-вила информационнойбезопасности.

Предметныерезультаты

Глава1.Ценностныеориентациилюдей:чтотакоехорошо,ачтотакоеплохо

*Обучающийсянаучится:*

* + пониматьнеобходимостьберечьисохранятьсвоездоровьекакиндивидуальную иобщественнуюценность;
  + анализироватьиоцениватьвлияниефактороврисканаздоровьечеловека;
  + классифицировать вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительныхсмесей),анализироватьиоцениватьихвлияниеназдоровье человека;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния искусства на вредные привычки;
  + аргументировать, приводить доказательства отношения религии к вредным привычкам.

*Обучающийсяполучитвозможностьнаучиться:*

* + ориентироваться в системе моральных норм и ценностей по отношению к собственному здоровью и здоровью других людей;
  + анализироватьиоценивать:целевыеисмысловыеустановкивсвоихдействияхи поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влиянияфакторовриска наздоровьечеловека;
  + осознаватьобщечеловеческиеценности,выраженныевглавныхтемахискусства;
  + создаватьсобственныеписьменныеиустныесообщенияоборганизмечеловека и его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;
  + работатьвгруппесверстниковприрешениипознавательныхзадач,связанныхс особенностямистроенияижизнедеятельностиорганизмачеловека,планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оцениватьсобственныйвкладвдеятельностьгруппы.

Глава2.Ценавредныхпривычек

*Обучающийсянаучится:*

* + пониматьнеобходимостьберечьисохранятьсвоездоровьекакиндивидуальную иобщественнуюценность;
  + классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
  + характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значениедляличности,обществаигосударства;
  + классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
  + планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния вредных привычек на финансыивремячеловека;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния вредных привычек на внешнюю и внутреннюю красоту человека;
  + анализировать и оценивать заболевания человека, возникающие от неправильного питания, малоподвижного образа жизни и чрезмерного увлечениякомпьютером;
  + анализировать и оценивать вредное влияние на здоровье человекаупотребленияалкоголя,табака,наркотиков;
  + аргументировать,приводитьдоказательствавлияниякругаобщениячеловекана полезные и вредные привычки.

*Обучающийсяполучитвозможностьнаучиться:*

* + анализироватьвлияниевредныхпривычекифакторовнасостояниесвоего здоровья;
  + характеризоватьрольсемьивжизниличностииобществаиеёвлияниена здоровьечеловека;
  + классифицироватьихарактеризоватьосновныеположениязаконодательных актов о здоровье;
  + анализироватьиоценивать:целевыеисмысловыеустановкивсвоихдействияхи поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влиянияфакторовриска наздоровьечеловека;
  + находить в учебной, научно-популярной литературе, интернет-ресурсах информацию об организме человека, оформлять её в виде устных сообщений и докладов;
  + создаватьсобственныеписьменныеиустныесообщенияоборганизмечело-векаи его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;
  + работатьвгруппесверстниковприрешениипознавательныхзадач,связанныхс особенностямистроенияижизнедеятельностиорганизмачеловека,планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оцениватьсобственныйвкладвдеятельностьгруппы.

Глава 3.Жизньбеззависимостей:арсеналполезныхумений

*Обучающийсянаучится:*

* + классифицироватьмероприятияифакторы,укрепляющиеиразрушающие здоровье;
  + планироватьпрофилактическиемероприятияпосохранениюиукреплению своего здоровья;
  + знать и аргументировать основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
  + анализироватьиоцениватьвлияниефактороврисканаздоровьечеловека;
  + выделятьсущественныепризнакивзрослогочеловека;
  + аргументировать,приводитьдоказательстванеобходимостивжизничело-века самостоятельногопринятиярешения;
  + раскрыватьролькритическогомышлениявнауке,технике,повседневной жизничеловека;
  + аргументировать,приводитьдоказательстванеобходимости использования критического мышления в жизни человека;
  + выделятьсущественныепризнакивлиянияокружающихлюдейнамыслии поступкичеловека;
  + знать о способах защиты от влияния окружающих людей на мысли и поступки человека;
  + выделятьсущественныепризнакивлияниястрессаначеловека;
  + аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи стресса, вредных привычекизависимостей;
  + выделять существенные признаки конфликтов, знать приемы конструктивного решенияконфликта;
  + характеризовать группы профессий, относящихся к актуальному технологическому укладу;
  + анализироватьи обосновывать свои мотивыи причиныпринятиятехилииных решений,связанныхсвыборомиреализациейобразовательнойтраектории;
  + анализировать свои возможности и предпочтения, связанные с освоением определенного уровня образовательных программ и реализацией тех или иных видов деятельности.
  + аргументировать, приводить доказательства влияния компьютеров и электронныхустройствнаформированиевредныхпривычекчеловека;
  + безопасноиспользоватьресурсыинтернета;
  + знатьисоблюдатьправилаинформационнойбезопасности.

