

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 282 с углубленным изучением
иностранных языков Кировского района Санкт-Петербурга
198217, г. Санкт-Петербург, бульвар Новаторов, д. 104, лит. А

ПРИНЯТ

Решением педсовета ГБОУ СОШ № 282
Санкт-Петербурга

Протокол от 14.06.2024 № 11

Принят с учётом мнения
Совета родителей
ГБОУ СОШ № 282 Санкт-Петербурга

Протокол от 14.06.2024 № 11

Принят с учётом мнения
Совета обучающихся
ГБОУ СОШ № 282 Санкт-Петербурга

Протокол от 14.06.2024 № 11

УТВЕРЖДЕН

приказом ГБОУ СОШ №282
Санкт-Петербурга

от 14.06.2024 № 255

Директор _____/В.В.Гребень/

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 00B9E6EE00CE6C3C42B76C6FACB58F3008
Владелец Гребень Виктория Васильевна
Действителен с 31.01.2024 по 25.04.2025

ПЛАН ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

реализующий образовательную программу
среднего общего образования,
обеспечивающую углубленное изучение
отдельных учебных предметов, предметных областей

на 2024-2025 учебный год

Санкт-Петербург
2024 г.

1. Пояснительная записка

План внеурочной деятельности представляет собой описание целостной системы функционирования образовательной организации в сфере внеурочной деятельности и включает:

- план организации деятельности ученических сообществ (групп старшеклассников);
- в том числе ученических классов, разновозрастных объединений по интересам, клубов; юношеских общественных объединений, организаций (в том числе и в рамках «Российского движения школьников»);
- план реализации курсов внеурочной деятельности по выбору обучающихся (предметные кружки, факультативы, ученические научные общества, школьные олимпиады по предметам программы среднего общего образования).

Согласно ФГОС СОО через внеурочную деятельность организацией, осуществляющей образовательную деятельность, реализуется основная образовательная программа (цели, задачи, планируемые результаты, содержание и организация образовательной деятельности при получении среднего общего образования). В соответствии с планом внеурочной деятельности создаются условия для получения образования всеми обучающимися, в том числе одаренными детьми, детьми с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами.

Механизм конструирования модели плана внеурочной деятельности

Администрация ГБОУ СОШ №282 Санкт-Петербурга проводит анализ ресурсного обеспечения (материально-технической базы, кадрового и финансового обеспечения) и определяет возможности для организации внеурочной деятельности.

Классный руководитель проводит анкетирование среди обучающихся и родителей (законных представителей) обучающихся с целью:

- получения информации о направлениях и еженедельной временной нагрузке обучающихся в объединениях/центрах/учреждениях дополнительного образования, учреждениях культуры и спорта (в том числе негосударственных);
- знакомства обучающихся и родителей (законных представителей) с возможностями образовательного учреждения по организации внеурочной деятельности обучающихся (примерным планом внеурочной деятельности; программами кружков, секций, объединений; планируемыми результатами внеурочной деятельности обучающихся);
- получения информации о выборе обучающимися и родителями (законными представителями) предпочтительных направлений и форм внеурочной деятельности детей.

Полученная информация является основанием для выстраивания индивидуального маршрута обучающегося во внеурочной деятельности, согласования и утверждения плана, составления расписания внеурочной деятельности обучающихся с учетом возможностей образовательного учреждения.

Основные принципы плана внеурочной деятельности (ФГОС СОО):

- учет познавательных потребностей обучающихся и социального заказа родителей;
- учет кадрового потенциала образовательного учреждения;
- построение образовательного процесса в соответствии с санитарными правилами и нормами;
- соблюдение преемственности и перспективности обучения.

Целью внеурочной деятельности в ГБОУ СОШ №282 Санкт-Петербурга является создание условий для самоопределения, самовыражения обучающихся, проявления и развития их творческих особенностей, воспитание гражданственности, трудолюбия,

уважение к правам и свободам человека, любви к окружающей природе, Родине, семье, формирование здорового образа жизни.

Внеурочная деятельность решает следующие задачи:

- создать комфортные условия для позитивного восприятия ценностей образования и более успешного освоения его содержания;
- способствовать осуществлению воспитания благодаря включению детей в лично значимые творческие виды деятельности, в процессе которых формируются нравственные, духовные и культурные ценности подрастающего поколения;
- ориентировать обучающихся, проявляющих особый интерес к тем или иным видам деятельности, на развитие своих способностей. При организации внеурочной деятельности обучающихся используются возможности учреждений дополнительного образования, культуры, спорта и других организаций.

