****

**ПРОГРАММА «ЕСЛИ ХОЧЕШЬ БЫТЬ ЗДОРОВ»**

 **Пояснительная записка**

 В современных условиях дополнительное образование является полноправным партнером общего образования. Оно способствует развитию познавательных интересов и творческих способностей детей, удовлетворению их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном, физическом совершенствовании; выступает гарантом поддержки одарённых детей, детей с ограниченными возможностями здоровья и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Данная программа направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни, и здоровья.

 **Программа «Если хочешь быть здоров»** усиливает вариативную составляющую дополнительного образования, способствует реализации знаний и умений, стимулирует познавательную мотивацию обучающихся. А главное - дети могут развивать свои потенциальные способности, адаптироваться в современном обществе и получать возможность полноценной организации свободного времени. Программа учитывает:

- индивидуальные особенности ребенка (общительность, познавательные способности, уровень здоровья, особые таланты и т.д.);

 - собственные ожидания относительно системы дополнительного образования (дать ребенку знания, развить способности, организовать досуг, т.п.);

 - возраст ребенка;

**Актуальность**

 В настоящее время формирование интереса к здоровому образу жизни является приоритетным направлением деятельности с детьми и взрослыми. Статистика указывает на то, что количество абсолютно здоровых детей уменьшается из года в год. В связи с этим есть необходимость учить детей вести здоровый образ жизни, формировать повышенный интерес к своему здоровью, вооружить их знаниями благоразумного поведения в различных ситуациях.

 **Новизна**

Данная программа является комплексной, ее содержание соответствует современным образовательным технологиям, отраженным в принципах обучения, формах и методах обучения. В основу программы положены следующие принципы**:**

-принцип природосообразности: учет возрастных и индивидуальных особенностей детей, способствующий успешной самореализации ребенка; -принцип здоровьесбережения;

-принцип защиты личности каждого ребенка через развитие и реализацию его индивидуальных потенций;

-принцип личностного развития: развитие эмоциональной, интеллектуальной и духовной;

-принцип помощи в социально-психологической умелости, т. е. набора умений, дающего возможность повысить у подростка уверенность в себе, формирования желания к сотрудничеству и изменения чего-либо в своей жизни;

-принцип диалогизации взаимодействия.

**Результаты работы по программе:**

-программа поможет ребятам отдать предпочтение здоровому образу жизни;

- понять преимущества благоразумного поведения и уметь противостоять негативному давлению со стороны сверстников;

-правильно распоряжаться свободным временем;

-находить общий язык с родителями;

- понять проблемы переходного возраста;

-уметь ставить жизненные цели;

-определять своё призвание и научиться его реализовывать;

-осознавать и развивать в себе такие этические ценности, как уважение, ответственность, честность, справедливость, скромность и самоконтроль.

**Общее количество часов по программе: 108 час.**

**Образовательная программа руководствуется**:

- Законом РФ от 29 декабря 2012г.№ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной распоряжением правительства РФ о т 4 сентября 2014г. № 17 26-р;

- Приказом Минобрнауки России от 29 августа 2013года № 1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- СанПином 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

- Уставом учреждения;

- Положением о Службе дополнительного образования СОГБУ СРЦН «Исток»;

- Положением о Программе дополнительного образования СОГБУ СРЦН «Исток»

**Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п\п** | **Название образовательной области** | **Количество****часов****для детей****7-16 лет** |
| 1 | «Здоровячок» | 36 |
| 2 | «Школа безопасности» |  36 |
| 4 | "Азбука добра» | 36 |
| Итого: |  | 108 |

**Содержание**

 **Содержанием** дополнительной образовательной программы является совокупность познавательной, продуктивной, творческой деятельности детей, осуществляемой в рамках подпрограмм: «Школа безопасности»,

« Азбука добра», « Здоровячок».

 Данные подпрограммы ориентированы на изучение психологических особенностей личности, познание мотивов своего поведения, изучение методик самоконтроля, формирование личности как члена коллектива, а в будущем как члена общества, изучение межличностных взаимоотношений, адаптацию в коллективе, развитие представлений и формирование навыков здорового образа жизни.

**ПОДПРОГРАММА «ЗДОРОВЯЧОК»**

**Пояснительная записка**

 Современное, быстро развивающееся образование, предъявляет высокие требования к детям и их здоровью. Тем самым, обязывая образовательное учреждение создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. При этом здоровье рассматривается как сложный, многоуровневый феномен, включающий в себя физиологический, психологический и социальный аспекты. Именно образовательное учреждение призвано вооружить ребенка индивидуальными способами ведения здорового образа жизни, нивелируя негативное воздействие социального окружения.

