

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Орган местного самоуправления
«Управление образования Каменск – Уральского городского округа»

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 25
с углубленным изучением отдельных предметов»
(Средняя школа № 25)

ПРИНЯТО
педагогическим советом
Протокол № 1 от 27.08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом директора
от «29» августа 2025 г. № 235-
од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

«Будь здоров-ориентиры жизни»

для обучающихся 7 классов
(приложение к Основной образовательной программе
основного общего образования)

Каменск - Уральский городской округ
2025-2026 уч.г.

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа внеурочной деятельности разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и направлена на реализацию социально-педагогического проекта «Будь здоров – ориентиры жизни».

Программа рассчитана на учащихся 7 классов и реализуется в течение 2025-2026 учебного года с 01.10.2025 по 31.05.2026. Общий объем программы составляет 68 часов (2 часа в неделю).

Актуальность программы обусловлена необходимостью формирования у подростков жизненных ориентиров на основе традиционных для России духовно-нравственных ценностей в условиях современных социальных вызовов. В подростковом возрасте происходит активное формирование личностных ценностей, самоидентификации, поэтому создание благоприятной среды для патриотического воспитания, физического развития и творческой самореализации имеет особое значение.

Программа интегрирует три ключевых направления: патриотическое воспитание через краеведческую работу, физическое развитие и здоровый образ жизни, творческую самореализацию через современные медиаформаты. Особое внимание уделяется семейным ценностям и межпоколенческому взаимодействию.

Цели и задачи программы

Цель:

Создание условий в образовательных учреждениях среды, способствующей формированию жизненных ориентиров подрастающего поколения на основе традиционных для России духовно-нравственных ценностей.

Задачи:

1. Воспитательные:

Формировать гражданский патриотизм через приобщение к краеведческой работе по изучению и сохранению культурного и исторического наследия родного края

Воспитывать уважение к традициям, достопримечательностям и известным личностям региона

Развивать чувство гордости за свою Родину и малую Родину

2. Образовательные:

Создавать условия для формирования у обучающихся представлений о понятиях «Родина», «малая Родина» и их значении в жизни каждого человека

Расширять знания об истории региона, выдающихся земляках, культурных традициях

Развивать медиаграмотность и навыки создания видеоконтента

3. Развивающие:

Развивать творческий потенциал через видеоискусство и другие современные формы самовыражения

Использовать творческие методы для пропаганды патриотических ценностей

Формировать навыки командной работы, лидерства и публичных выступлений

4. Здоровьесберегающие:

Пропагандировать здоровый образ жизни через участие в спортивных мероприятиях

Формировать привычку к регулярным физическим нагрузкам

Укреплять семейные связи через совместную спортивную деятельность

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты:

Формирование устойчивой гражданской идентичности как гражданина России

Развитие патриотических чувств и любви к малой Родине

Формирование ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих

Развитие эмоционально-ценостного отношения к семье, традициям, культурному наследию

Формирование готовности к творческой самореализации и социальной активности

Осознание важности сохранения духовно-нравственных ценностей

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

Умение ставить личностно значимые цели и задачи

Способность планировать свою деятельность и оценивать ее результаты

Умение работать по плану, корректировать действия в процессе выполнения

Развитие навыков самоконтроля и самооценки

Познавательные УУД:

Умение работать с различными источниками информации (архивы, музеи, интернет-ресурсы)

Развитие исследовательских навыков в краеведческой деятельности

Способность анализировать информацию, делать выводы и обобщения

Владение основами медиаграмотности – создание и анализ видеоконтента

Коммуникативные УУД:

Умение работать в команде, распределять роли и responsibilities

Навыки публичных выступлений, аргументации своей позиции

Способность вести диалог с представителями разных поколений

Умение представлять результаты своей деятельности в различных форматах

Предметные результаты:

Знание основных этапов истории родного края, выдающихся земляков

Умение определять культурные и исторические достопримечательности региона

Владение навыками создания видеороликов, фотографий, презентаций

Понимание принципов здорового образа жизни и его связи с духовно-нравственными ценностями

Умение организовывать и проводить спортивные и творческие мероприятия

Содержание программы

Программа включает четыре взаимосвязанных модуля:

