



Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования

Детско-юношеский центр «Звёздочка» г. Томска

Принята на заседании методического
совета

от «26 » августа 2024 г.

Протокол № 1

Утверждаю:

Директор МАОУ ДО

ДЮЦ «Звездочка» г. Томска

О. А. Матова

«26» августа 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности**

«Азбука здоровья»

Возраст учащихся: 7-15 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:

Масленникова Александра Валерьевна –
педагог дополнительного образования

г. Томск, 2024

I. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы: социально-педагогическая.

Программа «Ценностные ориентиры ЗОЖ» составлена в соответствии с требованиями нормативных документов и была создана в июне 2018 года в рамках городской конкурсной программы «Азбука здоровья». Включает в себя знания и установки, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья детей, увеличивает пространство, в котором учащиеся могут развивать свою творческую и познавательную активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Уровневая дифференциация содержания: стартовый уровень.

Актуальность и педагогическая целесообразность.

Здоровье – главная ценность жизни, оно занимает самую высокую ступень в иерархии потребностей человека. Это один из важнейших компонентов человеческого счастья и одно из ведущих условий успешного социального и экономического развития. Благодаря здоровому образу жизни каждый человек может стать привлекательнее физически, увереннее в себе и успешнее в обществе. В настоящее время одной из актуальных проблем современного общества является проблема организации комплекса мероприятий, способствующих сохранению и улучшению здоровья населения. Постоянное воздействие различных негативных физических и социальных факторов, психоэмоциональные нагрузки приводят к снижению адаптационных возможностей и ухудшению здоровья у большинства граждан России.

Дети – самая беззащитная категория населения России, которая в значительной степени подвержена воздействию целого ряда факторов, негативно влияющих на состояние здоровья. Нерациональное распределение рабочего времени, нерегулярное питание, недостаточная физическая нагрузка, стрессы в процессе учебной и внеучебной деятельности, вредные привычки, непонимание необходимости ведения здорового образа жизни могут являться причинами психосоматических и физических заболеваний. Поэтому обучение основам здорового образа жизни в детско-подростковой среде – одна из важнейших задач программы «Ценностные ориентиры». В процессе обучения, в соответствии с идеями здоровьесберегающих образовательных технологий, происходит закрепление у учащихся знаний, умений и навыков, направленных на ЗОЖ, дети учатся использовать полученные знания в повседневной жизни, осмысленно относиться к таким общепринятым ценностям, как: ценность здоровья, чувство ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Отличительные особенности программы.

Программа «Ценностные ориентиры ЗОЖ» нацелена на детей и подростков, впервые принимающих участие в городской конкурсной программе «Азбука здоровья». Она представляет собой начальный курс обучения по вопросам сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения. Основной задачей программы является неназойливое вовлечение детей и подростков в образовательный процесс, связанный с изучением основ здоровьесбережения в современном мире.

Помимо занятий, программа предполагает непосредственное участие команд в этапах городской конкурсной программы «Азбука здоровья». Выполняя различные очные и заочные задания конкурсной программы, на каждом его этапе команда набирает определенное количество баллов, которые суммируются членами жюри и оргкомитета в итоговом оценочном листе для выявления победителей в финале.

Адресат программы: учащиеся 10-13 лет, впервые принимающие участие в городской конкурсной программе «Азбука здоровья». Набор свободный.

Краткие возрастные особенности.

Возраст 10 – 11,5 лет

- Смена ведущего вида деятельности с игровой на учебную.
- Освоение новых видов деятельности, при предъявлении ребенку новых социальных требований, возникновении новых ожиданий социума. («Ты уже школьник, ты должен..., можешь, имеешь право...»).
- Несформированность эмоционально-волевой сферы. Затруднена произвольная регуляция собственного поведения.
- Незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления).
- Тревожность, страх оценки.
- Ориентация на общения со значимым взрослым (педагогом).
- Формирование навыков учебной рефлексии.
- Развитие когнитивных функций.
- Различия в развитии мальчиков и девочек (преобладание логической сферы у мальчиков, эмоционально-чувственной у девочек).
- Ориентация в поведении на оправдание ожидания и одобрения значимых взрослым.

