

---

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) школа городского округа Стрежевой» (МОУ «СКоШ»)

---

636783. Томская область, г. Стрежевой  
Ул. Викулова 1/2

skosh@guostrj.ru

Тел/факс. 5-73-07

---

Утверждено  
приказом директора МОУ «СКоШ»  
№ 242 от 02.09.2024

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности**  
**«Личностное развитие»**  
**9 класс**

(для обучающихся с интеллектуальными нарушениями)

**Учитель:** Петрова Кристина Александровна

г. о Стрежевой 2024 г.

### Пояснительная записка

Рабочая программа данного учебного курса внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
  - Приказа Министерства просвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»;
  - Методических рекомендаций по использованию и включению в содержание процесса обучения и воспитания государственных символов Российской Федерации, направленных письмом Министерства просвещения от 15.04.2022 № СК-295/06;
  - Методических рекомендаций по уточнению понятия и содержания внеурочной деятельности в рамках реализации основных общеобразовательных программ, в том числе в части проектной деятельности, направленных письмом Минобрнауки от 18.08.2017 № 09-1672;
  - Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства от 29.05.2015 № 996-р; СП 2.4.3648-20;
  - СанПиН 1.2.3685-21;
  - Основной образовательной программы ООО.
- Курс рассчитан на 34 учебные недели, на 34 часа в год, в неделю – 1 час.

Рабочая программа курса внеурочной деятельности – личностное развитие — это нормативный документ, определяющий объем, порядок, содержание внеурочной деятельности, направленный на вариативность и адаптивность к интересам и способностям школьников, способствующий достижению на более высоком уровне личностных результатов - ценностей, ориентиров, потребностей, интересов через формы, отличные от классно-урочной системы.

Рабочая программа выполняет функции:

- информационную, позволяющую всем участникам образовательного процесса получить представление: о целях, прогнозируемых результатах, содержании, как средства достижения целей и образовательных результатов;

– организационно-планирующую, предусматривающую структурирование учебного материала и планирование времени его изучения.

#### **Документы и материалы, используемые для разработки рабочей программы**

- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 декабря 2014 г. № 1599 «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 ноября 2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 февраля 2022 г. № 69 «О внесении в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 22.03.2022 г. № 155»;

- постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»». Согласно статье 79 Федерального закона от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;

#### **Программа «Час классного руководителя состоит из 4 блоков:**

**1 модуль** - Профилактические программы: «Полезные навыки» и «Профилактика буллинга среди подростков».

**2 модуль** - Работа по проекту «Создание полиграфической продукции».

**3 модуль** - Правила дорожного движения; ОБЖ и ПДД;

**4 модуль** - Профориентация и профилактика идеологии терроризма и экстремизма

**1 модуль Профилактические программы: «Полезные навыки» и «Профилактика буллинга среди подростков».**

Пояснительная записка к профилактической программе «Полезные навыки»

Рабочая программа курса «Полезные навыки» составлена в соответствии с программой учебного курса «Полезные навыки», 5-8 класс (О.Л. Романова, Л.С. Колесова. М.: «ПОЛИМЕД», 2002 г. [http://www. polimed .ru](http://www.polimed.ru)).

**Целью** программы «Полезные навыки» является овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

**Задачи:**

- Предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем.
- Учить детей лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению; способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними, учить бесконфликтно общаться.
- Учить детей делать здоровый выбор и принимать ответственные решения.

- Формировать негативное отношение к ПАВ у подростков Содержание уроков в «Полезных навыках» развивается по спирали.

**Личностными** результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Полезные навыки» является формирование следующих умений:

→ Определять и высказывать правила поведения при сотрудничестве (этические нормы);

→ В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, делать выбор, при поддержке других участников группы и педагога, как поступить.

**Метапредметными** результатами программы внеурочной деятельности по социальному направлению «Полезные навыки» - является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

**1. Регулятивные УУД:** → Определять и формулировать цель деятельности с помощью педагога.

→ Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности класса на занятиях.

**2. Познавательные УУД:**

→ Добывать новые знания: находить ответы на вопросы, используя дополнительную литературу, свой жизненный опыт и информацию, полученную на занятиях.

→ Перерабатывать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всего класса.

**3. Коммуникативные УУД:**

→ Умение донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи. → Слушать и понимать речь других. → Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика).

Первостепенным результатом реализации программы внеурочной деятельности будет сознательное отношение обучающихся к собственному здоровью во всех его проявлениях.

### **9 класс**

#### **Планируемые результаты освоения программы**

В результате изучения курса, обучающиеся получат возможность:

- приобрести навыки кооперативного обучения, навыки общения;
- приобрести навыки преодоления конфликта;
- объяснять шаги принятия решений;
- узнать о видах насилия и способах избежать ситуации;
- узнать о правилах безопасного поведения, чтобы не заразиться ВИЧ инфекцией.

