

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
протокол от 29.08.2022г. № 1
Председатель педагогического совета

Мосиаченко Г.Э.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКОУ «СОШ № 1
пос. им. Карла Энгельса»
Принят от 30.08.2022г. № 46

Селих О.В.

ИЗМЕНЕНИЯ В ОСНОВНУЮ ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

На основании решения Педагогического совета от 29.08.2022 года протокол №1 в Основную образовательную программу среднего общего образования, утвержденную 25.08.2020 г. приказ № 43, на 2022-2023 учебный год внесены изменения и дополнения в следующие разделы:

2. СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ

2.2. Программы отдельных учебных предметов, курсов и курсов внеурочной деятельности

2.2.3. Основное содержание курсов внеурочной деятельности
Дополнить следующими курсами внеурочной деятельности

«РАЗГОВОР О ВАЖНОМ»

Цель курса: формирование взглядов школьников на основе национальных ценностей через изучение центральных тем – патриотизм, гражданственность, историческое просвещение, нравственность, экология.

Содержание курса «Разговоры о важном» направлено на формирование у обучающихся ценностных установок, в числе которых – созидание, патриотизм и стремление к межнациональному единству. Темы занятий приурочены к государственным праздникам, знаменательным датам, традиционным праздникам, годовщинам со дня рождения известных людей – ученых, писателей, государственных деятелей и деятелей культуры:

День знаний	Наша страна – Россия
165 лет со дня рождения К.Э. Циолковского	День музыки
День пожилого человека	День учителя
Международный день школьных библиотек	День отца
День народного единства	Мы разные, мы вместе
День матери	Символы России
Волонтеры	День Героев Отечества
День Конституции	Тема Нового года
Семейные праздники и мечты. Рождество	День снятия блокады Ленинграда
160 лет со дня рождения К.С. Станиславского	День российской науки
Россия и мир	День защитника Отечества
110 лет со дня рождения советского писателя и поэта, автора слов гимнов РФ и СССР С.В. Михалков	Международный женский день
День воссоединения Крыма с Россией	Всемирный день театра
Память о геноциде советского народа нацистами и их пособниками	День космонавтики. Мы – первые!
День Земли	День Труда
День Победы. Бессмертный полк	День детских общественных организаций
Россия – страна возможностей	

«ОСНОВЫ САМОПОЗНАНИЯ – ЛАБОРАТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

Цель курса

Осознание: ценности здорового и безопасного образа жизни; положительного отношения к миру и другим; творческой самореализации и самовыражения через расширение индивидуального спортивного, санитарно-гигиенического опыта; значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Освоение: социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах; правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

Формы организации: презентации, видеотрекеры, дидактические игры, исследование, дискуссии.

Содержание курса внеурочной деятельности

Здоровье человека

Биосоциальная природа человека. Виды здоровья. Физическое, психическое и репродуктивное здоровье.

Человек как объект исследования различных наук.

Науки об организме человека: анатомия, физиология, гигиена, медицина, эмбриология, генетика, экология. Краткая история развития, предмет изучения и методы исследования. Красота и здоровье. Роль гигиены и санитарии в поддержании экологически чистой природной среды. Культура здоровья.

Организм человека

Генетика человека. Генеалогическое древо. Факторы здоровья.

Строение организма и регуляция его работы. Органы, регуляция организма – нервная и гуморальная. Опорно-двигательная система. Скелет, его части кости. Определение параметров антропометрического и функционального развития.

Ортопедия. Осанка и мой портфель, сколиоз. Плоскостопие. Изучение влияние высоты каблука у учениц 10-11 классов школы на состояние опорно-двигательной системы.

Строение и гигиена ротовой полости.

Стоматология, зубы, зубочелюстные аномалии.

Системы кровообращения и дыхания. Оценка состояния здоровья по функциональным пробам. Кровеносная и дыхательная системы, АД, ЧСС, ЧД, ЖЕЛ.

Кожа. Гигиена кожи. Эпидермис, дерма, гиподерма, косметология.

Внимание и память.

Память – зрительная, слуховая, внимание – произвольное и непроизвольное.

Звуковое восприятие. Гигиена слуха. Наружное, среднее и внутреннее ухо, шумовая болезнь. Зрение – как его сберечь?

Иллюзии. Виды иллюзий.

Образ жизни и здоровье.

Соблюдение санитарно-гигиенических норм и правил здорового образа жизни. Вредные и полезные привычки, их влияние на состояние здоровья.

Разработка паспорта здоровья.

Мое здоровье в моих руках

Правильное питание: мифы и реальность.

Оценка рациона питания. Пирамида рационального питания, рацион питания. Собираем поднос (игра) Быстрое питание. Фастфуд-полезно или вредно. Секреты маркировки. Ры, красители, ароматизаторы.

Тату и пирсинг: за и против. История тату.

Стресс. Виды стресса. Организация зон релаксации в школе.

О вреде курения. Никотин. Болезни курильщиков. Электронная сигарета: мифы и реальность.

Отрицательное влияние на организм человека ядовитых веществ.

Алкоголизм, наркомания, токсикомания.