Возраст 11, 5 – 13 лет

- Ведущая потребность - общение со сверстниками.
- Развитие Я – концепции.
- Склонность к риску, острым ощущениям.

- Быстрая утомляемость и низкая работоспособность, резкие перепады настроения в связи с бурным психофизиологическим развитием.
- Появление интереса к противоположному полу.
- Замедляется реакция. Подросток не сразу отвечает на вопросы, не сразу начинает выполнять задания.
- Слабо сформированная эмоционально-волевая сфера.
- Ориентация в поведении на поддержание и одобрение со стороны сверстников.
- Повышенная обидчивость на замечания, особенно в отношении внешности.
- Необходимость ощущения социальной востребованности (формирование чувства взрослости).

Срок освоения программы: 1 год (сентябрь-май).

Объём реализации программы: 36 часов.

Форма обучения: очная.

Форма организации образовательного процесса: групповая.

Количество учащихся в группе: 10-15 человек. Для групп ОВЗ – 10 человек.

Группы постоянные, одновозрастные.

Участники программы (группы):

- Дети 9-10 лет;
- Дети 11-12 лет;
- Подростки 12-13 лет;
- Дети с ОВЗ и дети-инвалиды.

Режим занятий:

Год (группа)	Продолжительность занятия	Периодичность в неделю	Часов в неделю
1 год	1 ч.	1 раз	1

Тип занятий: теоретический, репетиционный, изучения нового материала, комбинированный, контрольный.

Формы проведения занятий:

- беседа – позволяет обсудить заданную тему и принять ряд решений, связанных с конкретными ситуациями;
- игра – снимает неприятные или запретные для личности ребёнка переживания;
- занятие творческого характера – используется для создания творческого продукта (газета, сценарий выступления и т. п.);

- театрализация – реализует индивидуальные возможности и потребности детей в самовыражении, раскрывает их творческий потенциал;
- деловая игра – способствует социальной адаптации;
- лекция – наиболее экономичный способ передачи информации (материал излагается концентрированно, в логически выдержанной форме);
- практическое занятие, тренинг – позволяет ребёнку моделировать позитивное поведение, формировать систему представлений учащихся о себе;
- конкурс – соревнование соискателей на звание «лучшего» из числа участников;
- мастер-класс – занятие, в котором сочетаются короткая теоретическая часть и индивидуальная работа, направленная на приобретение и закрепление практических знаний и навыков;
- спортивные состязания – соревнования команд, цель которых – выявление сильнейших, совершенствование спортивного мастерства, пропаганда физической культуры и спорта;
- презентация – публичное представление конкурсной работы;
- сценическое выступление – театрализованная постановка, агитбригада;
- марафон здоровых игр – демонстрация, публичное представление командной игры, основанное на технологиях здоровьесбережения;
- праздник здоровья – мероприятие, посвящённое пропаганде здорового образа жизни.

Методы обучения:

- словесный, наглядный, практический;
- репродуктивный, проблемно-поисковый, мозговой штурм, моделирование ситуаций;
- коллективная работа, самостоятельная работа под руководством преподавателя;
- творческий, эвристический, проектный.
- групповые методы:
 - кооперативное обучение – это метод, когда в небольших группах (от 2 - 6 человек) учащиеся взаимодействуют, решая общую задачу;
 - мозговой штурм – оперативный метод решений проблемы на основе стимулирования творческой активности, при котором участникам предлагается высказывать как можно больше вариантов решения, в том числе самых фантастических. Идеи или мнения не выносятся на обсуждение и не подвергаются оценке. Они фиксируются педагогом на доске, а мозговой штурм

продолжается до тех пор, пока не истощатся идеи или не закончится отведенное для мозгового штурма время;

- групповая дискуссия – метод группового обсуждения, позволяющий выявить весь спектр мнений членов группы под руководством педагога. Цель – решить групповые задачи или воздействовать на мнение и установки участников процесса общения. Может использоваться в начале занятия или при подведении итогов;

- ролевое моделирование – метод замены одного действия другим. Может осуществляться в форме драматических постановок, ролевых радиопередач, телевизионных шоу и др. В этих видах деятельности учащиеся тренируют социально-желательное поведение на глазах преподавателя. Пытаются действовать так, как в реальной жизни, или так, как они хотели бы действовать в реальности. Иногда педагог раздает роли заранее или подаёт идею и просит ребят импровизировать;