**Актуальность, новизна**

 Приоритетность проблемы сохранения и укрепления здоровья воспитанников нашла отражение в многочисленных исследованиях ученых. Это подчеркивает необходимость формирования у ребят мотивации на ведение здорового образа жизни через организацию культурной здоровьесберегающей практики детей, через деятельные формы взаимодействия, в результате которых только и возможно становление здоровьесберегающей компетентности.

 Программа «Здоровячок» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Только наличие системы работы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни позволит сохранить здоровье воспитанников в дальнейшем.

 **Курс «Здоровячок» предназначен для детей в возрасте от 7 до 12лет**, составлен в соответствии с возрастными особенностями детей и рассчитан на проведение **1 часов в неделю**. Данный курс построен на основании современных научных представлений о физиологическом, психологическом развитии ребенка этого возраста.

**Цели:**

-формировать установки на ведение здорового образа жизни и коммуникативные навыки, такие как умение сотрудничать, нести ответственность за принятые решения;

-развивать навыки самооценки и самоконтроля в отношении собственного здоровья;

-обучать способам и приемам сохранения и укрепления собственного здоровья.

**Задачи:**

- формировать представления о факторах, оказывающих влияние на здоровье, о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

-формировать знания о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности,

- формировать знания о причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

- формировать знания об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни, влиянии эмоционального состояния на здоровье и общее благополучие;

-формировать навыки конструктивного общения, потребности безбоязненно обращаться к врачу по вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

-обучать осознанному выбору модели поведения, позволяющей сохранять и укреплять здоровье;

- обучать правилам личной гигиены, готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье;

- обучать элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

- обучать упражнениям сохранения зрения.

 **Формы и методы обучения:** беседы, занятия, игры, игрыразвлечения,конкурсы рисунков, викторины, конкурсные программы, праздники, экскурсии, дни здоровья, соревнования, спортивные состязания, тесты и анкетирование.

 **Содержание**

 Подпрограмма «Здоровячок», предполагает обучение на двух основных уровнях: первый - информативный, который заключается в изучении правил и закономерностей здорового образа жизни; второй — поведенческий, позволяющий закрепить социально одобряемые модели поведения.

**Подпрограмма «Здоровячок» состоит из 6 разделов:**

1. **«Первые шаги к здоровью»:** первичное ознакомление со здоровым образом жизни, формирование потребности в личной гигиене.
2. **«Питание и здоровье»**: основы правильного питания, гигиенические навыки культуры поведения во время приема пищи, кулинарные традиции современности и прошлого;
3. **«Моё здоровье в моих руках»:** влияние окружающей среды на здоровье человека, чередование труда и отдыха, профилактика нарушений зрения и опорно-двигательного аппарата;
4. **«Чтоб забыть про докторов»:** обучение здоровому образу жизни за счет формирования умений делать выбор «быть здоровым»;
5. **«Я и моё ближайшее окружение»:** развитие познавательных процессов, значимые взрослые, вредные привычки, мое настроение ориентировано на формирование позитивного отношения к самому себе, потребности в саморазвитии, стимулирование к самовоспитанию;
6. **«Вот и стали мы на год взрослей»:** первая доврачебная помощь в летний, осеннее-зимний, весенний периоды, опасности этих периодов.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Тема | Форма проведения мероприятия | Количество часов |
| **1.Первые шаги к здоровью** |
| 1.1 | Что мы знаем о ЗОЖ? | Беседа | 1 |
| 1.2 | Здоровье в порядке- спасибо зарядке | Занятие | 1 |
| 1.3 | Личная гигиена | Занятие | 1 |
| 1.4 | Физическая активность и здоровье | Беседа | 1 |
| 1.5 | В гостях у Мойдодыра | Праздник  | 1 |
| 1.6 | Что мы знаем о здоровье? | Тестирование | 1 |
|  | **Итого:** |  | **6** |
| **2.Питание и здоровье** |
| 2.1 | Витамины я люблю- быть здоровым я хочу | Беседа-игра | 1 |
| 2.2 | Культура питания. (Приглашаем к чаю. Этикет. Здоровая пища для всей семьи.) | Занятие | 3 |
| 2.3 | Смак | Игровая программа | 1 |
| 2.4 | Вредные микробы | Беседа | 1 |
| 2.5 | Чудесный сундучок | Викторина | 1 |
| 2.6 | Правильно ли Вы питаетесь | Тестирование | 1 |
|  | **Итого:** |  | **8** |
| **3.Мое здоровье в моих руках** |
| 3.1 | Соблюдаем мы режим, быть здоровыми хотим | Беседа | 1 |
| 3.2 | Советы доктора Воды | Занятие | 1 |
| 3.3 | Друзья Вода и Мыло | Занятие | 1 |
| 3.4 | Сон-лучшее лекарство | Занятие | 1 |
| 3.5 | Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья | Беседа | 1 |
| 3.6 | Береги зрение смолоду | Беседа | 1 |
| 3.7 | Как избежать искривление позвоночника | Занятие | 1 |
| 3.8 | Отдых для здоровья | Беседа | 1 |
| 3.9 | Мое здоровье в моих руках | Викторина | 1 |
|  | **Итого:** |  | **9** |
| **4. Чтоб забыть про докторов** |
| 4.0 | Вкусные и полезные вкусности | Конкурсная программа | 1 |
| 4.1 | Как защитить себя от болезней | Конкурс рисунков | 1 |
| 4.2 | Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься | Соревнование | 1 |
| 4.3 | Дальше, быстрее, выше | День здоровья | 1 |
|  | **Итого:** |  | **4** |
| **5. Я и мое ближайшее окружение** |
| 5.1 | Мир эмоций | Занятие | 1 |
| 5.2 | Вредные привычки | Беседа | 1 |
| 5.3 | Добро лучше, чем зависть, зло, жадность | Игра-беседа | 1 |
| 5.4 | Ваше здоровье | Тестирование | 1 |
|  | **Итого:** |  | **4** |
| **6. Вот и стали мы на год взрослее** |
| 6.1 | Я и опасность | Беседа | 1 |
| 6.2 | Не зная броду, не суйся в воду | Игра | 1 |
| 6.3 | Лесная аптека на службе человека | Экскурсия | 1 |
| 6.4 | Первая доврачебная помощь | Занятие | 1 |
| 6.5 | Чему мы научились и чего достигли | Анкета | 1 |
|  | **Итого:** |  | **5** |
|  | **Итого:** |  | **36** |