#### **Примерное содержание программы**

**Тема 1.** Моя внешность (1 час). Возрастные естественные изменения внешности человека. Искусственные способы изменения внешности (макияж, пирсинг, татуировка). Имидж.

**Тема 2.** Чувства, которые мы переживаем (1 час). Эмоции и чувства. Варианты завершения ситуаций. Способы выражения отрицательных чувств: подавление, агрессивное выражение, конструктивное выражение. Способы преодоления отрицательных чувств: глубокое дыхание, переговоры, принесение извинений, конструктивное предложение, уход, избегание отрицательных чувств, юмор, вымещение отрицательных чувств, замещение отрицательных чувств физической активностью, поиск совета, понимания, сочувствия, профессиональная помощь. Принятие решений.

**Тема 3.** Как преодолеть конфликт? (1 час). Способы преодоления конфликтов. Конструктивное разрешение конфликтов. Что такое конфликт, консенсус, компромисс? Избежание конфликта. Приспособление. Причины возникновения конфликтов.

**Тема 4.** Насилие (1 час). Виды насилия: физическое, психологическое (эмоциональное), сексуальное. Способы избежания насилия. Анализ информационного продукта (телепередач, сайтов) на предмет наличия разных видов насилия.

**Тема 5.** Близкие отношения и риск (1 час). Чувства, характерные для близких людей. Способы выражения чувств. Эмоциональный, социальный, физический риск в близких отношениях.

**Тема 6.** Рискованное поведение и ВИЧ (2 часа). Как заражаются ВИЧ? Пути передачи ВИЧ-инфекции. Как нельзя заразиться ВИЧ? Уязвимость больного ВИЧ. Решение ситуаций. Правила безопасного поведения.

**Тема 7.** Индивидуальный проект «Я выбираю ЗОЖ» (1 час).

### **Пояснительная записка «Профилактика буллинга»**

В современных условиях педагоги и психологи все чаще обращаются к вопросам толерантности и противостояния агрессии.

Особенную актуальность эти вопросы приобретают в подростковом возрасте в силу его изначальной кризисности, отсутствия стабильности и чувства защищенности. Крайне актуальным становится вопрос о психологической безопасности образовательной среды и профилактики негативных явления.

**Буллинг** (англ. bullying, от bully — хулиган, драчун, задира) — это систематическое, регулярно повторяющееся насилие, травля со стороны одного школьника или группы школьников в отношении отдельного школьника, который не может себя защитить. Он всегда преследует цель — затравить жертву, вызвать у нее страх, деморализовать, унижить, подчинить. Обидчики дают ребенку неприятные прозвища, обзывают, бойкотируют, угрожают, отбирают личные вещи или намеренно портят их, бьют или пинают, заставляют делать неприглядные и оскорбляющие достоинство действия, распространяют лживые сведения, сплетни и слухи, исключают ребенка из круга общения, совместных занятий, игр, игнорируют и т.д.

Обидчиками могут быть и девочки-подростки, ибо буллинг не зависит от пола, роста, национальности или предпочтений. Он просто есть и все, как элемент школьной жизни. Повод может быть самым разным. Поэтому пострадать от буллинга может любой ученик. При этом зачастую могут даже отсутствовать какие-либо конкретные основания для агрессии. Объектом буллинга чаще всего выбирают тех, кто отличается от других детей и не может себя защитить. Кроме того, буллинг зачастую это скрытый процесс и для его предотвращения, разрешения конфликта и устранения последствий необходимо слаженное взаимодействие окружения ребенка и всех вовлеченных в образовательную деятельность лиц

Профилактика буллинга помогает уменьшить масштабы этого явления и сократить количество вовлеченных в него подростков - «агрессоров» и «жертв».

**Цель программы:**

1. формирование в образовательном процессе нетерпимого отношения к различным проявлениям насилия по отношению к обучающимся;
2. повышение информированности обучающихся о возможных рисках и опасностях;
3. воспитание у обучающихся уважения к правам человека, личности, как к неповторимой сущности человека;
4. формирование у обучающихся адекватных представлений о правах человека и правилах поведения у опасных ситуаций.

**Информационные часы, беседы (примерная тематика).**

- Что может человек?
- Я и мир вокруг меня.
- Расскажи мне обо мне
- Что такое гуманизм?
- Культура человека. Человек среди людей
- Я отвечаю за свои поступки

- Нужно ли управлять своими эмоциями
- Злость и агрессия
- Толерантное общение

1. Просмотр и обсуждение художественных фильмов:

- «Чучело» (1983 г.).
- «Вам и не снилось» (1980 г.).
- «Розыгрыш» (2008 г.).