Подготовимся к выезду на отдых.

Хищные и ядовитые животные и растения, опасные грибы. Правила поведения в лесу, у водоемов, в горах Право на здоровье.

Государственная служба здравоохранения, частная система здравоохранения, социальное страхование, САНПИН. Репродуктивное здоровье человека.

Семейные ценности

Репродуктивное здоровье человека.

Планирование семьи.

Инфекции, передающиеся половым путем и их профилактика и лечение. Венерические заболевания, ВИЧ, СПИД.

Биологическая и социальная роль мужчины и женщины.

Мужественность, Мужество, женственность, гендерное равноправие, право, обязанность, этикет.

Как ему (ей) понравиться?. Мужское обаяние, женское очарование.

Семья в культурах мира: традиции, обычаи, праздники, стереотипы. Семейно-брачные отношения. Семья полная и неполная. Плюсы и минусы гражданского брака.

ТЕАТР. «СОТВОРИ КРАСОТУ»

Программа Театр «Сотвори красоту» рассчитана на обучающихся, увлекающихся театральными играми

Цели:

1. Совершенствовать художественный вкус учащихся, воспитывать их духовно-нравственные и эстетические чувства, научить чувствовать и ценить красоту.
2. Развить творческие способности выпускников, их речевую и сценическую культуру, наблюдательность, воображение, эмоциональную отзывчивость.

Задачи внеурочной деятельности:

1. Помочь учащимся преодолеть психологическую и речевую «зжатость».
2. Формировать нравственно – эстетическую отзывчивость на прекрасное и безобразное в жизни и в искусстве.
3. Развивать фантазию, воображение, зрительное и слуховое внимание, память, наблюдательность средствами театрального искусства.
4. Раскрывать творческие возможности детей, дать возможность их реализации
5. Воспитывать в детях добро, любовь к ближним, внимание к людям, родной земле, неравнодушное отношение к окружающему миру.
6. Развивать умение согласовывать свои действия с другими детьми;
7. Воспитывать доброжелательность и контактность в отношениях со сверстниками;
8. Развивать чувство ритма и координацию движения; речевое дыхание и артикуляцию; развивать дикцию на материале скороговорок и стихов;
9. Знакомить учащихся с театральной терминологией; с видами театрального искусства, воспитывать культуру поведения в общественных местах.

Содержание внеурочной деятельности

Раздел «Культура и техника речи» объединяет игры и упражнения,

направленные на развитие дыхания и свободы речевого аппарата, правильной артикуляции, четкой дикции, логики и орфоэпии. В раздел включены игры со словом, развивающие связную образную речь, умение сочинять небольшие рассказы и сказки, подбирать простейшие рифмы.

Раздел «**Ритмопластика**» включает в себя комплексные ритмические, музыкальные, пластические игры и упражнения, призванные обеспечить развитие двигательных способностей ребенка, пластической выразительности телодвижений, снизить последствия учебной перегрузки.

Раздел «**Театральная игра**» предусматривает не столько приобретение ребенком профессиональных навыков, сколько развитие его игрового поведения, эстетического чувства, умения общаться со сверстниками и взрослыми в различных жизненных ситуациях.

Раздел «**Этика и этикет**» включает осмысление общечеловеческих ценностей с задачей поиска учащимися собственных смыслов и ценностей жизни, обучение культуре общения, нормам достойного поведения (этикет), воспитание эстетических потребностей (быть искусным читателем, зрителем театра), индивидуальную диагностику нравственного развития учащегося и возможную его корректировку.

«ОСНОВЫ ФИНАНСОВОЙ ГРАМОТНОСТИ»

Рабочая программа внеурочной деятельности «Основы финансовой грамотности» для учащихся 10-11 классов школы разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Цель: развитие экономического образа мышления и финансовой культуры, воспитание ответственности и нравственного поведения в области экономических отношений в семье, формирование опыта применения полученных знаний и умений для решения элементарных вопросов в области экономики семьи.

10 класс Тема 1. Банковская система: услуги и продукты

Банковская система. Как сберечь деньги с помощью депозитов. Банковские карты, электронные финансы: как сохранить сбережения в драгоценных металлах. Кредит: зачем он нужен и где его получить. Какой кредит выбрать и какие условия предпочесть.

Тема 2. Фондовый рынок: как его использовать для роста доходов

Что такое ценные бумаги и какие они бывают. Профессиональные участники рынка ценных бумаг. Граждане на рынке ценных бумаг. Зачем нужны паевые инвестиционные фонды и общие фонды банковского управления. Операции на валютном рынке: риски и возможности.

Тема 3. Страхование: что и как надо страховать

Страховой рынок России: кратко о главном. Имущественное страхование как: защитить нажитое состояние. Здоровье и жизнь – высшие блага: поговорим о личном страховании. Если нанесен ущерб третьим лицам. Доверяй, но проверяй, или Несколько советов по выбору страховщика. О пенсионной грамотности.

Тема 4. Собственный бизнес

Формы предпринимательства в РФ. Создание собственного бизнеса: что и как надо сделать. Составление бизнес-плана. Расходы и доходы в собственном бизнесе. Налогообложение малого и среднего бизнеса. С какими финансовыми рисками может встретиться бизнесмен.