**Ожидаемые результаты:**

- осознание воспитанниками необходимости заботы о своём здоровье;

- выработка форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья;

- социальная адаптация детей, расширение сферы общения, приобретение опыта взаимодействия с окружающим миром.

 В результате реализации подпрограммы по формированию культуры здоровья у детей развиваются группы качеств: отношение к самому себе, отношение к другим людям, отношение к вещам, отношение к окружающему миру. Благодаря тому, что содержание данной программы раскрывает все стороны здоровья, воспитанники будут демонстрировать такие качества личности как: товарищество, уважение к старшим, доброта, честность, трудолюбие, бережливость, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

 **Подведение итогов работы в подпрограмме осуществляется путем заключительного тестирования и анализа полученных результатов.**

**Материально-техническое оснащение:**

**-** натуральные пособия (реальные объекты живой и неживой природы;овощи, фрукты, аптечка, зубные щетки, и др.)

- изобразительные наглядные пособия (рисунки, схематические рисунки, схемы, таблицы): картины русских художников; плакаты: «Мое тело», «Правильно чистим зубы», «Первая помощь при порезе», «Пропаганда здорового образа жизни», «Гимнастика для глаз» и др.; схемы: витаминная тарелка, профилактика инфекционных заболеваний и др.

- оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций***:*** компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Зайцев Г.К. «Уроки Айболита», Спб, 1997 г.
2. Зайцев Г.К. «Уроки Мойдодыра», Спб, 1997 г.
3. Зайцев Г.К. «Твои первые уроки здоровья», 1995 г.
4. Кисляковская В.Г., Васильева Л.П., Гурвич Д.Б. «Питание детей дошкольного и школьного возраста», Москва, «Просвещение», 1983 г.
5. Латохина Л.И. «Творим здоровье души и тела», Спб, 1997 г.
6. Мир детства: Младший школьник, Москва, 1988 г.
7. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. «30 уроков здоровья», Москва, 1998 г.
8. Ослепительная улыбка на всю жизнь: Методическое пособие по гигиене полости рта для начальной школы, под ред. Г.М. Королева, Москва, 1996 г.
9. Соковня -Семенова Н.Н. «Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь»: Учебное пособие, 2-е изд., стереотипное, Москва, 1997 г.
10. Татарникова Л.Г., Захаревич Н.Б, Калинина т. н. Валеология. Основы безопасности ребенка: Пособие к курсу валеологии «Я и мое здоровье» для школы первой ступени, Спб, 1997 г.
11. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. «Как я расту»: Советы психолога родителям», Москва, 1996 г.
12. Физкультура для всей семьи, сост. Т.В.Козлова, Т.А.Рябухина, Москва, 1989 г.
13. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. «Тридцать уроков здоровья для первоклассников»,  Методическое пособие, М.: ТЦ «Сфера», 2002.
14. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А. «Школа докторов природы или 135 уроков здоровья: 1-4 класс, М.: ВАКО, 2004.

**ПОДПРОГРАММА**

**«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»**

 **Пояснительная записка**

 Сегодня дети, как никогда раньше, подвергаются большой опасности в повседневной жизни. Поэтому необходимо использовать все доступные средства, чтобы защитить детей и, что еще важнее, научить их самостоятельно находить верное решение. В настоящее время в деле подготовки детей в области личной безопасности возрастает роль и ответственность системы образования. Только обучая детей через систему образования, можно обеспечить повышение уровня культуры их безопасности.