**2 модуль- Работа по проекту «Формирование компьютерной грамотности через создание полиграфической продукции в Microsoft Office Word»;**

**3 модуль- Правила дорожного движения; ОБЖ;**

**Пояснительная записка**

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) разработана в рамках Государственной целевой программы обучения населения действиям в чрезвычайных ситуациях. В процессе реализации данной программы решаются следующие задачи:

- ознакомление учащихся с общими характеристиками различных чрезвычайных ситуаций и их последствиями;
- приобретение ими знаний и умений по защите жизни и здоровья в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование навыков самоанализа поступков с точки зрения защиты жизни и здоровья;
- выработка психологической устойчивости поведения в опасных чрезвычайных ситуациях и бережного отношения к себе и окружающей среде.

## Основные требования к знаниям и умениям учащихся.

### Учащиеся должны знать:

- о различных опасных, аварийных и криминогенных ситуациях, возникающих повсеместно и правилах безопасного поведения в случае их возникновения;
- об основных правилах поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, на улице, в школе.

### Учащиеся должны уметь:

- пользоваться средствами индивидуальной защиты и подручными средствами пожаротушения;
- правильно вести себя в чрезвычайных ситуациях;
- пользоваться общественным и другими видами транспорта, не создавая угрозы для своей жизни и жизни окружающих;
- оказать первую медицинскую помощь пострадавшему;
- определить срок хранения продуктов, безопасный для здоровья.

### Распределение учебного времени по темам

№ п/п	Наименование раздела и темы занятий	Часы	Дата
1	<p style="text-align: center;"><b>I раздел</b></p> <p style="text-align: center;">«Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях»</p> <p style="text-align: center;">Город как источник опасности.</p> <p>-Пре-тест. Выбор безопасного маршрута в школу и из школы</p> <p>- Наличие зон повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей: вокзалы, кинотеатры, магазины)</p>	<b>1</b>	

	- Государственные и муниципальные системы обеспечения людей (милиция – 102, пожарная охрана – 101, скорая помощь – 103) Их задачи и возможности		
2	<u>Безопасность и жилище.</u> -Конструкции современного жилища и особенности его жизнеобеспечения (водоснабжение, отопление, освещение, канализация) - Возможные ситуации аварийного характера (пожар, затопление, разрушение) - Рекомендации учащимся по правилам поведения в случае возникновения чрезвычайных ситуаций. - Способы эвакуации из многоэтажных зданий и школы.	1	
3	<u>Огонь. Его опасности.</u> - Возможные причины возникновения пожара (нарушение правил эксплуатации электрической сети, возгорание телевизора и других бытовых приборов, утечка газа). - Средства пожаротушения, способы их использования. - Виды огнетушителей.	1	
4	<u>Транспорт и безопасность.</u> Краткая характеристика видов современного транспорта: 1. Общественного (автобус, трамвай троллейбус, метро). Правила поведения участников дорожного движения. 2. Железнодорожного (электropоезда, пассажирские поезда). Правила поведения в чрезвычайных ситуациях (крушение, пожар в вагоне, экстренное торможение, отставание от поезда). Современный транспорт – зона повышенной опасности. Правила безопасного поведения при пользовании транспортом.	1	

5	<p><u>Чрезвычайные ситуации криминогенного характера.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Общая криминогенная ситуация в городе.</li> <li>- Возможные случаи покушения на имущество и жилище граждан. Основные способы защиты жилища от проникновения посторонних.</li> <li>- Правила поведения в криминогенных ситуациях.</li> </ul>	1	
6	<p><u>Чрезвычайные ситуации, связанные с нарушением экологического равновесия в местах проживания.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Возможные причины загрязнения воздуха, воды и почвы в местах проживания.</li> <li>- Недоброкачественность продуктов питания и их возможные опасности для здоровья.</li> <li>- Основные мероприятия по обеспечению безопасности человека (очистка воздуха в квартире, водоочистка, контроль качества продуктов и выдерживание сроков их хранения).</li> </ul>	1	
7	<p><u>Действия учащихся в чрезвычайных ситуациях.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Отработка действий учащимися в случае возникновения пожара в учебном заведении.</li> <li>- Устройство огнетушителей и их виды. Правила пользования огнетушителями и подручными средствами пожаротушения при возникновении пожара.</li> <li>--Меры предосторожности на водоёмах в летнее и зимнее время года.</li> <li>-Правила поведения в чрезвычайных погодных условиях (туман, гололёд, метель, ледоход).</li> <li>- Особенности передвижения по мокрой, скользкой дороге.</li> </ul>	1	
8	<p style="text-align: center;"><b>II раздел.</b></p> <p>«Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей»</p> <p>2.1 <u>Правила оказания первой медицинской помощи:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-при ожогах;</li> <li>- отравлениях;</li> </ul>	1	

	<p>– вывихах и переломах;</p> <p>- ранах различного характера (порез, кровотечение). Временная остановка кровотечения, способом пальцевого прижатия артерии;</p> <p>- при травмах глаз.</p> <p>Техника безопасности на уроках трудового обучения и при работе на приусадебных участках.</p> <p>- Первая помощь пострадавшему.</p> <p>2.2 Понятие о ЗОЖ.</p>		
<b>9</b>	<p>Итоговое занятие. Пост-тест. «Безопасность»</p> <p>- Экскурсия «Мы по улице идём»</p> <p>- Экскурсия «Перекрёсток»</p>	<b>1</b>	

#### **4 модуль - Профориентация и профилактика идеологии терроризма и экстремизма**

##### **Пояснительная записка**

Программа по профориентации составлена в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года.
- Федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1599)- (далее ФГОС О у/о).
- Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих

образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".