Тема 5. Основы налогообложения

Система налогообложения в РФ. Что такое налоги и почему их надо платить. Основы налогообложения граждан. Права и обязанности налогоплательщиков. Налоговая инспекция. Налоговые вычеты, или как вернуть налоги в семейный бюджет.

Тема 6. Личное финансовое планирование

Роль денег в нашей жизни. Риски в мире денег. Финансовая пирамида, или как не попасть в сети мошенников. Виды финансовых пирамид. Виртуальные ловушки, или как не потерять деньги при работе в сети Интернет. Семейный бюджет. Личный бюджет. Как составить личный финансовый план. Защита индивидуальных финансовых проектов. Итоговый контроль по курсу.

11 класс Тема 1. «Обеспеченная старость: возможности пенсионного накопления»

Факторы, влияющие на размер будущей пенсии, риски, присущие различным программам пенсионного обеспечения, понимание личной ответственности в пенсионном обеспечении, существование риска в разного рода пенсионных программах; важность пенсионных накоплений в России. Поиск актуальной информации на сайте Пенсионного фонда РФ, а также других ресурсах; формула расчета размера пенсии.

Формирование навыков выбора негосударственного пенсионного фонда на рынке пенсионного обеспечения согласно целевым критериям.

Формирование навыков поиска актуальной и достоверной информации, решение задач на расчет размера пенсии по формуле.

Тема 2. «Собственный бизнес: как создать и не потерять»

Бизнес; финансовые риски и неудачи бизнеса; алгоритм бизнес-плана; самообразования для развития бизнеса, стартап, бух.учет, уставной капитал, доходы, расходы, прибыль, налогообложение, бизнес идеи.

Поиск актуальной информации по стартапам и ведению бизнеса. Маркетинг, менеджмент.

Тема 3. «Риски в мире денег: как защититься от разорения»

Способы сохранности денег; финансовые риски в современной экономической ситуации; финансовая подушка безопасности на случай чрезвычайных и кризисных жизненных ситуаций; финансовые пирамиды и как не попасться на «хорошие» предложения.

Защита и безопасность личной информации в сети Интернет (быть осторожным с паролями, пин-кодами и др.); поиск актуальной информации на сайтах компаний и государственных служб; сопоставление и анализ полученной информации из различных источников.

Тема 4. «Страхование: что и как надо страховать, чтобы не попасть в беду»

Основные задачи и принципы страхования; страховые продукты в различных сферах жизни; преимущества и последствия заключения договоров на страхование; виды страхования; различие обязательного и добровольного страхования; поиск и интерпретация актуальной информации в сфере страхования; чтение договоров страхования.

ВИДЕОСТУДИЯ «ВЕЩАЕТ ПЕРВАЯ»

Курс внеурочной деятельности направлен на создание условий для культурного, социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности учащегося, в процессе создания и представления творческих видеопроектов, формирование и развитие коммуникативной компетенции школьников.

Содержание внеурочной деятельности 10 класс	Формы организации и виды деятельности
«Основы видеомонтажа и его составляющих»	
Общие сведения о цифровом фото и видео. Статические изображения. Видео. Звук. Понятие цифрового фото и видеoinформации	Использования компьютера при обработке графики, видео и звука
Знакомство с темой проекта, подбор и анализ материала по теме. Этапы разработки видео продукта.	Выделение объектов проекта и описание всех его свойств.
Работа со сканером, цифровым фотоаппаратом и видеокамерой.	Практическая работа - работы с фото и видео камерой,

Оборудование для разработки видеопроектов.	технология съемки,
Программы для работы с внешними устройствами. Основные программные и технические требования. Правила работы с внешними устройствами: цифровым фотоаппаратом, цифровой видеокамерой, сканером	Создание команды. Разработка сценария проекта.
Работа с мультимедийными программами	
Стандартная программа ОС Windows. Звукозапись.	Настройка устройств записи звука.
Программа «Проигрыватель лазерных дисков». Настройка режима проигрывания.	Запись. Настройка режима проигрывания.
Программа «Проигрыватель лазерных дисков». Настройка режима проигрывания. Запись. Запись музыкального фрагмента с компакт – диска в WAV - файл.	Практическая работа - работа с программами Windows – Звукозапись, проигрыватель Windows Media, запись, настройка и монтаж звука.
Стандартная программа для обработки фотографий - программа Adobe Photoshop для редактирования фотографий и созданий коллажа.	Обработка цифрового изображения.
Программа Adobe Photoshop для редактирования фотографий и созданий коллажа. Демонстрация основных возможностей. Окна и панели инструментов, изобразительные слои и работа со «слоистыми» изображениями.	Практическая работа - работа с программами Adobe Photoshop, создание многослойных изображений, редактирование и сохранение, создание, редактирование видеороликов.
Интерфейс Windows Movie Maker	Знакомство с программой Windows Movie Maker.
Основы работы с видео в программе Windows Movie Maker.	Быстрый старт
Использование видеоэффектов. Добавление видеопереходов. Процесс создания видеофильма в программе Windows Movie Maker.	Монтаж простого фильма из статических изображений
Оформление: название, титры, добавление звука Подготовка клипов. Использование видеоэффектов.	Монтаж фильма вручную.
Вставка титров и надписей. Добавление фонового звука. Добавление видеопереходов. Вставка титров и надписей.	Автоматический монтаж.
Создание фоновой музыки.	Добавление фонового звука
Эффекты. Применение эффектов. Титры. Клипы с титрами.	Практическая работа - работа с программами Windows Movie Maker, создание видеофильма с использованием эффектов, переходов и вставка титров, надписей и графики.
Слайд-шоу. Переходы и их применение. Вставка переходов между клипами.	Сохранение фильма
Монтаж видео, видеоклипы, подрезка. Автоматический монтаж	
Запись и сохранение проектов. Сохранение фильма.	
Социальная реклама как жанр современного видеотворчества	Монтаж рекламных роликов.
Разработка и реализация проекта	Разработка и реализация индивидуальных проектов
Выразительные средства видеотворчества. Подготовка к презентации проектов. Презентация проектов.	Разработка и реализация индивидуальных проектов