Внеурочная деятельность организуется по всем направлениям развития личности:

Спортивно-оздоровительное направление создает условия для полноценного физического и психического здоровья ребенка, помогает ему освоить гигиеническую культуру, приобщить к здоровому образу жизни, формировать привычку к закаливанию и физической культуре;

Духовно-нравственное направление направлено на освоение детьми духовных ценностей мировой и отечественной культуры, подготовка их к самостоятельному выбору нравственного образа жизни, формирование гуманистического мировоззрения, стремления к самосовершенствованию и воплощению духовных ценностей в жизненной практике;

Социальное направление помогает детям освоить разнообразные способы деятельности:

- трудовые, игровые, художественные, двигательные умения, развить активность и пробудить стремление к самостоятельности и творчеству.

Общеинтеллектуальное направление предназначено помочь детям освоить разнообразные доступные им способы познания окружающего мира, развить познавательную активность, любознательность;

Общекультурное направление ориентирует детей на доброжелательное, бережное, заботливое отношение к миру, формирование активной жизненной позиции, лидерских качеств, организаторских умений и навыков.

Основные формы организации внеурочной деятельности:

- практикумы; теоретические и практические занятия;
- экскурсии;
- конференции;
- ученическое научное общество; детско-юношеские объединения;
- клубы; круглые столы;
- соревнования; подготовка к сдаче норм ГТО;
- конкурсы;
- фестивали;
- поисковые и научные исследования; проектная деятельность;
- диспуты;
- общественно-полезные практики и т.д.

Для реализации внеурочной деятельности в ГБОУ СОШ №282 Санкт-Петербурга организована оптимизационная модель внеурочной деятельности. Она заключается в оптимизации всех внутренних ресурсов школы и предполагает, что в ее реализации принимают участие все педагогические работники, сопровождающие внеурочную деятельность в школе (классные руководители, педагог-организатор, социальный педагог, педагог-психолог, учителя по предметам).

Координирующую роль выполняет классный руководитель, который в соответствии со своими функциями и задачами:

- взаимодействует с педагогическими работниками;

- организует систему отношений через разнообразные формы воспитывающей деятельности коллектива класса, в том числе, через органы самоуправления;
- организует социально значимую, творческую деятельность обучающихся;
- ведет учет посещаемости занятий внеурочной деятельности совместно с учителем, который ведет занятие.

Режим организации внеурочной деятельности

Время, отведенное на внеурочную деятельность, не учитывается при определении максимально допустимой недельной нагрузки обучающихся. Группы для реализации внеурочной деятельности формируются на основе выбора обучающихся и их родителей (законных представителей) с учетом реальных кадровых, материально-технических, организационных возможностей ГБОУ СОШ №282 Санкт-Петербурга. Группы могут формироваться из обучающихся одного класса и всей параллели, реализуя как очные, так и дистанционные формы проведения.

Обучающиеся имеют право и возможность посещать занятия вне школы: в музыкальных и художественных школах, в спортивных секциях, заниматься в кружках и юношеских клубах в учреждениях дополнительного образования по выбору обучающихся и их родителей (законных представителей).

Для недопущения перегрузки обучающихся допускается перенос образовательной нагрузки, реализуемой через внеурочную деятельность, на период каникул. В каникулярное время (осенние, весенние каникулы) предусматривается реализация задач активного отдыха, оздоровления обучающихся, поддержка инициатив старшеклассников, в том числе выезды на природу, туристические походы, поездки по территории России, организация «зрительского марафона» (коллективное посещение театров, концертов, просмотр фильмов, посещение выставок, музеев с обязательным коллективным обсуждением), экскурсии.

При разработке и утверждении режима внеурочной деятельности учитываются требования государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов, а также соблюдаются основные здоровьесберегающие требования к осуществлению внеурочной деятельности:

- форма проведения занятий, отличная от уроков;
- соблюдение динамической паузы между учебными занятиями по расписанию и внеурочной деятельностью в школе.

Расписание занятий внеурочной деятельности формируется отдельно от расписания уроков.

В течение учебного дня чередуется учебная и внеурочная деятельность: курсы внеурочной деятельности проводятся как в первой половине учебного дня, так и во второй и проводятся в зависимости от направления деятельности: в парках, на спортивных площадках и в спортзалах, в музее, актовом зале, библиотеке, учебных кабинетах и т.д.