Модуль 1. «Моя Родина – моя история» (краеведческий)

Изучение истории родного края: от древности до современности

Знакомство с выдающимися личностями региона

Исследование культурных традиций и обычаяев

Экскурсии по историческим местам и памятникам

Модуль 2. «Здоровье – основа жизни» (спортивно-оздоровительный)

Пропаганда здорового образа жизни

Семейные спортивные традиции

Подготовка к участию в массовых спортивных мероприятиях

Формирование культуры физической активности

Модуль 3. «Творчество – путь к сердцу» (медиа-творческий)

Основы видеосъемки и монтажа

Создание агитационных материалов

Разработка настольных игр патриотической направленности

Организация и проведение творческих конкурсов

Модуль 4. «Проектная деятельность» (практический)

Ведение «Живого дневника проекта»

Подготовка и участие в запланированных мероприятиях

Анализ и рефлексия результатов деятельности

Презентация итогов проекта

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения
1	Вводное занятие. Знакомство с проектом «Патриоты России»	2	Беседа, презентация
2	Что такое патриотизм? Гражданская идентичность	2	Дискуссия, групповая работа
3	История моего города: Каменск-Уральский	2	Исследовательская работа
4	Интеллектуальная викторина «Моя малая Родина»	2	Игра
5	Герои Отечества: от древности до наших дней	2	Лекция, просмотр документальных фильмов
6	Великая Отечественная война: память поколений	2	Урок памяти, работа с архивами
7	Киноквиз «Фильмы о войне»	2	Интерактивная игра
8	Экскурсия в ГИБДД	2	Экскурсия, беседа с инспекторами
9	Правила дорожного движения: от теории к практике	2	Тренинг, викторина
10	Экскурсия в пожарную часть	2	Экскурсия, демонстрация оборудования
11	Основы безопасности жизнедеятельности	2	Практикум
12	Вооружённые Силы РФ: структура и предназначение	2	Лекция, презентация
13	День Героев Отечества: творческий вечер	2	Концерт, выставка
14	Акция «Пернатая столовая»: подготовка и участие	2	Практическая работа
15	Видеоролик об акции «Пернатая столовая»	2	Создание видеоролика
16	Здоровый образ жизни: мифы и реальность	2	Тренинг
17	Противодействие экстремизму и терроризму	2	Дебаты, ролевые игры
18	Спортивное ориентирование: теория и практика	2	Практическое занятие на местности

19	Подготовка к игре «Зарница»	2	Командные тренировки
20	Военно-спортивная игра «Зарница»	4	Соревнование
21	Основы строевой подготовки	2	Практическое занятие
22	Первая помощь: обучение и отработка навыков	2	Практикум
23	Конкурс видеороликов «Зов сердца»: подготовка	2	Проектная деятельность
24	Конкурс видеороликов «Зов сердца»: защита работ	2	Презентация
25	«Живой» дневник участника проекта: ведение и оформление	2	Рефлексия, творческая работа
26	Встреча с ветеранами и участниками боевых действий	2	Беседа, интервью
27	Подведение итогов проекта. Защита командных проектов	4	Презентация, награждение
28	Итоговое мероприятие: торжественный концерт «Патриоты России»	2	Праздник
		0	

Формы и методы работы

Формы организации деятельности:

1. Групповые занятия – основная форма работы для теоретических и практических тем
2. Практические занятия – экскурсии, спортивные тренировки, съемочные процессы
3. Проектная деятельность – создание настольных игр, видеороликов, агитбригад
4. Соревнования и конкурсы – спортивные и творческие состязания
5. Семейные мероприятия – вовлечение родителей в проектную деятельность
6. Экскурсионно-краеведческая работа – посещение исторических мест
7. Исследовательская деятельность – сбор материалов, интервьюирование

Методы работы:

1. Интерактивные методы: дискуссии, дебаты, мозговые штурмы, ролевые игры
2. Практические методы: изготовление игр, съемка видео, спортивные тренировки
3. Исследовательские методы: сбор информации, интервьюирование, анализ материалов

4. Творческие методы: импровизация, режиссура, сценарное мастерство
5. Рефлексивные методы: ведение дневника, самоанализ, групповая рефлексия
6. Коллективные методы: групповые проекты, командные соревнования

Описание ключевых мероприятий проекта

1. Конкурс настольных игр

Цель: развитие краеведческих знаний через игровую деятельность.