Содержание внеурочной деятельности	Формы организации
---	--------------------------

11 класс	и виды деятельности
Основы видеотворчества. Особенности видеотворчества в контексте занятий творческим проектированием. Специфика технических средств в видеотворчестве. Приёмы работы в программе для создания слайд-шоу SlideshowCreator. «Проба пера» - создание видеоролика по готовым фото и аудио материалам.	Проектная видеостудия «Вещает первая». Логотип видеостудии. Визитная карточка видеостудии. Индивидуальные именные визитные карточки.
Прощай, лето! Основы экранной культуры. Этапы работы над проектом. Создание сценария фильма. Сценарий и монтаж. Работа с аудио и фото файлами.	Создание видеоролика по летним впечатлениям с использованием фотографий из личных архивов.
Самопрезентация Умение представить себя. Роль музыки в монтажном строе. Поиск и редактирование аудио и фото файлов в личных архивах. Цифровая фотография.	Передача фото файлов из собственной коллекции в единую папку. Создание видеопрезентации «Знакомьтесь, это я!»
Учитель – это призвание Что такое видеопоздравление. Поиск и редактирование аудио и фото файлов в личных архивах. Цифровая фотография.	Создание видеопоздравления. Видеопоздравление к празднованию Дня учителя.
Кто кого или ребёнок в мире вредных привычек Видеоальбом как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография. Создание проекта. Работа с аудио и фото файлами	Передача фото файлов из собственной коллекции в Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото.
В единстве наша сила Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото. Переименование согласно сценарию фильма. Создание видеопроекта – открытки, видеогазеты «День народного единства».	Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Редактирование фотографий.
ПДД против ДТП Видеогазета как жанр современного видеотворчества.. Редактирование фотографий. Переименование согласно сценарию фильма. Создание видеопроекта «ПДД против ДТП».	Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото
Скажи здоровью ДА! Видеоброшюра как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов для проекта. Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото.	Редактирование фотографий. Переименование согласно сценарию фильма. Создание видео «Скажи здоровью -да!»
Декларация прав ребёнка Видеокнига как жанр современного видеотворчества.	Создание видеопроекта «Права ребёнка».
Конституция- основной закон страны Этапы работы над проектом. Создание сценария фильма. Сценарий и монтаж. Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото.	Переименование согласно сценарию фильма Создание видеопроекта «Конституция РФ».
Мы - за здоровый образ жизни Социальная реклама как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов для проекта. Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото.	Редактирование фотографий. Переименование согласно сценарию фильма. Создание видеопроекта «Мы за здоровый образ жизни!»
Профессиональная карта посёлка Видеоэнциклопедия как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото	Создание видеоэнциклопедии из видеопроектов о профессиях жителей родного посёлка.

файлов для проекта	
«Новый год у ворот». Российский Дед Мороз Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото. Создание видеопроекта согласно сценария	Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фото-съемка. Создание видеопроекта
Учёба- твой главный труд Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография. Создание видеопроекта.	Передача фото файлов в единую папку. Работа с аудио и фото файлами
Дни воинской славы России Видеопризыв как жанр современного видеотворчества. Видеопризыв «Я помню, я горжусь!» для использования в акции «Ветераны живут рядом». Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Работа с архивами	Работа с аудио и фото файлами (редактирование, переименование согласно сценария, перенос в программу для создания слайд-шоу)
Уроки толерантности Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография.	Создание проекта «Когда мы едины – мы непобедимы».
Встреча со, школой! Видеопоздравление к Дню встречи с выпускниками. Цифровая фотография. Создание проекта для использования в праздничных мероприятиях.	Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Работа с архивами.
Я служу России Видеопоздравление к Дню защитников Отечества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография	Создание проекта «Я служу России».
Молодёжь за безопасность на дороге Видеолистовка как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов.	Передача фото файлов из собственной коллекции в единую папку. Работа с аудио и фото файлами
Дорогой добрых дел. Видеопризыв как жанр современного видеотворчества.	Видеопризыв «Дорогой добрых дел» для использования в акциях «Девять добрых дел».
Её величество МАМА Видеопоздравление к Международному женскому дню. Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография.	Создание проекта «Её величество МАМА».
Времена года Видеооткрытка «Времена года». Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография. Передача фото файлов из собственной коллекции в единую папку. Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото.	Работа с аудио и фото файлами (редактирование, переименование согласно сценария, перенос в программу для создания слайд-шоу SlideshowCreator).
В мире книг Видеогазета «В мире книг!». Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография. Передача фото файлов из собственной коллекции в единую папку.	Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото. Работа с аудио и фото файлами
Наша дружная семья Самопрезентация «Как хорошо, что есть родимый дом!». Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография. Сканирование печатных материалов, преобразование в формат фото. Работа с аудио и фото файлами(редактирование, переименование согласно сценария, перенос в программу для создания слайд-шоу SlideshowCreator).	Материалы личных архивов. Передача фото файлов из собственной коллекции в единую папку.