План внеурочной деятельности среднего общего образования представлен линейными и нелинейными занятиями внеурочной деятельности. Линейные занятия проводятся четко с фиксируемой периодичностью и в установленное время (в определенные дни и часы) в соответствии с расписанием внеурочной деятельности. Нелинейные занятия внеурочной деятельности связаны, прежде всего, с организацией и проведением воспитательных мероприятий (классных и общешкольных) в рамках реализации плана воспитательной работы, жизни ученических сообществ. Это экскурсии, спортивные соревнования, праздники, встречи с интересными людьми, литературные вечера, исторические диспуты, социальные и исследовательские проекты, интеллектуальные игры, предметные недели.

Реализация курсов внеурочной деятельности проводится без балльного оценивания результатов освоения курса. Текущий контроль за посещением занятий внеурочной

деятельности обучающимися класса осуществляется классным руководителем и учителем, проводящим курс внеурочной деятельности.

Ожидаемые результаты внеурочной деятельности ФГОС СОО

В ходе реализации внеурочной деятельности обучающиеся получают практические навыки, необходимые для жизни, формируют собственное мнение, развивают свою коммуникативную культуру.

Обучающиеся ориентированы на:

- формирование положительного отношения к базовым общественным ценностям;
- приобретение учащимися социального опыта;
- приобретение учащимися самостоятельного общественного действия.

2. Содержание плана внеурочной деятельности

По решению педагогического коллектива, родительской общественности, интересов и запросов детей и родителей (законных представителей) план внеурочной деятельности в ГБОУ СОШ №282 Санкт-Петербурга составлен в соответствии с вариантами учебного плана гуманитарного профиля, реализуемого ГБОУ школой №282 Санкт-Петербурга на уровне среднего общего образования.

План внеурочной деятельности

	Инвариантный компонент				Вариативный компонент (профорориентационная работа и научно-исследовательская практика)	Всего
	Разговоры о важном	курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся (до 4 часов)	организационное обеспечение учебной деятельности, обеспечение благополучия обучающегося (до 1 часа)	организация жизни ученических сообществ		
10-й класс						
1-е полугодие 16 недель	16	64	16	16	48	160
2-е полугодие 18 недель	18	72	18	18	54	180
ИТОГО	34	136	34	34	102	340
11-й класс						
1-е полугодие 16 недель	16	64	16	16	48	160
2-е полугодие 18 недель	18	72	18	18	54	180
ИТОГО	34	136	34	34	102	340
				Всего		680

Реализация плана внеурочной деятельности предусматривает в течение года неравномерное распределение нагрузки. Так, при подготовке коллективных дел (в рамках инициативы ученических сообществ) и воспитательных мероприятий за 1–2 недели используется значительно больший объем времени, чем в иные периоды (между образовательными событиями).

На курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся еженедельно расходуется до 4 часов, на организационное обеспечение учебной деятельности, на обеспечение благополучия обучающегося еженедельно до 1 часа.

2.1. Разговоры о важном

Внеурочные занятия «Разговоры о важном» направлены на развитие ценностного отношения обучающихся к своей родине - России, населяющим ее людям, ее уникальной истории, богатой природе и великой культуре. Внеурочные занятия «Разговоры о важном» направлены на формирование соответствующей внутренней позиции личности обучающегося, необходимой ему для конструктивного и ответственного поведения в обществе.

Основной формат внеурочных занятий «Разговоры о важном» - разговор и (или) беседа с обучающимися. Основные темы занятий связаны с важнейшими аспектами жизни человека в современной России: знанием родной истории и пониманием сложностей современного мира, техническим прогрессом и сохранением природы, ориентацией в мировой художественной культуре и повседневной культуре поведения, доброжелательным отношением к окружающим и ответственным отношением к собственным поступкам.

2.2. Курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся

Курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся включают в себя внеурочную деятельность по предметам школьной программы:

- проектно-исследовательскую деятельность обучающихся;
- предметные практикумы;
- занятия физической культурой;
- подготовку к олимпиадам, конференциям, предметным конкурсам, предметным неделям, интеллектуальным играм и др.