*Обучающийсяполучитвозможностьнаучиться:*

* + находить в учебной, научно-популярной литературе, интернет-ресурсах информацию о влиянии стресса и конфликтов на здоровье человека, оформлять еёввидеустныхсообщений идокладов;
  + предлагать альтернативные варианты образовательной траектории для профессиональногоразвития;
  + характеризоватьгруппы предприятийрегионапроживания;
  + получатьопытпоиска,извлечения,структурированияи обработки информации оперспективахразвитиясовременныхпроизводстви тенденцияхихразвитияв регионе проживания и в мире, а также информации об актуальном состоянии и перспективах развития регионального и мирового рынка труда;
  + анализироватьиоценивать:целевыеисмысловыеустановкивсвоихдействияхи поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влиянияфакторовриска на здоровьечеловека;
  + создаватьсобственныеписьменныеиустныесообщенияоборганизмечеловека и его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;
  + работатьвгруппесверстниковприрешениипознавательныхзадач,связанныхс особенностямистроенияижизнедеятельностиорганизмачеловека,планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оцениватьсобственныйвкладвдеятельностьгруппы.

Глава4.Слагаемыеуспеха

*Обучающийсянаучится:*

* + выделятьсущественныепризнакиуспехачеловека;
  + аргументировать, приводить доказательства зависимости успешности от материальныхидуховныхценностейчеловека;
  + аргументировать, приводить доказательства взаимосвязи достижений и успехавличнойжизни,вобщественнойжизни,вкарьере;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния личных качеств на достижениеуспеха;
  + объяснятьвлияниеположительныхпривычекнауспешностьчеловека;
  + знатьометодах(технологиях)целеполагания;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния целеполагания на достижениеуспеха;
  + аргументировать,приводитьдоказательства ценности времени придостижении целей;
  + знатьэтапысоставленияплана,методыпланирования;
  + аргументировать, приводить доказательства эффективности применения методовпланирования;
  + выделятьсущественныепризнакизаботыоздоровьекакзалогауспешности;
  + аргументировать,приводитьдоказательствавлияниязаботыоздоровьенауспешностьжизни;
  + планироватьпрофилактическиемероприятияпосохранениюиукреплению своего здоровья;
  + знать и аргументировать основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха.

*Обучающийсяполучитвозможностьнаучиться:*

* + находить в учебной, научно-популярной литературе, интернет-ресурсах информацию об успехе человека, оформлять её в виде устных сообщений и докладов;
  + анализироватьиоценивать:целевыеисмысловыеустановкивсвоихдействияхи поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влиянияфактороврисканаздоровьечеловека.
  + создаватьсобственныеписьменныеиустныесообщенияоборганизмечеловекаи его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации, сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;
  + работатьвгруппесверстниковприрешениипознавательныхзадач,связанныхс особенностямистроенияижизнедеятельностиорганизмачеловека,
  + планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы.