Сделай свой посёлок лучше! Видеолозунг как жанр современного видеотворчества. Поиск и редактирование аудио и фото файлов. Цифровая фотография.	Создание проекта «Сделай свой посёлок лучше!»
Поклонимся великим тем годам! Видеофильм «Этот День Победы...». Работа с аудио и фото файлами (редактирование, переименование согласно сценария, перенос в программу для создания слайд-шоу Slideshow Creator).	Работа с архивами Поиск и редактирование аудио и фото файлов.
Звени, звонок! Видеопоздравление к Дню знаний для будущих первоклассников.	Создание проекта для использования в праздничных мероприятиях
Школьные годы чудесные» Обобщение материала курса.	Презентация лучших работ. Видеоклип «Школьные годы чудесные!».

«БУДЬ УВЕРЕН НА ВСЕ 100» социально-психологическая подготовка к экзаменам

Курс внеурочной деятельности направлен на исключение негативных ожиданий и переживаний, вызванных ОГЭ, ЕГЭ. С её помощью выпускники научатся различным приемам эффективного запоминания и работы с текстами, что является основным компонентом подготовки к любому экзамену. Эта тренинговая программа позволит помочь выпускникам более эффективно подготовиться к экзамену, справиться с волнением, научиться эффективно работать и отдыхать.

Целесообразность программы состоит в создании условий для овладения обучающимися методами и приемами психологической подготовки к ОГЭ, ЕГЭ.

Цель программы: психологическая подготовка выпускников к ОГЭ, ЕГЭ.

Задачи программы:

- знакомство возможными способами подготовки к ОГЭ, ЕГЭ;
- повышение учебной мотивации старшеклассников;
- повышение уверенности обучающихся в себе, развитие у них адекватной самооценки, позитивного мышления;
- обучение старшеклассников приемам самоанализа и мобилизации собственных когнитивных ресурсов для достижения желаемого результата на экзамене;
- знакомство обучающихся со способами снижения тревоги в стрессовой ситуации, с методами саморегуляции;
- профилактика тревожности выпускников 11 класса.

Содержание внеурочной деятельности	Виды деятельности
Вводное занятие. Определение уровня тревожности у старшеклассников.	Заполнение анкет Шкала ситуационной тревожности (Метод О. Кондаша)
Знакомство. Мои ресурсы. 7 важных моментов в организации режима дня в период подготовки к экзаменам.	Упражнение «Приветственное письмо» (Пишут приветствия и пожелания, перемешивают и выбирают другое приветствие, читают группе) Дискуссия
Эффективные способы снятия напряжения Основные психологические особенности школьников, готовых и не готовых к экзамену	10 формул самопрограммирования. для достижения цели Рисование 2 портретов: учащегося 11 кл готового и не готового к экзамену
Стратегия и тактика поведения в период подготовки к ЕГЭ.	Вырабатывают индивидуальные стратегии и тактики поведения в период подготовки к ЕГЭ.