10 класс

№	Курс внеурочной деятельности	10а		10б	
		Количество часов в неделю	Количество часов в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год
1.	По русскому языку	1	34	1	34
2.	По математике	-	-	1	34
3.	По французскому языку	1	34	1	34
4.	Готовимся сдавать ГТО	1	34	1	34
		3	102	4	136

11 класс

№	Курс внеурочной деятельности	11а	
		Количество часов в неделю	Количество часов в год
1.	По математике (проф)	2	68
2.	По математике (база)	1	34
3.	Готовимся сдавать ГТО	1	34
		4	136

2.3. Организационное обеспечение учебной деятельности, обеспечение благополучия обучающегося.

Организационное обеспечение учебной деятельности обучающихся - совокупность мер, направленных на оптимальное использование трудовых, информационных, социально-психологических, коммуникативных и других ресурсов для достижения обучающимися максимально возможных результатов в учебно-познавательной деятельности.

Организационное обеспечение учебной деятельности обучающихся включает:

- проведение учебных собраний - собраний по организации учебного процесса (периодических, стартовых и итоговых),
- оформление учебной документации (в том числе электронные дневники обучающихся),
- организацию взаимодействия с учителями – предметниками и педагогами дополнительного образования,
- содействие дифференциации обучения по предметам школьной программы (организация учебной деятельности одаренных школьников, учащихся, имеющих трудности в обучении и т.п.).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы предполагает совокупность мер по рационализации оптимизации учебно-воспитательного процесса и образовательной среды: режима занятий (уроков и внеурочных занятий), обеспечение оптимального использования каналов восприятия, учет зон наибольшей работоспособности обучающихся, распределение интенсивности умственной деятельности, использование здоровьесберегающих практик осуществления образования.

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы включает профилактическую работу - определение «зон риска» (выявление обучающихся, вызывающих наибольшее опасение; выявление источников опасности для обучающихся – групп и лиц, объектов и т. д.), разработку и реализацию комплекса адресных мер, с использованием возможностей профильных организаций (медицинских, правоохранительных, социальных и т. д.).

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

- по составлению и реализации рационального режима работы и отдыха, на основе знаний о динамике работоспособности, утомляемости, напряженности разных видов деятельности;
- по выбору оптимального режима дня с учетом учебных и внеучебных нагрузок;
- по планированию и рациональному распределению учебных нагрузок и отдыха (в том числе, в период подготовки к экзаменам),
- по эффективному использованию индивидуальных особенностей работоспособности; знание основ профилактики переутомления и перенапряжения;

- по определению необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания, по выбору соответствующих возрасту физических нагрузок и их видов;
- по учету рисков для здоровья (неадекватных нагрузок и использования биостимуляторов);
- реализующих потребность в двигательной активности и ежедневных занятиях физической культурой;
- осознанного выбора индивидуальной программы двигательной активности, включающей малые виды физкультуры (зарядка) и регулярные занятия;
- по оценке собственного функционального состояния (напряжения, утомления, переутомления) по субъективным показателям (пульс, дыхание, состояние кожных покровов) с учетом собственных индивидуальных особенностей; навыки работы в условиях стрессовых ситуаций; владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения; навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях; представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний; навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни; навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением (в результате обучающиеся получают представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментозных и тонизирующих средств);
- по организации рационального питания как важной составляющей части здорового образа жизни; (правила питания, направленных на сохранение и укрепление здоровья; готовность соблюдать правила рационального питания; знание правил этикета, связанных с питанием, осознание того, что навыки этикета являются неотъемлемой частью общей культуры личности; представление о социокультурных аспектах питания, его связи с культурой и историей народа; интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем, по самостоятельной оценке и контролю своего рациона питания с точки зрения его адекватности и соответствия образу жизни (учебной и внеучебной нагрузке).

Обеспечение благополучия обучающихся в жизни школы направлено также на профилактику разного рода зависимостей, развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему; расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила; формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния; формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих; формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности самореализации, достижения социального успеха; включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности; ознакомление подростков с разнообразными формами проведения досуга; формирование умений рационально проводить свободное время (время отдыха) на основе анализа своего режима; развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

План работы по обеспечению благополучия обучающихся разрабатывают педагоги ГБОУ школы №282 по поручению администрации.

Данное направление реализуется через проектную деятельность обучающихся.

2.4. Организация жизни ученических сообществ.

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

- компетенция конструктивного, успешного и ответственного поведения в обществе с учетом правовых норм, установленных российским законодательством;
- социальная самоидентификация обучающихся посредством лично значимой и общественно приемлемой деятельности, приобретение знаний о социальных ролях человека;
- компетенция в сфере общественной самоорганизации, участия в общественно значимой совместной деятельности.