 Наиболее целенаправленно и полно эти вопросы можно рассмотреть в подпрограмме «Школа безопасности», содержание которой охватывает теорию и практику защиты детей от чрезвычайных ситуаций, вызванных человеческими и природными факторами.

 Образовательная подпрограмма «Школа безопасности» разработана с учетом возрастных физиологических и психологических особенностей воспитанников центра. Для обеспечения личной безопасности определяющую роль играет не столько уровень знаний ребенка об опасностях окружающего мира и способах защиты от них, сколько развитие практических навыков обеспечения собственной личной безопасности.

**Новизна подпрограммы**

Данная подпрограмма позволяет углубленно изучить чрезвычайные ситуации социального характера тем воспитанникам, которым это особенно необходимо. Она предназначена для формирования у детей сознательного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретения основополагающих знаний и умений по распознанию и оценке опасных ситуаций, определять способы защиты от них, а также ликвидировать их негативные последствия и уметь оказывать само- и взаимопомощь в доступном для детей в соответствии с возрастом объеме.

 В процессе обучения по данной программе дети приобретают знания, умения и навыки по поведению в быту, на улицах и дорогах, в природе; на занятиях рассматриваются необходимые меры по безопасности в обращении с животными и во многих других ситуациях.

 **Подпрограмма ориентирована на детей 10-17 лет**, достаточно доступна в усвоении для данных категорий детей и интересна при соответствующем подборе приемов и методов.

 **Подпрограмма рассчитана на 9 месяцев обучения, по 1 часу в неделю**

**Режим занятий*:*** занятия проводятся 1 раза в неделю. За академический час принимается занятие продолжительностью 45 минут**.**

 Все разделы подпрограммы логически взаимосвязаны и в целом представляют область знаний, необходимых для достижения поставленных целей и решения выдвигаемых задач, для развития и воспитания личности, уверенной в себе, представляющей картину опасностей окружающего мира. Каждый раздел представляет собой самостоятельный блок, имеющий свои специфические задачи и структуру. Занятия направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

 В процессе обучения активно используются различные формы проведения групповых занятий: игровые задания, тесты, викторины, которые вызывают у детей желание развивать творческую деятельность в усвоении пройденных тем.

 **Способами определения результативности** являются разнообразные виды и формы проверки знаний, умений и навыков. Это кроссворды, тесты, тренинги, интеллектуальные и дидактические игры, викторины, ситуативные задачи. Они направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

**Цели:**

-  освоить знания об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;

-  развить качества личности, необходимые для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- воспитать чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

- овладеть умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

**Задачи:**

**-**  формировать навыки безопасного поведения;

-  ознакомить с опасностями, угрожающими ребенку в современной жизни;

-  изучить методы и приемы защиты от опасностей;

-  изучить основы медицинских знаний;

-  обучить практическим навыкам оказания само - и [взаимопомощи](http://pandia.ru/text/category/vzaimopomoshmz/) в экстремальных ситуациях;

-  изучить основы здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;

-  расширить кругозор;

-  развить воображение детей;

- стимулировать развитие самостоятельности и ответственности у детей за свою жизнь и здоровье.

**Формы и методы обучения**

 Для достижения поставленных в подпрограмме задач предполагается использовать следующие **формы**обучения:

-занятия,

-практические работы,

-конкурсы,

-тренинги,

-развлечения,

-экскурсии,

-проекты,

-исследовательская деятельность,

-развлечения.

 **Методы**обучения:

-рассказ,

-беседа,

-демонстрация опыта,

-демонстрация наглядных пособий,

-оформление альбомов,

-эксперимент,

-работа с литературой.

**Ожидаемые результаты:**

- у детей сформируются навыки безопасного поведения;

- дети  ознакомятся с опасностями, угрожающими ребенку в современной жизни;

- дети  изучат методы и приемы защиты от опасностей;

-  дети изучат основы медицинских знаний;

-  дети обучатся практическим навыкам оказания само - и [взаимопомощи](http://pandia.ru/text/category/vzaimopomoshmz/) в экстремальных ситуациях;

- дети  изучат основы здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;

- у детей разовьется самостоятельность и ответственность за свою жизнь и здоровье.