- метод разбора «завалов» – заключается в моделировании ситуаций, которые часто возникают в реальной жизни и отличаются большим объёмом работ, а так же в выработке наиболее эффективных способов решения задач, обусловленных такими ситуациями. Данный метод отличается от других высокой мотивацией детей на активное участие в решении трудных проблем, развивая аналитические способности и системность мышления;

- метод «коучинг» – индивидуальное или коллективное наставничество (управление) более опытных и знающих учащихся над менее опытными (начинающими), их адаптацию к личностному развитию и постижению знаний и навыков по исследуемой теме.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание системы ценностных ориентиров у учащихся, удовлетворение индивидуальных интересов в области здоровьесбережения.

Задачи:

Обучающие:

- изучение основных понятий, связанных со здоровым образом жизни;
 - вовлечение детей в профилактические мероприятия, направленные на здоровьесбережение;
 - обучение основам ораторского искусства и актерского мастерства;
 - подготовка сообщений, игр, страниц альбомов, мультимедийных презентаций и видеороликов;
 - участие в этапах городской конкурсной программы «Азбука здоровья».
- Представление результатов;

- апробация современных форм групповой работы с учащимися общеобразовательных учреждений города Томска в рамках городской конкурсной программы «Азбука здоровья».

Воспитательные:

- формирование у детей позитивных социальных установок и навыков, позволяющих снизить риски негативно влияющей среды;
- формирование активности и инициативности детей в вопросах здоровьесбережения;
- воспитание чувства сплочённости и коллективных отношений в команде;
- формирование ответственности за свои поступки и оценивание последствий своих действий.

Личностные:

- создание условий для формирования позитивного отношения детей к своему здоровью;
- повышение информированности учащихся в вопросах здорового образа жизни с использованием современных информационных технологий;
- научить использовать полученные знания в повседневной жизни;
- формирование навыков самостоятельной работы с информацией, направленной на здоровьесбережение.

1.3. Содержание программы

Направления работы по программе

1. Общий экскурс по ЗОЖ (основы знаний о здоровом образе жизни по теме «Город здоровых идей»).
2. Культура здоровья.
3. Профилактика вредных привычек и популяризация ЗОЖ.
4. Здоровьесберегающие игры.
5. Агитбригада как средство воспитания «социально-активной личности».

1. «Общий экскурс по ЗОЖ» предполагает ознакомление с основами ведения здорового образа жизни. Здоровый образ жизни – рациональный образ жизни, неотъемлемой чертой которого является активная деятельность, направленная на сохранение и улучшение здоровья.

2. «Культура здоровья». Воспитание культуры здоровья – создание педагогических условий, обеспечивающих развитие личности ребенка как субъекта оздоровительной деятельности в соответствии с его интересами, склонностями, способностями, ценностными установками на самосохранение здоровья, а также знаниями, умениями и навыками обоснованного ведения здорового образа жизни.

3. «Профилактика вредных привычек и популяризация ЗОЖ».

Профилактика вредных привычек дает реальную возможность осознать опасность табакокурения, употребления алкоголя или психотропных веществ. Популяризация ЗОЖ демонстрирует качество жизни людей, поддерживающих свой организм физическими упражнениями, здоровым питанием, витаминизированием и природными стимуляторами.

4. «Здоровьесберегающие игры». Игра – естественный спутник жизни ребенка и поэтому отвечает законам, заложенным самой природой в развивающемся организме ребенка – неумной потребности его в жизнерадостных движениях. Преимущество здоровьесберегающих игр заключается в их продуктивности, позволяющей ребёнку действовать и комплексно развиваться.

5. «Агитбригада как средство воспитания «социально-активной личности». Агитбригада – творческий коллектив, выступающий по различной тематике, связанной с вопросами здоровьесбережения (личная гигиена, здоровое питание, экология, физическое и психологическое здоровье). Актуализирует проблемы, высмеивает отрицательные стороны социальной жизни и показывает положительные моменты. Это доступный жанр, практически удобная и мобильная форма работы в небольших, даже технически не оснащенных помещениях.