Глава5.Формируемпривычкужитьздорово

*Обучающийсянаучится:*

* характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
* выделятьсущественныепризнакифизическойактивности;
* аргументировать, приводить доказательства влияния физической активности на отказ человека от вредных привычек;
* разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическимиупражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
* знатьправилаздоровогопитания;
* аргументировать, приводить доказательства влияния основных правил здорового питания на здоровье человека;
* аргументировать, приводить доказательства влияния приема воды и жидкостей на здоровье человека;
* сравниватьвлияниеивзаимосвязьположительных,отрицательныхисмешанных эмоций человека;
* аргументировать, приводить доказательства влияния и взаимосвязи положительных, отрицательных и смешанных эмоций на человека;
* выделятьсущественныепризнакипозитивныхинегативныхпсихологических состояний;
* аргументировать,приводитьдоказательствавлиянияпозитивныхинегативных психологических состояний на человека;
* выделятьсущественныепризнакистраховитревогичеловека;
* описыватьспособыизбавленияотстрахаилитревогинажизньиздоровье человека;
* выделятьсущественныепризнакисостояниясчастья,удовлетворенности жизнью;
* выделятьсущественныепризнакипозитивныхинегативныхэмоций;
  + аргументировать, приводить доказательства причин преобладания позитивных эмоций над негативными, отрицательного влияния вредных привычек на улучшениеэмоциональногофонаиповышениепозитивныхэмоций;
  + выделятьсущественныепризнакипотребностейчеловекаприпереходек здоровому образу жизни;
  + выделять существенные признаки мотивов человека при переходе к здоровому образу жизни;
  + аргументировать,приводитьдоказательствавлиянияпотребностейимотивов при переходе к здоровому образу жизни;
  + знать этапы планапереходакздоровомуобразужизни;
  + аргументировать, приводить доказательства влияния вредных привычек, препятствующих реализации планапереходакздоровомуобразужизни;
  + вести дневник успеха, дневник здоровья,распорядокдня;
  + аргументировать,приводитьдоказательстванеобходимостиведениядневника успеха, дневника здоровья, распорядка дняпри переходе к здоровому образу жизни.

*Обучающийсяполучитвозможностьнаучиться:*

* + определятьпризнакиположительноговлияниязанятийфизическойподготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качествиосновныхсистеморганизма;
  + вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
  + владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании навыков ЗОЖ;
  + находить в учебной, научно-популярной литературе, интернет-ресурсах ин- формацию об организме человека, оформлять её в виде устных сообщений и докладов;
  + анализироватьиоценивать:целевыеисмысловыеустановкивсвоихдействияхи поступках по отношению к здоровью своему и окружающих; последствия влияния факторов риска на здоровье человека;
  + создаватьсобственныеписьменныеиустныесообщенияоборганизмечеловекаи его жизнедеятельности на основе нескольких источников информации,

сопровождать выступление презентацией, учитывая особенности аудитории сверстников;

* + работатьвгруппесверстниковприрешениипознавательныхзадач,связанныхс особенностямистроенияижизнедеятельностиорганизмачеловека,планировать совместную деятельность, учитывать мнение окружающих и адекватно оценивать собственный вклад в деятельность группы.

Содержание курса внеурочной деятельности.

Глава1.Ценностные ориентации:что такое хорошо, а что такое плохо(6часов)

Вечные ценности(1час)

Что такое ценности для человека? Что может быть значимо для всего человечества? Какоеместозанимаетжизньчеловекасредидругихобщечеловеческихценностей?Что такое здоровье и почему здоровье–это ценность?

Духовные ориентиры человека(1час)

Каким образом ценности влияют на жизнь человека? Когда можно говорить о сформированности у человека истинных жизненных ценностей?

Быть культурным–что это значит?(1час)

Что такое культура? В чем проявляется и что включает в себя культура поведения? Какого человека можно назвать культурным?

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

Что такое привычка? Чем могут быть полезны привычки?Чем опасны привычки?

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

В чем заключаются особенности языка искусства? Что говорит словесность о вреде алкогольных напитков, курения и наркотических веществ? Могут ли живопись ик ино помогать людям бороться с вредными привычками?

Отношение религии к вредным привычкам(1час)

Какую роль играет религия в жизни человека? Как относятся к вредным привычкам мировые религии? Какую роль играют в России религиозные организации вборьбес вредными привычками людей?

Глава 2 Цена вредных привычек(6часов)

Роль государства в борьбе с вредными привычками(1час)

Что делает государство для защиты и укрепления здоровья населения? Какие методы борьбыгосударствасвреднымипривычкамиизависимостямиунаселенияпопулярны в настоящее время? Какие меры приняты в России?

Мы в ответе за наши привычки(1час)

Что такое ответственность человека? Какую юридическую ответственность мы можем понести за наши вредные привычки? Какую моральную ответственность мы несем за вредные привычки?

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

Что такое цена вредных привычек? Сколько денег человек тратит на свои вредные привычки? Сколько времени человеческой жизни у нас отбирают вредные привычки? Что такое альтернативная стоимость наших привычек?

Красота человека и вредные привычки(1час)

Что такое внешняя и внутренняя красота человека? Насколько внешняя и внутренняя красота зависят от наших вредных привычек?