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Количество часов | Форма проведения |
| 1. | Вредные привычки. | 1 | занятие с анкетированием |
| 2. | Злой волшебник-табак. | 1 | занятие |
| 3. | Алкоголь - наш общий враг. | 1 | занятие |
| 4. | Наркомания-шаг в бездну. | 1 | занятие |
| 5. | Как сказать НЕТ вредной привычке. | 1 | занятие с элементами тренинга |
| 6. | Как уберечься от морозов. | 1 | занятие |
| 7. | Правила жизни. | 1 | практическое занятие |
| 8. | Почему мы болеем. | 1 | беседа |
| 9. | Простудные заболевания. | 1 | занятие |
| 10. | Инфекционные заболевания. | 1 | занятие |
| 11. | Ледоход. | 1 | занятие |
| 12. |  Как рождаются опасные ситуации. | 1 | беседа |
| 13. | Внимание, дорога!Светофор – наш друг и помощник. | 1 | занятие |
| 14. | Путешествие в страну дорожных знаков. | 1 | практическое занятие |
| 15. | Правилам перехода проезжей части дороги. | 1 | практическое занятие |
| 16. | Как вести себя с незнакомыми людьми на улице. | 1 | практическое занятие |
| 17. | Терроризм – это опасно! | 1 | занятие |
| 18. | Безопасность при любой погоде. | 1 | занятие |
| 19. | Если солнечно и жарко. | 1 | беседа |
| 20. | Если на улице дождь и гроза. | 1 | беседа |
| 21**.** | Правила безопасности на воде летом. | 1 |  занятие |
| 22. | Предосторожности при общении с животными. | 1 | занятие |
| 23. | Ядовитые растения и грибы. | 1 | занятие-экскурсия |
| 24. | Я здоровье берегу - сам себе я помогу. | 1 | конкурс рисунков |
| 25. | Умеем ли мы правильно питаться. | 1 | беседа-диспут |
| 26. | Я выбираю ЗОЖ! | 1 | практическое занятие |
| 27. | Здоровье в порядке-спасибо спорту и зарядке! | 1 | спортивное развлечение |
| 28. | Первая помощь при травмах. | **1** | занятие |
| 29. | Оказание первой медицинской помощи при несчастных случаях. | 1 | практическое занятие |
| 30. | Как могут стать опасными обычные домашние вещи. | 1 | занятие |
| 31. | Как подружиться с электричеством током. | 1 | занятие |
| 32. | Что делать при запахе газа. | 1 |  занятие |
| 33. | Огонь – враг и друг. | 1 | беседа - презентация |
| 34. | Поговорим о домашней аптечке. | 1 | занятие |
| 35. | Ледостав. | 1 | занятие |
| 36. | Путешествие в страну Здоровья. | 1 | развлечение |
|  | Всего | 36 |  |

**Содержание подпрограммы**

1. **Безопасное поведение на улице.**

 **Задачи:**

- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни и правилами безопасного поведения;

- приобретение умений и навыков адекватного поведения в опасных ситуациях;

- развитие коммуникативных способностей, расширение кругозора, развитие речи, памяти, внимания.

- ознакомление с правилами поведения участников дорожного движения;

- правила безопасного поведения пешехода на дороге, на улице в сильный гололед, при переходе проезжей части дороги;

- приобретение умений и навыков безопасности пассажира;

- ознакомление с правилами пожарной безопасности;

- приобретение умений и навыков адекватного поведения при возникновении пожара;

- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни на улице, в подъезде дома и квартире;

- закрепления представления детей об опасных для жизни и здоровья предметах и ситуациях, которые встречаются в жизни, правильном поведении при контактах с незнакомыми людьми;

- приобретение умений и навыков адекватного поведения в случае терроризма.

 **2. Безопасное поведение дома.**

**Задачи:**

- обобщить и систематизировать знания детей о безопасном поведении дома;

- познакомить с правилами безопасного поведения дома;
- формировать правила поведения обеспечивающих безопасность детей дома;-научить учащихся работать с памятками безопасного обращения с огнем, электроприборами, лекарствами, газом, поведения в ситуации «Один дома»;

- способствовать формированию желания детей выполнять составленные правила;

- обучить безопасному поведению дома;

- корректировать ориентировки в пространстве через правила безопасного поведения дома;

- воспитывать культуру поведения дома.

-воспитывать у детей осторожность при контактах с незнакомыми людьми.

 **3. Безопасное поведение в природе.**

**Задачи:**

- ознакомление с правилами поведения на природе;

- отработка практических навыков безопасного поведения на природе;

- развитие познавательной активности личности;

- развитие коммуникативных свойств личности;

- создание положительного эмоционального микроклимата в группе;

- приобретение умений и навыков адекватного поведения при общении с животными;

- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку на воде: при купании в открытых водоемах, при нахождении на плавательном средстве (байдарках, плотах, лодках и т.д.) при ледоставе, ледоходе;

- формирование умений и навыков оказания первой медицинской помощи утопающему, при отравлениях ядовитыми растениями;

- приобретение умений и навыков адекватного поведения в критически опасных ситуациях при любой погоде.

**4. Вредные привычки**

**Задачи:**

**-** ознакомить с вредными привычками и их последствиями;

**-** разобраться в причинах появления вредных привычек у детей;

**-** воспитывать негативное отношение к курению, употреблению алкоголя, токсикомании и наркомании;

**-** корректировать и развивать качества личности, которые помогут противостоять соблазну улицы (сверстников и взрослых);

- дать рекомендации по осуществлению профилактических мер;

- пропагандировать здоровый образ жизни.