Ценностные ориентиры содержания программы:

Одним из результатов освоения программы «Ценностные ориентиры ЗОЖ» является решение задач воспитания – осмысление и присвоение учениками следующей системы ценностей:

Ценность жизни – признание человеческой жизни величайшей ценностью, что реализуется в бережном отношении к другим людям и к природе.

Ценность здоровья – самая главная ценность человека. Здоровье – это состояние его полного физического, духовного и социального благополучия, индивидуальная и социальная ценность высшего ранга.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физического, психического и социально-нравственного здоровья.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность

культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков образа жизни, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира частью живой и неживой природы. Любовь к природе – это бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Учебный план

№ п/п	Наименование разделов	Наименование тем	Всего часов			Формы контроля
			теория	практика	всего	
I	Введение. Общий экскурс по ЗОЖ. «Город здоровых идей»	1. Здоровый образ жизни и факторы, влияющие на здоровье	3	1	4	Опрос. Решение ситуационных задач. Практическая работа
II	Творческая работа «Пирамида здоровья»	1. Альбом 2. Мультимедийная презентация 3. Видеоролик	3	6	9	Практическая работа. Готовый продукт.
III	Марафон здоровых игр	1. Командная игра. 2. Технология создания командной игры. 3. Стратегии поведения. Взаимодействие. Результат.	3	6	9	Игра – диагностика. Готовый продукт.
IV	Агитбригада «Здоровье - главная ценность!»	1. Агитбригадный жанр как средство воспитания «социально-активной личности». 2. Алгоритм создания агитбригады 3. Законы сценической работы. Взаимодействие. Результат.	4	10	14	Практическая работа. Готовый продукт. Показ

Итого:			36	
--------	--	--	----	--

Содержание программы 1-го года обучения

Раздел 1. Введение. Общий экскурс по ЗОЖ. «Город здоровых идей».

Теория. Здоровый образ жизни и факторы влияющие на здоровье.

Три вида здоровья: физическое, психическое и нравственное (социальное).

Инструктаж по технике безопасности.

Беседа о здоровье и его укреплении, видах, профилактики заболеваний.

Расширение кругозора в области знаний о ЗОЖ.

Практика. Опрос. Решение ситуационных задач. Практическая работа

Раздел 2. Творческая работа «Пирамида здоровья».

Теория. Творческая работа «Пирамида здоровья». Смысловое значение терминов: альбом, мультимедийная презентация, видеоролик.

Тематика творческих работ. Задачи. Виды и формы. Техники и направления.

Способы изготовления отдельных страниц, слайдов, кадров. Функции.

Практика.

- Альбом. Изготовление страниц альбома (рисунок, цветная печать, аппликация, эмбоссинг – выпуклая картинка, дистрессинг – состаривание, штампинг-использование штампов, чернил, аппликаторов и др.). Практическая работа. Готовый продукт.
- Мультимедийная презентация. Происхождение (этимология) словосочетания. Предназначение. Работа в PowerPoint. Составление. Практическая работа. Готовый продукт.
- Видеоролик. Комбинации видеороликов (компьютерные, мультипликационные, игровые и др.). Категории по типу информационного и эмоционального посыла (обучающие, социальные, имиджевые, презентационные и др.). Компьютерные программы. Создание видеороликов (съёмка, монтаж, видеоэффекты, звуки и музыка и др.). Практическая работа. Готовый продукт.

Раздел 3. Марафон здоровых игр.

Теория. Командная игра. Составляющие коллектива. Радость взаимодействия.

Рациональный режим занятий и отдыха. Определение понятий «игра» и «командная игра». Предназначение игры.

Ресурсы, которые позволяют нам достичь вершин.

Командные игры – веселые озорные, динамичные соревнования, позволяющие почувствовать преимущества командной работы и дающие возможность раскрыть спортивный и творческий потенциал каждого из участников команды.

Технология создания командной игры. Поиск материалов. Стратегии поведения. Взаимодействие. Результат.

Практика. Репетиция игры. Демонстрация игры. Игра с привлечением команд-соперниц.

Раздел 4. Агитбригада «Здоровье – главная ценность!».

Теория. Понятие «агитбригада». Агитбригадный жанр как средство воспитания «социально-активной личности». Алгоритм создания агитбригады. Законы сценической работы. Взаимодействие. Результат.