Содержание:

Разработка настольных игр с использованием исторических фактов о регионе

Создание игровых полей, карточек с вопросами, правил игры

Проведение игровых сессий между командами

Оценка игр по критериям: оригинальность, образовательная ценность, дизайн

2. Конкурс видеороликов

Цель: пропаганда патриотических ценностей через современные медиа.

Содержание:

Создание короткометражных фильмов о героях региона, исторических событиях, природных красотах

Обучение основам сценарного мастерства, операторской работе, монтажу

Проведение кинопоказа с обсуждением работ

Публикация лучших работ в школьных и городских СМИ

3. Конкурс агитбригад

Цель: популяризация здорового образа жизни и патриотических ценностей.

Содержание:

Создание театральных миниатюр на тему ЗОЖ и патриотизма

Разработка сценариев, костюмов, реквизита

Репетиции и постановка выступлений

Проведение конкурса между классами или школами

4. Фото-отчет «Лыжня России-2026»

Цель: документирование участия в массовом спортивном мероприятии.

Содержание:

Организация фотосъемки во время лыжной гонки

Отбор лучших фотографий, их обработка и оформление

Создание фоторепортажа в цифровом или печатном формате

Презентация фотоотчета на школьном сайте или выставке

5. «Живой дневник проекта»

Цель: фиксация личностного роста и результатов проектной деятельности.

Содержание:

Ведение индивидуальных дневников участниками проекта

Внесение записей о впечатлениях, достижениях, трудностях

Оформление дневников с использованием фотографий, рисунков, вырезок

Совместное обсуждение записей на групповых занятиях

6. «Папа, мама, я – спортивная семья!»

Цель: укрепление семейных связей через совместную спортивную деятельность.

Содержание:

Организация спортивных эстафет для семейных команд

Проведение соревнований по различным видам спорта

Награждение победителей и участников

Создание атмосферы праздника и единения семей

7. «Соколы России»

Цель: патриотическое воспитание через военно-спортивную игру.

Содержание:

Проведение военно-спортивной игры с элементами строевой подготовки

Выполнение заданий на командную работу, преодоление препятствий

Знакомство с основами безопасности жизнедеятельности

Формирование духа товарищества и взаимопомощи

8. Участие в массовой лыжной гонке «Лыжня России-2026»

Цель: популяризация массового спорта и здорового образа жизни.

Содержание:

Подготовка участников к гонке на тренировочных занятиях

Организация участия школьной команды в городском мероприятии

Поддержка участников, создание командного духа

Анализ результатов и личных достижений

Материально-техническое обеспечение

Учебные помещения:

Кабинет для теоретических занятий с мультимедийным оборудованием

Спортивный зал для тренировок

Комната для творческих занятий (видеомонтаж, театральная студия)

Компьютерный класс для работы с медиа

Оборудование и материалы:

Для краеведческой работы:

Карта региона, исторические карты

Фотоархивы, документальные материалы

Аудио- и видеозаписи о регионе

Литература по краеведению

Для спортивной деятельности:

Лыжный инвентарь (лыжи, палки, крепления)

Спортивное оборудование для эстафет

Медицинская аптечка

Форма для участия в соревнованиях

Для творческой деятельности:

Видеокамеры или смартфоны с функцией видеосъемки

Штативы, микрофоны

Компьютеры с программами для видеомонтажа

Реквизит и костюмы для театральных постановок

Материалы для создания настольных игр (картон, краски, ножницы, клей)

Информационные ресурсы:

Сайты местных музеев и архивов

Электронные базы данных по истории региона

Образовательные порталы по созданию видеоконтента

Спортивные порталы с правилами соревнований

Система оценки результатов

Диагностические процедуры:

Входная диагностика: анкетирование по ценностным ориентациям, тестирование по знанию краеведения

Текущая диагностика: наблюдение за участием в мероприятиях, анализ дневников, промежуточные презентации

Итоговая диагностика: защита проектных работ, тестирование, анкетирование