 **5. Твоё здоровье**

**Задачи:**

- изучить и освоить основы здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное развитие и реализацию способностей и запросов личности;

- формировать элементарные знания о болезнях;

- разъяснить важность организованной жизни и деятельности человека как одного из основных факторов здоровья;

- пропагандировать здоровый образ жизни;

- укреплять здоровье подростков через занятия физкультурой, спортом;

- формировать мотивационную сферу гигиенического поведения, безопасной жизни, обеспечивающей физическое и психическое саморазвитие.

**6. Первая медицинская помощь**

**Задачи:**

- дать представление о различных видах травм, ушибов, повреждений и причинах их возникновения;

- изучить основы и правила оказания первой медицинской помощи при травмах, при укусах ядовитых животных и растений;

- ознакомить со средствами оказания первой медицинской помощи при укусах ядовитыми животными и растениями;

- отработать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, переломах конечностей;

- приобрести умения и навыки адекватного поведения в опасных природных ситуациях.

**Материально-техническое обеспечение**

Групповая комната, спортивная площадка, телевизор, мультимедийный комплекс, спортивное оборудование и инвентарь, музыкальный центр, развивающее оборудование.

**Список  учебно-методической  литературы.**

1.Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 5 класса. – М., Просвещение, 2012.

2.Волович, В. Г. Как выжить в экстремальной ситуации / В. Г. Волович. - М: Знание, 1990.

3.Гостюшин, А. В. Энциклопедия экстремальных ситуаций / А. В. Гостюшин. - М.: Зеркало, 1994.

4.Гражданская оборона / под ред. генерала армии А. Т. Алтунина. -М.: Воениздат, 1982.

5.Поляков, В. В. Безопасность человека в экстремальных ситуациях / В. В. Поляков, Е. А. Сербаринов. - М, 1992.

6.Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах. -М.: Воениздат, 1990.

7.Проблемы безопасности при чрезвычайных ситуациях. - М: ВИМИТ, 1993.

8.Справочник лекарственных растений. - М., 1999.

9.Справочные данные о чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и экологического происхождения. - Ч. 2. - М.: МЧС, 1995.

10.Чрезвычайные ситуации и защита от них / сост. А. Бондаренко. - М., 1998

# **ПОДПРОГРАММА «АЗБУКА ДОБРА»**

# **Пояснительная записка**

 Подпрограмма направлена на социальную адаптацию ,повышение уровня готовности обучающихся к взаимодействию с различными социальными

 институтами на основе формирования знаний о нравственных основах в

 обществе.

 Нравственное развитие и **воспитание** детей являются одной из сложнейших задач **воспитания** и условиях современного мира. В современном обществе, где всё чаще отмечаются различные проявления эмоциональной ограниченности, замкнутости на собственных интересах, нарастание жестокости, агрессивности, проблема нравственного развития и воспитания становится всё актуальной.

 **Актуальность** выбранной темы определяется тем, что нравственное воспитание подрастающего поколения является неоспоримой и важнейшей целью, стоящей

 перед педагогами, родителями, обществом и государством в целом.

 **Новизна** данной программы по нравственному воспитанию детей опирается на понимание приоритетности воспитательной работы, направленной на подготовку ответственного гражданина, способного самостоятельно мыслить и оценивать происходящее, строить свою жизнь и деятельность в соответствии с собственными интересами и с учётом интересов и требований окружающих его людей и общества в целом. Решение данной задачи тесно связано с формированием устойчивых нравственных качеств личности.

 Нравственное развитие и **воспитание** детей — основа всех основ. От того, что вложил педагог в душу ребёнка в этом возрасте, будет зависеть, что возведёт он сам в дальнейшем, как будет строить свои отношения с окружающим его миром. Выполнение отдельными людьми нравственных требований контролируется всеми членами определённого сообщества, например детского сада, ученического класса, трудового коллектива, жителей деревни и т.п. Следовательно, **подпрограмма педагогически целесообразна,** так как её цель состоит в том, чтобы социально необходимые требования, предъявляемые обществом, превратить во внутренние стимулы развития личности каждого ребенка, воспитать такие социально значимые качества личности, как долг, честь, совесть, достоинство, толерантность, милосердие.

 Понятие «нравственное воспитание» достаточно широкое. Сердцевина воспитания — развитие нравственных чувств личности. Когда воспитаны эти чувства, то человек как бы непроизвольно правильно ориентируется в окружающей жизни.

 Составной частью нравственного воспитания является формирование у детей представления об общении и этикете, то есть о правилах, которые охватывают поведение в общественных местах, формы обращения, приветствий, манеры, стиль одежды. Знание этих правил позволяет человеку вести себя соответственно ситуации, в согласии с нормами, принятыми в данном обществе, что определяет дальнейшее гармоничное развитие личности и общества в целом.