Практика. Подготовительная работа: определение целевой аудитории и её интересов; тематика мероприятия; формулирование темы, постановка цели, определение сюжетного хода. Подбор литературного материала. Создание сценария. Защита сценарных работ.

Сценарий праздничной программы. Выбор темы. Замысел. Подбор литературного материала. Создание сценария. Защита сценарных работ.

1.4. Планируемые результаты освоения программы

Предметные:

- ориентируется в основных понятиях ЗОЖ;
- знает и использует на практике комплекс оздоровительных игр и разминок;
- знает и использует техники уверенного поведения, владеет серией позитивных установок направленных на здоровьесбережение.

Метапредметные:

- знает технологию работы по созданию творческой работы;
- позитивно относится к процессу общения и владеет коммуникативными умениями: слышит и чувствует партнера, уважает чужую точку зрения;
- аргументирует собственную позицию при выработке решений в процессе совместной деятельности;
- самостоятельно добывает и использует информацию по здоровьесбережению.

Личностные:

- способен осознанно относиться к своему здоровью, выбирать и демонстрировать позитивные модели поведения;
- способен анализировать свое поведение с точки зрения разумности;
- активно участвует в профилактических мероприятиях, побуждает сверстников к ведению здорового образа жизни.
- осознаёт ценность человека: проявляет уважение(не зависимо от возраста , социального положения и т. п.), самоуважение, ответственность, доброжелательность, доброту придерживается норм этикета.

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Нормативно-правовое обеспечение

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 30.12.2021 г.) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу 01.01.2022 г.).
- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Федеральный закон Российской Федерации от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон в Российской Федерации «Об образовании по вопросам воспитания обучающихся».
- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. №474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
- Постановление Правительства Российской Федерации от 17.11.2015 г. № 1239 «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающие способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р «Концепция развития дополнительного образования детей».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 г. № 2945-Р «[Об утверждении плана мероприятий по реализации в 2021-2025 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года](#)».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
- [Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей»](#) (Протокол от 30.11.2016 г. №11 Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и приоритетным проектам).
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3).
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ.».

- Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 25.12.2019 г. № Р-145 «Целевая модель (методология) наставничества».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.03.2016 г. № ВК-641/09 «Методические рекомендации по реализации адаптированных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей».
- Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий».
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).
- Постановление государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)».
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- «Примерная программа воспитания» (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 02.06.2020 N 2/20).
- Устав МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» г. Томска.
- Образовательная программа МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка».
- Программа развития МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» на 2021-2025 г.
- Рабочая программа воспитания МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка».
- Методический конструктор дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы педагогов дополнительного образования. МАОУ ДО ДЮЦ «Звездочка» г. Томска.

- **Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение:

- помещение: учебный кабинет;
- учебное оборудование: классная доска, столы и стулья для учащихся и педагога;
- технические средства обучения: компьютер, музыкальное оборудование (музыкальный центр, микрофоны), флеш-карта, видео и фото-аппаратура, мультимедийное оборудование;
- материалы для занятий: канцелярия, материалы для исследований, игровой реквизит (гантели, скакалки, мячи и др.);
- специальная одежда и обувь учащихся: костюмы и реквизит для театрализации.

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, педагог-психолог.

Организационное обеспечение: сотрудничество с родителями, с коллективами ДЮЦ.

2.3. Формы аттестации /контроля и оценочные материалы:

Основным **способом оценки прогнозируемых результатов** является участие в городской программе воспитания и дополнительного образования «Азбука здоровья»:

I этап – конкурс творческих работ «Пирамида здоровья» (I четверть): учащиеся разрабатывают и представляют на Конкурс «Пирамиду здоровья», совместно с педагогом создают и презентуют ступени пирамиды.

Формы работы:

9-10 лет – альбом (фотоматериалы, рисунки, эмблемы, 3D аппликации, детские стихи, мини-сочинения про здоровье);

11-12 лет – мультимедийная презентация;

12-13 лет – видеоролик (анимационные, звуковые эффекты, текстовые накладки и др.).