Сложности при подготовке к ЕГЭ.	Рекомендации по подготовке к экзамену
Отличие ЕГЭ от традиционного экзамена.	Отличать ЕГЭ от традиционного экзамена
Тайм-менеджмент «Моя рабочая неделя»	Упражнение «Оценка внутреннего будильника» Упражнение «Найди общее»
Уверенность живёт во мне	Упражнение «Самое трудное на экзамене». Упражнение «Я хвалю себя за то, что...»
Как лучше подготовиться к экзаменам	Тест «Моральная устойчивость»
Мне это может помочь на экзамене	Упражнение «Состояние тревоги и покоя». Чем я могу похвастаться. Чем это может мне помочь на экзамене. - обсуждение
Поведение на экзамене	Тест «Копинг-поведение в стрессовых ситуациях»
Память и приемы запоминания	Тест «Долговременная память»
Запомнить всё и сдать ЕГЭ. Приемы работы с запоминаемым материалом	Упражнение «Приёмы памяти» Изучают приемы запоминания
Методы работы с текстом	Работа с текстом (группировка, выделение опорных пунктов, план, классификация, структура, схематизация, ассоциации).
Азбука ЕГЭ	Порядок проведения, заполнение бланков.
Технологии преодоления стрессов. Учебный стресс: последствия и способы преодоления	Внешние причины напряжения.
Эмоциональный стресс и способы нейтрализации	Внутренние причины напряжения
Преодоление эмоционального стресса.	Психотехники для преодоления эмоционального стресса
Информационный стресс и техники его преодоления.	Психотехники для преодоления информационного стресса.
Психолого-педагогические техники для работы с информацией.	
Учимся держать себя в руках и расслабляться	Упражнение «Мышечная релаксация» Упражнение «Страхни»
Как бороться со стрессом Тест «Умеете ли Вы контролировать себя?»	«Стресс-тест»
Как управлять негативными эмоциями	Методика оценки актуального психоэмоционального состояния
Знакомство с приемами волевой мобилизации и приемами самообладания	Упражнение « Эмоциональные сферы »
Эмоции и поведение	Тест «Эмоции»
Две стороны медали ЕГЭ	Осознание (выписывание) учащимися «-» и «+» сторон тестирования
Откровенно говоря...	Упражнение « Образы » Упражнение «Откровенно говоря» Упражнение «Корзина с тревогой»
Самооценка	Тест на выявление уровня самооценки

Вместе – мы сила!	Упражнение «Образ уверенности» Упражнение «Галисман ОГЭ».
Тренинги на позитивный настрой	Владение приемами релаксации

3. ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ РАЗДЕЛ

3.1. Учебный план основного общего образования в соответствии с ФГОС на 2022-2023 учебный год читать в следующей редакции:

Учебный план для 10, 11 классов ориентирован на 2-летний нормативный срок освоения образовательных программ среднего общего образования.

В 2022-2023 учебном году 10-11 классы будут заниматься в соответствии с федеративным государственным образовательным стандартом среднего общего образования (ФГОС СОО).

Среднее общее образование – завершающий уровень среднего общего образования, призванный обеспечить функциональную грамотность и социальную адаптацию обучающихся, содействовать их общественному и гражданскому самоопределению. Эти функции предопределяют направленность целей на формирование социально грамотной и мобильной личности, осознающей свои гражданские права и обязанности, ясно представляющей потенциальные возможности, ресурсы и способы реализации выбранного жизненного пути.

На уровне среднего общего образования учебный план направлен на создание условий осознанного выбора выпускниками общечеловеческих, духовно- нравственных ценностей и становление на их основе устойчивой, непротиворечивой индивидуальности, на формирование личности, способной обеспечить саморегуляцию, мотивацию поведения и деятельности, а также предоставляет учащимся широкие возможности выбора индивидуальной траектории и способов самоуправления.

Учебный план на уровне среднего общего образования, в соответствии с требованиями ФГОС СОО, предусматривает изучение обязательных предметных областей, включающих учебные предметы с указанием уровня их освоения (базовый и углубленный):

- «Русский язык и литература»,
- «Родной язык и родная литература»,
- «Иностранные языки»,
- «Математика и информатика»,
- «Общественные науки»,
- «Естественные науки»,
- «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности».

В МКОУ «СОШ №1 пос. им. К. Либкнехта» обучение осуществляется по учебному плану универсального профиля, где изучение учебных предметов идет на базовом уровне и 2 предмета на углубленном уровне.

Обязательная предметная область «Русский язык и литература» включает изучение учебных курсов

- «Русский язык». Базовый уровень - 2 ч в неделю в 10 классе, 1 ч в неделю в 11 классе
- «Литература» Базовый уровень - по 3 часа в неделю в каждом классе.

Обязательная предметная область «Родной язык и родная литература» включает изучение учебных курсов

- «Родная литература (русская)» Базовый уровень - по 0,5 ч. в неделю в каждом классе.
- «Родной язык (русский)». Базовый уровень - по 0,5 ч в неделю в каждом классе.

Обязательная предметная область «Иностранные языки» включает изучение уч. курса

- «Иностранный язык» Базовый уровень - по 3 часа в неделю в каждом классе.

Обязательная предметная область «Математика и информатика» включает изучение учебных курсов

- «Алгебра и начала математического анализа и геометрия». Углубленный уровень учебных курсов «Алгебра и начала математического анализа» - 3 часа в неделю в 10 классе, 4 часа в неделю в 11 классе, «Геометрия» - по 2 часа в неделю в каждом классе.

«Информатика». Базовый уровень - по 1 часу в неделю в каждом классе.

Обязательная предметная область «Естественные науки» включает изучение уч. курсов

- «Физика». Углубленный уровень - 4 ч в неделю в 10 классе, 5 ч в неделю в 11 классе.

- «Химия». Базовый уровень - по 2 часа в неделю в каждом классе.

- «Биология». Базовый уровень - по 2 часа в неделю в каждом классе.

- «Астрономия». Базовый уровень - 1 час в неделю в 10 классе.

Обязательная предметная область «Общественные науки» - изучение учебных курсов

- «История» изучается как интегрированный и включает разделы «История России» и «Всеобщая история». Базовый уровень - по 2 часа в неделю в каждом классе.