Здоровье человека и вредные привычки(1час)

К каким заболеваниям ведет малоподвижный образ жизни, неправильное питание и чрезмерное увлечение компьютером? Какой вред здоровью причиняет употребление алкоголя, табака, наркотиков?

Вредные привычки и круг общения(1час)

Что такое круг общения? Почему важно иметь правильный круг общения? Меняют ли вредные привычки наш круг общения? Как сформировать правильный круг общения?

Глава3.Жизньбеззависимостей:арсенал полезных умений(6часов)

Что значит быть взрослым(1час)

Почемумывыбираемсебекумировихотимстатьвзрослыми?Какиеошибкидопускает человек на пути к взрослости и подражаякумирам? Когда человекстановитсявзрослым? Как взрослому человеку не дать вредным привычкам управлять собой?Можно ли растить в себе взрослого?

Умение самостоятельно принимать решения и критически мыслить(1час)

Что такое самостоятельность? Можно ли развивать в себе привычку самостоятельно принимать решения? Почему так важно уметь критически мыслить?

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

Влияютлиокружающиелюдинанашимыслиипоступки?Можнолизащититься от нежелательного влияния? Почему важно научиться говорить «нет»? Кто такой манипулятор?Что нужно делать,чтобынеподдаватьсяманипуляциям?

Жизнь без стрессов и конфликтов(1час)

Что такое стресс и как он на нас влияет? Есть ли связь между стрессом и вредными привычками?Частые конфликты – это повод для стресса? Полезно ли уметьжитьбез стрессовиконфликтов?

От увлечений к будущей профессии(1час)

Чем полезны наши увлечения и хобби? Почему начинать строить будущую карьеру нужноещевшколе?Какможнораспорядитьсясвободнымвременемспользойдлясвоегобудущего?

Не попадись на удочку в«сети»(1час)

Какие опасности таит компьютер? Какие зависимости может сформировать компьютер? Что нужнознатьобинформационныхугрозах?

Глава4.Слагаемыеуспеха(5часов)

Что такое успех?(1час)

Что такое успех?Чтозначитбытьуспешнымчеловеком?

Секреты успеха(1час)

Какимикачествамидолженобладатьчеловек,чтобыдобиватьсяуспеха?Почемуне все люди достигают успеха? Есть ли у успешных людей одинаковые привычки?

Учимся ставить цели(1час)

Чем цельотличаетсяотмечты?Вчем секретформулированияцели,ведущейкуспеху?

Управление временем(1час)

Почемувремя–самыйдорогойресурс?Почемуважнопланировать?Гденайтивремя, чтобы все успевать?

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

Зачемуспешныелюдизаботятсяосвоемздоровье?Почемуневсеоберегаютсвое здоровье?

Глава5.Формируемпривычкужитьздорово(7часов)

Здоровый образ жизни(1час)

Что входит в понятие«здоровый образ жизни»?Сколько россиян ведут здоровый образ жизни? Как ведут здоровый образ жизни в разных странах мира?

Движение–это жизнь(1час)

Как взаимосвязаны движение, физическая активность, активный и здоровый образ жизни? Почему физическая активность – одна из важнейших составляющихздоровогообразажизничеловека?Чтоможетобеспечитьнужнуюфизическую

активность? Почему спорт не всегда укрепляет здоровье? Насколько совместимы физическая активность и вредные привычки?

Как питаться, чтобы быть здоровым?(1час)

Почему правильное питание – залог здоровья? В чем заключаются главные правила здорового питания? Насколько важна вода для организма человека?

Ресурсы позитива в жизни(2часа)

Какимибываютэмоцииизачемонинамнужны?Какиепсихологическиесостояниядля нас вредны, а какие полезны? Как нам мешают страх и тревога и как от них избавиться? Что такое состояние позитива и как его достичь?

Как начать здоровый образ жизни, чтобы стать успешным?(2 часа)

Что самое важное при переходе к здоровому образу жизни? В чем секрет правильного планирования перехода к здоровому образу жизни? Чем при переходе кздоровому образу жизни может помочь дневники распорядок дня?

Проект по достижению личного успеха(4часа)

Примерные темы проектных работ:

* В здоровом теле–здоровый дух!
* Мой шаг вперед–к здоровью.
* Курс–на успех.
* Жизнь без вредных привычек.
* Беречь свое здоровье–это двигаться к успеху.
* Мой здоровый образ жизни.
* В движении– жизнь!
* Мои помощники на пути к успеху.
* Выбираю свое будущее сам.
* Успех–это успеть :мой тайм-менеджмент.