II этап - «Марафон здоровых игр» (II четверть): учащиеся разрабатывают и представляют игру, основанную на технологиях здоровьесбережения; учитывается культура сценического поведения, использование спортивного инвентаря, звуковое оформление игры, единая форма одежды, привлечение участников из числа команд-соперниц (регламент – 5-7 минут).

III этап – конкурс агитбригад «Здоровье – главная ценность!» (III четверть): на конкурс представляется разножанровая сценическая постановка, в которой раскрывается суть заявленной темы. Учитываются: творческое отношение, нравственность, злободневность, целостность выступления; содержательность,

артистизм, наглядное оформление; демонстрация здорового образа жизни (регламент – 5-7 минут).

IV этап - финальная программа «Праздник здоровья» (май 2019 г.): на «Праздник здоровья» команды-участницы готовят девиз, демонстрируются агитбригады команд, занявших на III этапе призовые места, проходит награждение участников и победителей.

Подведение итогов и награждение:

- команды награждаются грамотами по результатам каждого этапа;
- итоговое награждение по программе «Азбука здоровья» происходит в мае;
- команды-победители будут награждены грамотами департамента образования, администрации Города Томска и призами;
- руководители, принимающие активное участие в подготовке команд, будут отмечены благодарственными письмами департамента образования Города Томска и призами.

Диагностика результатов проводится 2 раза в год:

- игра-диагностика на определение ценностных ориентиров «Коктейль здоровья»;
- викторина «Эти правила важны — знать мы их должны».

Формы отслеживания и фиксации результатов: наблюдение, тестирование, анкетирование, конкурс, опрос, фотоархив, отзывы. Итоги подводятся один раз в четверть и заносятся в «Сводную таблицу результативности» (Приложение №).

Формы предъявления и демонстрации результатов: готовый продукт (альбом, мультимедийные презентация, видеоролик); коллективная защита игры; показ агитбригады; реальное поведение.

2.4 Методические материалы

Педагогические технологии: ИКТ, КТД, проектная, здоровьесберегающая, групповая, игровая, элементы ТРИЗ-технологии.

Здоровьесберегающая технология реализуется через систему мероприятий по охране и укреплению здоровья учащихся, учитывает условия образовательной среды и деятельности. В программе это выражается через непосредственное обучение учащихся приёмам здорового образа жизни, формирование навыков и привычек здорового образа жизни, расширение представления о пользе занятий физическими упражнениями и играми, рациональной нагрузкой, активной двигательной деятельностью.

Групповая технология как коллективная деятельность предполагает:

- взаимообогащение учащихся в группе;

- организацию совместных действий, активизирующих познавательные процессы;
- налаживание коммуникативных каналов;
- обратную связь (рефлексию), которая помогает выявить отношение участника к собственному действию и обеспечивает его коррекцию.

Начинать работу в парах, в мини-группах следует с установления доверия внутри общей группы, взаимного интереса, расположенности друг к другу. Группа получает определённое задание для решения конкретных задач. Учащиеся учатся понимать и принимать общую цель, слышать друг друга, ощущать, что общий результат зависит от усилий каждого. Для этого необходимо

- формулировать своё мнение
- выяснить мнение партнёра
- принять существование разных точек зрения
- настаивать на своём при помощи аргументов,
- согласовывать мнения, исходя из интересов дела, а не личной приязни.

После выполнения группового задания обязательно обсудить, что мешало, как учащиеся помогали друг другу, что необходимо сделать для улучшения качества.

Игровая технология.

Характерные особенности:

- образовательная цель ставится в форме игровой задачи;
- учебная деятельность подчиняется правилам игры;
- в учебную деятельность вводится элемент соревнования;
- успешное выполнение задания связывается с игровым результатом.

Особенностями игры в подростковом возрасте является нацеленность на самоутверждение, на личностное развитие (морально-нравственные проблемы, умение взаимодействовать, формирование ценностных отношений и т. п.). Роль педагога – и организатор, и соучастник событий.

Технология КТД (коллективно-творческой деятельности) используется для организации традиционных мероприятий. Этот способ деятельности помогает развитию организаторских и коммуникативных навыков и работает на сплочение коллектива. В основе технологии - известный метод КТД И.П. Иванова.