- «Обществознание». Базовый уровень - по 2 часа в неделю в каждом классе.

- «География». Базовый уровень - по 1 часу в неделю в каждом классе.

Обязательная предметная область «Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности» включает учебные курсы

- «Физическая культура» Базовый уровень - по 3 часа в неделю в каждом классе.

- «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень - по 1 ч. в нед. в 10 и 11

Основными задачами введения третьего часа физической культуры на уровне среднего общего образования являются:

- использование различных видов физических упражнений для самосовершенствования, организации досуга и здорового образа жизни, организации индивидуального двигательного режима;

- овладение обучающимися основами технических и тактических действий, приемами и физическими упражнениями разных видов спорта, предусмотренных рабочей программой, а также летних и зимних олимпийских видов спорта, наиболее развитых в общеобразовательном учреждении.

Обязательным компонентом учебного плана среднего общего образования является Индивидуальный проект (элективный курс)

Индивидуальный проект (учебное исследование или учебный проект) выполняется обучающимся самостоятельно под руководством учителя по выбранной теме в рамках одного или нескольких изучаемых учебных предметов, курсов в любой избранной области деятельности: познавательной, практической, учебно-исследовательской, социальной, художественно-творческой, иной.

Индивидуальный проект выполняется обучающимся в течение двух лет в рамках учебного времени, специально отведенного учебным планом.

Индивидуальный проект должен быть представлен в виде завершеного учебного исследования или разработанного проекта: информационного, творческого, социального, прикладного, инновационного, конструкторского, инженерного.

Таким образом, учебный план образовательного учреждения включает все обязательные учебные предметы на базовом уровне ФГОС СОО и выбранными учебными предметами на углубленном уровне.

Формы внеурочной, внеклассной работы обеспечивают углубление знаний по отдельным предметам (индивидуальные занятия, клубы, кружки, секции).

Промежуточная аттестация на уровне среднего общего образования проводится в апреле-мае текущего учебного года.

ФОРМЫ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ УЧАЩИХСЯ на уровне среднего общего образования в 2022-2023 учебном году

Учебные предметы	10 классы	11 классы
Русский язык	Тестирование	Тестирование
Литература	Сочинение	Итоговое сочинение

Иностранный язык	Контрольная работа	Контрольная работа
Алгебра и начала математического анализа	Текущая оценочная деятельность с учетом административных контрольных работ	Текущая оценочная деятельность с учетом административных контрольных работ
Геометрия	Контрольная работа	Контрольная работа
Информатика и ИКТ	Итоговая практическая работа	Итоговая практическая работа
История	Тестирование	Тестирование
Обществознание	Тестирование	Тестирование
География	Тестирование	Тестирование
Биология	Тестирование	Тестирование
Физика	Контрольная работа	Контрольная работа
Химия	Контрольная работа	Контрольная работа
Астрономия	Тестирование	
Основы безопасности жизнедеятельности	Тестирование	Тестирование
Физическая культура	Сдача нормативов (основная группа) Тестирование (подготовительная и специальная группа)	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
СРЕДНЕЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ (ФГОС)
10-11 классы - универсальный профиль (5-дневная рабочая неделя)

Предметная область	Учебные предметы	Уровень изучения	Кол-во часов в неделю			Общее кол-во часов за два года
			10	11	Итого за два года	
Русский язык и литература	Русский язык	Б	2	1	3	102
	Литература	Б	3	3	6	204
Родной язык и родная литература	Родная литература (русская)	Б	0,5	0,5	1	34
	Родной язык(русский)	Б	0,5	0,5	1	34
Иностранные языки	Иностранный язык	Б	3	3	6	204
Общественные науки	История	Б	2	2	4	136
	Обществознание	Б	2	2	4	136
	География	Б	1	1	2	68
Математика и информатика	Алгебра и начала математического анализа и геометрия	У	5	6	11	374
	Информатика	Б	1	1	2	68
Естественные науки	Физика	У	4	5	9	306
	Химия	Б	2	2	4	136
	Биология	Б	2	2	4	136
	Астрономия	Б	1	0	1	34
Физическая культура, экология и основы безопасности жизнедеятельности	Физическая культура	Б	3	3	6	204
	Основы безопасности жизнедеятельности	Б	1	1	2	68

	Индивидуальный проект	ЭК	1	1	2	68
Итого использовано			34	34	68	2312
Максимально допустимая аудиторная недельная нагрузка при 5-дневной неделе			34	34	68	2312

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
на 2022 – 2023 учебный год**

Направления	Формы организации	Количество часов в неделю		Всего
		10	11	
Спортивно-оздоровительное	Мы - спортсмены	1	1	2
	Основы самопознания – лаборатория здоровья	1	1	2
Духовно-нравственное	Разговор о важном	1	1	2
	Музей Боевой Славы в школе	1		1
	Театр «Сотвори красоту»		1	1
Общеинтеллектуальное	В мире математики	1	1	2
	Занимательный русский	1		1
	Химия в расчетных задачах		1	1
	Познай физику в задачах	1	1	2
Общекультурное	Видеостудия «Вещает первая»	1	1	2
	Практический английский	1		1
	Основы финансовой грамотности		1	1
Социальное	Волонтерское движение «Мир добра»	1		1
	«Будь уверен на все 100» (социально-психологическая подготовка к ЕГЭ)		1	1
ВСЕГО		10	10	20

3.2.3. Календарный учебный график

Календарный учебный график является локальным нормативным актом МКОУ «СОШ № 1 пос. им. К. Либкнехта» и направлен на четкую организацию образовательного процесса и деятельности педагогического коллектива в целом в период с 01.09.2022 по 31.08.2023 года.