**Тематическое планирование.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема занятия** | **Количество часов** | **Дата**  **по плану** | **Дата**  **по факту** |
| **Раздел 1.Ценностные ориентации: что такое хорошо, а что такое плохо(6часов)** | | | | |
| **1** | Вечные ценности | **1** |  |  |
| **2** | Духовные ориентиры человека | **1** |  |  |
| **3** | Быть культурным– что это значит? | **1** |  |  |
| **4** | Привычки в жизни человека: полезные и вредные привычки | **1** |  |  |
| **5** | Отношение к вредным привычкам в культуре и искусстве | **1** |  |  |
| **6** | Отношение религии к вредным привычкам | **1** |  |  |
| **Раздел 2.Цена вредных привычек(6часов)** | | | | |
| **7** | Роль государства в борьбе с вредными привычками | **1** |  |  |
| **8** | Мы в ответе за наши привычки | **1** |  |  |
| **9** | Как вредные привычки«съедают»деньги и время | **1** |  |  |
| **10** | Красота человека и вредные привычки | **1** |  |  |
| **11** | Здоровье человека и вредные привычки | **1** |  |  |
| **12** | Вредные привычки и круг общения | **1** |  |  |
| **Раздел 3.Жизньбеззависимостей: арсенал полезных умений(6часов)** | | | | |
| **13** | Что значит быть взрослым | **1** |  |  |
| **14** | Умение самостоятельно принимать решения и критически мыслить | **1** |  |  |
| **15** | Умение говорить«нет»и не поддаваться манипуляциям | **1** |  |  |
| **16** | Жизнь без стрессов и конфликтов | **1** |  |  |
| **17** | От увлечений к будущей профессии | **1** |  |  |
| **18** | Не попадись на удочку в«сети» | **1** |  |  |
| **Раздел 4.Слагаемыеуспеха (5 часов)** | | | | |
| **19** | Что такоеу спех? | **1** |  |  |
| **20** | Секреты успеха | **1** |  |  |
| **21** | Учимся ставить цели | **1** |  |  |
| **22** | Управление временем | **1** |  |  |
| **23** | Беречь свое здоровье–это двигаться к успеху | **1** |  |  |
| **Раздел 5.Формируем привычку жить здорово(7часов)** | | | | |
| **24** | Здоровый образ жизни | **1** |  |  |
| **25** | Движение–это жизнь | **1** |  |  |
| **26** | Как питаться, чтобы быть здоровым? | **1** |  |  |
| **27** | Ресурсы позитива в жизни | **1** |  |  |
| **28** | Ресурсы позитива в жизни | **1** |  |  |
| **29** | Как начать здоровый образ жизни, чтобы стать успешным? | **1** |  |  |
| **30** | Как начать здоровый образ жизни, чтобы стать успешным? | **1** |  |  |
| **31** | Проект по достижению личного успеха | **1** |  |  |
| **32** | Проект по достижению личного успеха | **1** |  |  |
| **33** | Проект по достижению личного успеха | **1** |  |  |
| **34** | Проект по достижению личного успеха | **1** |  |  |

**Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательной деятельности.**

Учебно-методическое обеспечение включает в себя учебно-методический комплекс, состоящий из:

* Программы курса;
* Учебного пособия;
* Методических рекомендаций и дидактических материалов для педагога;
* медиа- приложения(цикл видеороликов).

Материально-техническое обеспечение реализации учебного курса «Путь к успеху»вобщеобразовательнойорганизации

Проведение занятий по учебному курсу «Путь к успеху» может осуществлятьсяв помещениях общеобразовательной организации: учебном кабинете, школьном информационно-библиотечном центре (библиотеке), актовом зале и других помещениях, соответствующих требованиям, представленным в основной образовательной программе общеобразовательной организации. Кроме того, проведение занятий поданному курсу может осуществляться в форме выездных занятий – экскурсий и др.

При проведении занятий помещение общеобразовательной организации должно быть оснащено следующими средствами обучения:

* персональный компьютер(ноутбук);
* мультимедиа проектор с экраном или интерактивная доска;
* принтер(МФУ);
* аудиторная доска с магнитной поверхностью;
* должен быть обеспечен доступ к информационным ресурсам интернета.