Информационно-коммуникативные технологии – современные высокотехнологичные средства передачи информации (ноутбуки, цифровые проекторы и др.). Осваиваемая учащимися информация представляется визуально-образными данными (видеоматериалами, ММП и т.п.), а сам

изучаемый объект может быть показан в динамике и, по необходимости, несколько раз.

Алгоритм проведения занятия:

Этапы	Деятельность
I. Организационный этап	Ритуал приветствия. Пожелание здоровья. Объявление темы, цели, создание делового настроения.
II. Основной этап. Теоретическая часть. Введение нового материала	Новые термины. Историческая справка. Практическое назначение объекта (Наглядный и раздаточный материал, технические средства, привлечение учащихся 2-3 года обучения к изложению материала, использование игровых методов)
Практическая часть	Правила работы и взаимодействия. Выполнение практической работы. Закрепление изученного материала. Физкультминутки.
III. Итоговый этап	Подведение итогов занятия. Рефлексия. Ритуал прощания.

Методический материал:

- КУГ (Приложение № 1),
- Программа тренинговых занятий «Шесть шагов к уверенному поведению»,
- Пособие для учителя «Полезные привычки»,
- Методика исследовательского обучения младших школьников (автор Савенков А. И.),
- Учебное пособие «Педагогическая технология» (автор Н. Щурковой),
- Рабочая тетрадь для школьников «Формула правильного питания»,
- Словарь используемых терминов (Приложение №2),

- Подборка сборников народных, подвижных игр.

Дидактический материал:

- опорные конспекты «Техники уверенного поведения», памятки «Правила группы», «Как достичь цели», «Как отстаивать своё мнение неагрессивно» и др.;
- карточки-задания: «Незаконченные пословицы и поговорки о здоровье», «Больной-здоровый человек», «Ценностные ориентиры», «Моя безопасность», «Волшебная страна чувств», «Ситуации» и др.;
- пиктограммы «Эмоции», «Мышление и диалоги», «Отрицательные личности», «Летние и зимние виды спорта» и др.;
- сюжетные картинки на темы: «Здоровее питание», «Чистота - залог здоровья», «Бабушкины рецепты», «Правила поведения» и т.д.;
- мультимедийные и видео материалы:
 - Мультимедийная презентация «Здоровьесберегающие методы для одарённых детей»,
 - Мультимедийная презентация «Создание творческого проекта»,
 - Мультфильмы и видеофильмы о вредных и полезных привычках,
 - Видеофильмы «Вода» и «Вода. Новое измерение» (режиссёр А. Попова, автор сценария М. Выйгер),
 - Видеофильм «Игра жизни. Время мечтать» (режиссёр А. Ананьев, автор сценария Е. Гутина),
 - Видеофильм-мотивация «Здоровый Образ Жизни» » (из серии детских работ «Выбор»),
 - Видеофильм «Что мы знаем о табаке? (Составитель Е.А. Линок),
 - Видеофильм «6 мифов об алкоголе» (МБЛПУ ЗОТ «Центр медицинской профилактики»).
- Интернет-ресурсы:
 - <http://obr.tomsk.ru/> - сайт Департамента образования администрации Города Томска;
 - <http://gaidarovka-metod.ru/> - сайт организационно-методического отдела ЦГДБ им. А.П. Гайдара;
 - <http://ped.bobrodobro.ru/> - коллективные и индивидуальные игры;
 - <http://cinematic.su/> - какие бывают видеоролики.
 - <https://www.youtube.com/> - социальный видеохостинг;
 - <http://zvezdochka.edu.tomsk.ru/> - сайт МАОУ ДО ДЮОЦ «Звёздочка»;
 - <http://detstvo.edu.tomsk.ru/> - авторский сайт Масленниковой А.В.