Календарный учебный график разработан в соответствии с Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012г «Об образовании в Российской Федерации», Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и

оздоровления детей и молодежи», Уставом, Учебным планом на 2022-2023 учебный год, планом работы МКОУ «СОШ №1 пос. им. К. Либкнехта»

Календарный учебный график определяет чередование учебной деятельности (урочной и внеурочной) и плановых перерывов при получении образования для отдыха и иных социальных целей (каникул) по календарным периодам учебного года:

- даты начала и окончания учебного года;
- продолжительность учебного года, четвертей
- сроки и продолжительность каникул;
- сроки проведения промежуточных аттестаций.

В МКОУ «СОШ №1 пос. им. К. Либкнехта» устанавливается следующая продолжительность 2022-2023 учебного года:

- 1 классы - 33 учебные недели;
- 2-8, 10 классы - 34 учебные недели;
- 9, 11 классы - 33 учебные недели (не включается период государственной итоговой аттестации в 9, 11 классах).

№ п/п	Мероприятия учебного года	Дата проведения				
		1 классы	2 – 4 классы	5 – 6 классы	7, 8, 10 классы	9, 11 классы
1.	Дата начала учебного года	2 сентября 2022 г.				
	Дата окончания учебного года	25 мая	31 мая 2023 г.			25 мая
2.	Продолжительность учебного года, четвертей					
	- Первая четверть	02.09.2022 – 29.10.2022			8 недель 1 день	
	- Вторая четверть	07.11.2022 – 29.12.2022			7 недель 4 дня	
	- Третья четверть	8 недель 2 дня	16.01.2023 – 26.03.2023		9 недель 2 дня	
	- Четвертая четверть	03.04.2023 – 25.05.2023 7 недель	03.04.2023 – 31.05.2023		8 недель	03.04.2023 – 25.05.2023 7 недель
	Государственная итоговая аттестация					25.05.2023– 30.06.2023
3.	Сроки и продолжительность каникул					
	- Осенние	с 30.10.2022 по 06.11.2022			8 дней	
	- Зимние	с 30.12.2022 по 15.01.2023			17 дней	
	- Весенние	с 27.03.2023 по 02.04.2023			7 дней	
	- Летние	с 01.06.2023 по 31.08.2023			92 дня	
	- Дополнительные	20.02 – 26.02. 2023г. 7 дней				
4.	Сроки проведения промежуточных аттестаций					
1)	Стартовые контрольные раб. 07.09 - 16.09.2022		Русский Математ	6 класс Математ Русский	7,8 классы Русский Алгебра Иностр. яз 7 класс Географ 8 класс Физика	Русский Математ Физика Обществозн.

2)	Преимственность ступеней обучения 15.09 – 23.09.2022			5 класс Русский Математ	10 класс Русский Алгебра Иностр. яз	
3)	По итогам 1 полугодия 12.12 – 23.12.2022		Русский Математ Окр мир	5класс: История Иностр. яз География 6класс: Русский Математ География	7, 8 классы: Русский Алгебра 7 класс Биология 8 класс История 10 класс Русский Алгебра Обществозн	9 класс Русский Математика Информатика 11класс Итоговое сочинение Математика Биология
4)	По итогам 3 четверти, пробные экзамены 09.03– 21.03.2023		2-4 классы Проверка техники чтения	5класс: Русский Математ		9,11 кл Русский Математ По выбору
5)	По итогам года 25.04 – 17.05.2023	1 класс По всем предметам учебного плана Комплек сная по ФГОС	2-4 классы По всем предметам учебного плана Комплек сная по ФГОС	5,6 классы По всем предметам учебного плана Комплек сная по ФГОС	7, 8, 10 классы По всем предметам учебного плана	9 класс По всем предметам учебного плана 11 класс ВПР по выбору учащихся

Режим работы школы на 2022-2023 учебный год

- | | |
|---|---|
| 1. Рабочая неделя | <u>все классы учатся по пятидневной рабочей неделе</u> |
| 2. Сменность занятий: | <u>все классы занимаются в первую смену</u> |
| 3. Начало учебных занятий | <u>8 час 30 мин</u> |
| 4. Продолжительность уроков: | <u>1 кл – 35 мин (1-2 чет) 40 мин (3-4 чет)</u>
<u>2-11 кл. – 40 мин</u> |
| 5. Динамическая пауза в 1 классе | <u>после 3 урока</u> |
| 6. Внеурочная деятельность, секции:
уроков | через 20 минут после окончания |