 Переживания, связанные с нрав­ственными проявлениями личности, такими как чувство любви к своей Родине, чувство гордости за великую историю нашей страны, уважение к государственной символике России, являются одной из сторон патриотического воспитания, которое также является частью нравственного.

 **Условия,** при которых формирование и развитие нравственных качеств личности ребенка будет происходить наиболее эффективно следующие:

- осуществление индивидуального подхода, строго учитывающего уровень и характерные недостатки развития каждого воспитанника;

- создание культурно-нравственного образца поведения ;

- включение в процесс формирования нравственных основ различных форм фронтальной и дифференцированной помощи детям;

- оценка результатов деятельности по критерию относительной успешности;

 - активизация ближайшего социального окружения детей в процессе работы, направленной на выработку общей стратегии действий по реализации данной программы, интеграция индивидуальных целей в общественную.

 В данной подпрограмме выделены следующие направления деятельности:

- формирование представлений о нравственных нормах жизни, общении, этикете;

- развитие нравственных качеств личности;

- воспитание гражданственности и патриотизма.

 **Формы занятий, применяемые в подпрограмме**: этические беседы, конкурсы, турниры вежливости, ролевые игры, праздники, совместные выпуски стенных газет, коллективная творческая деятельность и т.д.

 **Цель:** формирование нравственных ценностей у детей, развитие личности каждого ребенка, через воспитание таких социально значимых качеств , как долг, честь, совесть, достоинство, толерантность, милосердие.

 **Задачи :**

- формировать у детей представления о нравственных нормах жизни, общении, этикете;

- формировать потребности и мотивы нравственного поведения;

- развивать нравственные качества личности такие, как честность, ответственность, порядочность, доброта, желание помогать другим людям, уметь признавать свои ошибки и др.;

- развивать способность строить межличностные отношения, опираясь на моральные принципы, нормы и правила поведения;

- воспитывать невосприимчивость к аморальному поведению в учебной, трудовой, общественной деятельности, в личных делах и поступках товарищей;

- воспитывать патриотические чувства: любовь к своей Родине, к земле, где родился и вырос; чувства гордости за свою страну; уважение к государственной символике России;

- формировать гражданственность и ответственность, желание быть полезным стране;

- мотивировать воспитанников на изучение правил общения и этикета;

- способствовать формированию позитивной позиции по отношению к окружающему миру, людям, себе;

- развивать стремление к осмыслению себя, своих поступков и поведения;

- обогатить эмоциональный мир детей;

 **Участники подпрограммы в возрасте 7 – 13 лет.**

 **Сроки реализации программы*:*** программа рассчитана на 9 месяцев и включает в себя 36 занятий.

 **Режим занятий*:*** занятия проводятся 1 раза в неделю. За академический час принимается занятие продолжительностью 45 минут**.**

**Ожидаемые конечные результаты:**

- формирование у воспитанников навыков и привычек нравственного поведения;

- обогащение эмоционального мира детей и формирование у них нравственных чувств;

- накопление и обогащение опыта нравственного поведения детей;

-вооружение детей знаниями о морали, формирование моральных норм;

-формирование чувства гордости за свою Родину;

-знание гимна и Государственной символики России;

-получение детьми целостного представления о культуре поведения;

-наличие хороших манер;

-умение анализировать и оценивать свои поступки и поступки других с точки зрения культуры поведения и норм нравственных отношений;

-развитие позитивных качеств личности подростка: уверенности в себе, в своих силах, доброжелательности, терпимости, умения сотрудничать;

-положительные отзывы о детях других сотрудников центра.

Главный результат заключается в усвоении ребенком вечных ценностей:

милосердия, правдолюбия, в стремлении его к добру и неприятию зла.

 Диагностика результатов развития личности воспитанника является главным содержанием деятельности по определению эффективности воспитательного процесса. Основное предназначение воспитания заключается в его развивающем влиянии, поэтому только происходящие изменения в личности ребёнка могут свидетельствовать о его эффективности.

 Вся деятельность с детьми выстраивается на основе социально-педагогической диагностики воспитанников. При её проведении используются следующие формы и методы работы: анкетирование, тестирование, наблюдения и беседы с детьми. Диагностическая работа проводится: первичная – на начало занятий , затем – промежуточная и итоговая. Результаты промежуточной и итоговой диагностики позволяют определить уровень сформированности нравственной воспитанности подростков. При проведении диагностических мероприятий используются методики Ю.В.Третьякова («Характеристика уровней воспитанности школьников») и М.И.Шиловой («Диагностика уровня нравственной воспитанности детей»).

 **Формы подведения итогов реализации** дополнительной образовательной подпрограммы: проведение праздника, круглого стола, выполнение проектов, тестирование.