Организация жизни ученических сообществ происходит:

- в сфере школьного ученического самоуправления;
- в рамках участия в детско-юношеских общественных объединениях, созданных в школе.

Организация жизни ученических сообществ осуществляется в формате «Клубный путь».

В формате организации деятельности ученических сообществ «Клубный путь» в ГБОУ школе № 282:

- организованы группы по интересам обучающихся (клубов) в различных направлениях развития личности (спортивно-оздоровительное, духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное), в рамках занятий по интересам происходит подготовка и проведение итогового комплексного дела;
- происходит деление учебного года на два полугодовых цикла;
- обучающиеся самостоятельно выбирают группу по интересам (клуб), самостоятельно могут переходить из одного клуба в другой во время специально установленных периодов и по окончании полугодового цикла, когда обучающиеся могут оставаться в клубе весь год.

Содержание образования обеспечивается за счет занятий объединения и совместных дел. Руководителями выступают педагоги, сами старшеклассники, представители общественности. В школе организована работа следующих объединений:

- орган ученического самоуправления «Совет старшеклассников»;
- отряд юнармейцев «Юный зарничник»;
- отряд юных инспекторов «Зебра»;
- отряд добровольцев «Доброе сердце».

План организации деятельности клуба.

I полугодие		
1	Организационное занятие. Хронограф клуба. Выявление интересов и желаний участников.	1 час
2	Составление плана работы на год.	1 час
3	Теоретические основы деятельности клуба.	1 час
4	Организованная деятельность по реализации плана	10 часов
5	Презентация деятельности клуба для учащихся и их родителей	1 час
6	Встреча с интересными людьми (обмен опытом).	1 час
7	Подведение промежуточных итогов работы.	1 час
		16 часов
II полугодие		
1	Организованная деятельность по реализации плана.	10 часов

2	Встреча с интересными людьми (обмен опытом).	1 час
3	Кураторская работа с младшими отрядами.	5 часов
4	Презентация деятельности клуба для учащихся и их родителей.	1 час
7	Подведение итогов работы.	1 час
		18 часов
	За год	34 часа

Также в данном направлении развита сеть проектных работ.

2.5. Вариативный компонент плана внеурочной деятельности

Вариативный компонент плана внеурочной деятельности формируется на основе гуманитарного профиля.

Организуется **профориентационная работа** и **научно-исследовательская практика** для подготовки обучающихся к выполнению своего проекта. Научно-исследовательская практика сочетает в себе работу над учебными исследованиями, коллективное обсуждение промежуточных и итоговых результатов этой работы, организацию круглых столов, дискуссий, интеллектуальных игр, публичных защит.

2.6. Реализация плана по пяти направлениям развития личности

Направления	Реализация
Спортивно-оздоровительное	Реализация внеурочных занятий, связанных с обеспечением благополучия обучающихся
Общеинтеллектуальное	Реализация курсов внеурочной деятельности по выбору обучающихся связанных с предметами школьной программы; работа над индивидуальным проектом (вариативный компонент).
Духовно-нравственное	Реализация внеурочных занятий «Разговоры о важном»; организация жизни ученических сообществ; работа над индивидуальным проектом (вариативный компонент).
Социальное	
Общекультурное	

Рабочие программы курсов внеурочной деятельности среднего общего образования

Направления	Учебные курсы	Классы		
		10а	10б	11а
внеурочные занятия «Разговоры о важном»	Разговоры о важном	1	1	1
курсы внеурочной деятельности по выбору обучающихся	По математике	-	1	2
		-	-	1
	По русскому языку	1	1	-
	По французскому языку	1	1	-
	«Готовимся сдавать ГТО»	1	1	1
Внеурочная деятельность по организации деятельности ученических сообществ	Проектная деятельность	1	1	1
внеурочная деятельность, направленная на обеспечение благополучия обучающихся	Проектная деятельность	2	1	1
Вариативный компонент (профориентационная работа, научно-исследовательская практика, внеурочная деятельность по формированию функциональной грамотности, внеурочная деятельность, направленная на реализацию комплекса воспитательных мероприятий)	«Билет в будущее»: Профминимум	1	1	1
	Проектная деятельность	2	2	
	Клуб «Юный программист».	-	-	2
		10	10	10