**Цель:** помочь обучающимся правильно оценить свои возможности и способности при выборе профессии, научить разбираться в мире профессий и самостоятельно анализировать профессии, составить представление о том, как функционирует рынок труда, и в результате сформировать информационную готовность к профессиональному выбору.

**Задачи:**

- познакомить обучающихся с разнообразием мира профессий;
- формировать конкретно-наглядные представления о существенных сторонах профессии;
- формировать умение ориентироваться в мире профессий, умения работать с различными источниками информации;
- оказать помощь обучающимся в адекватном восприятии своих возможностей и способностей;

**Календарно-тематическое планирование 9 класс  
Профориентация**

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Что такое профессия?	1
2	Ориентация в мире профессий – классификация профессий.	1
3	Мотивы и основные условия выбора профессии.	1
4	Типичные ошибки при выборе профессии	1
5	Здоровье и выбор профессии.	1
6	Что такое профессиональная пригодность?	1
7	Специфические профессионально важные качества для разных типов профессий.	1
8	Рынок труда. Потребности рынка труда в кадрах.	1
9	Имидж и этикет современного делового человека.	1

## **Пояснительная записка к программе «Терроризм – угроза обществу»**

### **Нормативно-правовая база:**

Настоящая программа курса «Терроризм – угроза обществу» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным Государственным Образовательным Стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
- Положением о порядке разработки, утверждения, реализации и корректировки рабочих программ учебных предметов, курсов (модулей);
- Образовательной программой ОО.

### **Общая характеристика программы**

Реализация данной программы обусловлена необходимостью формирования у обучающихся общих представлений о внешней и внутренней политике, проводимой Российской Федерацией в сфере обеспечения национальной безопасности.

В настоящее время в России получили распространение различные проявления терроризма и экстремизма, которые провоцируют нестабильность в обществе, способствуют ослаблению российской государственности, порождают в отдельных субъектах Российской Федерации сепаратистские настроения и создают для экстремистов и террористов благоприятную возможность реализации их целей и задач.

Реальная ситуация в мире и в нашей стране в настоящее время такова, что экстремистские идеи могут служить взрывоопасной основой в зарождении различного рода социальных конфликтов. Поэтому сейчас нужны новые идеи, которые могли бы сплотить все слои российского общества, а для этого необходимо вести постоянную образовательную и воспитательную работу в обществе и особенно среди молодежи.

Необходимость введения образовательной программы «Терроризм – угроза обществу» обусловлено несколькими причинами.

Во-первых, в условиях усиления распространения идеологии терроризма именно молодежь становится основной «группой риска».

Во-вторых, уровень знаний обучающихся по основным проблемам терроризма в наше время недостаточен.

В-третьих, молодежь проявляет весьма высокую заинтересованность в изучении проблем и вопросов антитеррористического воспитания, формирования антитеррористической идеологии.

Именно терроризм является одним серьезнейшим вызовом национальной безопасности, источником риска и угроз для общества в целом и для каждого человека. Поэтому формирование основ антитеррористической идеологии, овладение адекватными знаниями и навыками в этой сфере, являются необходимыми гарантиями для обеспечения личной и общественной безопасности, а также определяются как важнейшая задача, стоящая перед современным российским обществом.

***Цели данной Программы:***

- формирование социально-политических компетенций обучающихся посредством правильного понимания и умения теоретически различать виды терроризма в процессе изучения таких понятий как: терроризм, идеология терроризма, экстремизм, национализм, культура межнационального общения и другие;
- формирование коммуникативной, социально-психологической, социально-правовой, информационной и социально-личностной компетенций у обучающихся.

**Календарно-тематическое планирование 9 класс  
«Терроризм – угроза обществу»**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1	Предыстория терроризма	1
2	Понятие и истоки терроризма	1
3	Определение понятия «терроризм». Общая характеристика	1
4	Классификация проявления терроризма	1
5	Международный терроризм и борьба с ним	1
6	Противодействие терроризму	1
7	Понятие «молодежный экстремизм»	1
8	Причины и факторы «молодежного экстремизма»	1
9	Основные формы проявления и методы профилактики терроризма и экстремизма	1