2.5. Список литературы

Список используемой литературы:

1. Будущее без наркотиков - здоровое поколение. - Томск: Департамент по молодежной политике, физической культуре и спорту Томской области, 2007.
2. Воробьева О.А. Психолого-педагогический комфорт как условие воспитания гармонично развитой личности в образовательных учреждениях нового типа. Автореферат диссертации на соискание учёной степени кандидата педагогических наук. - Коломна, 2000.
3. Воронова Е. Здоровый образ жизни в современной школе. Программы, мероприятия, игры. – М. : Феникс, 2011.
4. Гладышева, О.С. Уроки здоровья (метод, рекомендации для учителя, третий год обучения) // Здоровье школьников. – 2008. – №13 (1-15 июля). – С.3.
5. Донских И. Г. Убедить. Призвать. Добиться своего. – СПб: Речь , 2011.
6. Зарецкий В.В., Булатников А.Н., Портянская Л.А. Алгоритм разработки проекта по профилактике девиантного и аддиктивного поведения в образовательной среде. - Москва, 2011.
7. Здоровье. Учебно-методическое пособие для учителей (под ред. Касаткина В.Н., Щеплягиной Л.А). - Москва, 2007.
8. Здоровьесберегающая деятельность. Планирование, рекомендации, мероприятия. Сост. Чурилова Т. – М. : Учитель, 2013.
9. Иваницкая Е. Алкоголь, курение, наркотики: как выстроить систему эффективной профилактики. – М.: Чистые пруды, 2008. – 32с. – (Библиотечка «Первого сентября». Воспитание. Образование. Педагогика, Вып. 15.
10. Интегрированное и инклюзивное обучение в образовательном учреждении. Инновационный опыт. Сост. Соколова В. – М.: Учитель, 2013.
11. Комплексная модульная обучающая программа в рамках проекта «Здоровое будущее людей». Учебно-методическое пособие для учителей под ред. Лозовой В.В. - Уральский университет, 2005.
12. Красильникова О.А. Обучать и воспитывать творчеством. /Реабилитация творчеством - важнейшая составляющая коррекционно - развивающей работы.- СПб, 2003.
13. Матьяш О. В.. Межличностная коммуникация. Теория и жизнь. – СПб. : Речь, 2011.
14. Морозов М. А. Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний. Учебное пособие. – СПб.: Спец Лит, 2013.
15. Михеева А.А., Чечельницкая С.М. Сказка о тебе и других (Программа "Избирательной профилактики по употреблению психоактивных веществ для детей из асоциальных семей") - М.: Научно-методический центр "Диагностика. Адаптация. Развитие" им. Л.С. Выготского, 2005.

16. Наumenко Ю. Здоровьесберегающая деятельность школы. Мониторинг эффективности. Система работы, рекомендации, диагностические методики. – М.: Планета, 2011.
17. Образование детей с ограниченными возможностями здоровья. Сборник нормативных документов. Сост. Волосовец Т. –М.: Национальное образование, 2016.
18. Протопопова В. Управление здоровьесберегающим образовательным пространством современной школы. –М.: Учитель, 2014.
19. Стишенок И. В. Тренинг уверенности в себе. – СПб. : Речь, 2011.
20. Щуркова Н.Е. Педагогическая технология. – М.: Педагогическое общество России, 2005.
21. Щуркова Н.Е. Программа воспитания/13 гимназия г. Пензы, официальный сайт [электронный ресурс] - <http://www.gimn13-penza.org/index.php/2009-10-23-08-53-04/67-2010-01-28-10-58-04.html> - дата обращения 28.08.2019.
22. Савенков А.И. Методика исследовательского обучения младших школьников. - Самара: Изд-тво «Учебная литература», 2004.-80с.

Список литературы для детей:

1. Бейли Д. Все о моем теле: 50 важных советов для идеального здоровья и внешнего вида. Серия: Я взрослею! Я расту! – М.: Клевер Медиа Групп, 2013.
2. Качур Е. Если хочешь быть здоров. Серия: Детские энциклопедии с Чевостиком. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014..
3. Лоу Ф. Всё о моём здоровье: как правильно и вкусно питаться, чтобы быть здоровым, умным и красивым. Серия: Я взрослею! Я расту! – М.: Клевер Медиа Групп, 2013.
4. Таранов П. Секреты поведения людей. – М.: ФАЕР – ПРЕСС, 2007.
5. Чуковский К. Большая книга стихов и сказок. – М.: Махаон, 2010.
6. Чуб Н. Азбука здоровья. Серия: Энциклопедия для маленьких вундеркиндов. – Санкт – Петербург: Фактор, 2010.

Приложение №1

Календарный учебный график

№	Месяц, число	Раздел, тема	Форма занятия	Форма контроля	Кол-во часов

Приложение №2

Сводная карта результативности прохождения программы

[illegible]