**Структура подпрограммы**

 Разработанная программа состоит из трёх тем (блоков). Первый тематический блок включает воспитательные мероприятия под общим названием «Нравственные нормы жизни», второй блок – « Общение и этикет», третий – « Патриотическое воспитание». Программа реализуется в различных формах взаимодействия.

 **Учебный план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № |  Перечень разделов |  Количество часов |
|  |
| I. |  Нравственные нормы жизни. | 14 |
| II. |  Общение и этикет. | 14 |
|  III. |  Патриотическое воспитание. | 8 |
|  |  Итого: |   | 36 |

 **Перспективно- тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название | часы | Задачи программы | Формы взаимодействия |
| I | **Нравственные нормы жизни.** |   |  |   |
| 1. | Воспитание и культура. Четыре основных правила нравственного воспитания. | 1 ч. | - формировать сознание, нравственные чувства и навыки нравственного поведения;- учить дискутировать и высказывать свою точку зрения; | • час общения с элементами дискуссионного практикума |
| 2. | Нравственные ценности.  | 2 ч. | - учить разрешать нравственные проблемы; развивать нравственные чувства и навыки нравственного поведения; | • ситуативныйпрактикум • проектнаядеятельность |
| 3. | Человеческие ценности. | 1 ч. | - развивать нравственные качества личности; |  • диспут |
| 4. | Вера. Доверие. | 1 ч. | - развивать механизмы нравственного самовоспитания; | • ролевая игра |
| 5. | Добро и зло.Терпимость. | 1 ч. | - поразмышлять о нравственных ценностях, о сложности нравственного выбора; | • час общения с элементами тренинга |
| 6. |  Как зависть душу разъедает. | 1 ч. | - стимулировать у детей стремление к самовоспитанию; | • беседа – размышление с элементами дискуссионного практикума |
| 7. | Характер человека.  | 1 ч. | - развивать стремление формировать свой характер; | • чассамопознания   |
| 8. | Собственное «Я».  | 1 ч. | - сформировать положительный образ «Я»; | • круглый стол • тест-анкета«Знаю ли я себя?» |
| 9. | Визитная карточка человека.  | 2 ч. | - развивать у детей способность к самопознанию и самоанализу; | •диалог - размышление• тест «Вашаиндивидуальность  |
| 10 | Полезные и вредные привычки.  | 2 ч. | - формировать потребность в здоровом образе жизни, устойчивое негативное отношение к вредным привычкам; | • круглый стол с острыми углами •презентация •тест «Уровень моего физического развития» |
| 11 | Учись говорить «нет». | 1 ч. | - формировать умение активного противостояния пагубным привычкам; | • ситуативный практикум с элементами тренинга |
| 12 | Традиционный праздник «Поздравляем с днём рождения! | 1 ч. | - создавать нравственную среду воспитания в центре «Исток»; | • праздник  |
| II. | **Общение и этикет** |   |   |   |
| 1. | Культура общения. | 1 ч. | - познакомить с основными понятиями, связанными с этикетом, культурой общения и поведения; | • тематический час |
| 2. | Хорошие манеры.  | 2 ч. | - формировать правила хорошего тона, культуры поведения и отношений; | • обучающая игра• тест «Насколько ты конфликтный человек?» |
| 3.  | Правила хороших манер. | 1 ч. | - развивать коммуникативные способности и социальную компетенцию; |  • игра |
| 4. | Люди существуют друг для друга.  | 1 ч. | - помочь детям понять необходимость и ценность общения; сформулировать представления о правилах общения; | • час общенияс элементамитренинга• тест «Воспитанный ли я?»  |
| 5. | Быть вежливым совсем непросто. | 1 ч. | - воспитывать в детях вежливость и дружелюбие, уважение и чуткость к окружающим людям; | • час общенияс элементамиигры  |
| 6. | Давайте жить дружно.  | 1 ч. | - развивать коммуникативные навыки детей ; |  • беседа - диалог |
| 7. | Мой друг.  | 1ч. | - расширить представление детей о межличностных отношениях, о дружбе - как важнейшей нравственной ценности; | • круглый стол • тест «А умеешь ли ты дружить?»  |
| 8. | Как бороться с конфликтами.  | 1ч. | - научить ребят оценивать конфликты и своё участие в них, вымышленное или реальное; | • психологическая игра• тест « Оценкасобственного поведенияв конфликтной ситуации» |
| 9. | Учимся предотвращать и разрешать конфликты. | 1ч. | - научить детей относиться друг к другу уважительно, усвоить некоторые правила бесконфликтного общения и выхода из конфликта; | • ситуативный практикум • тест «Уровеньконфликтности личности » |
| 10 | Этикет и этика. Культура общения. Манеры. | 1ч. | - сформировать представление подростков об основных этических нормах и правилах культуры общения; | • диалог - размышление |
| 11 | Азбука вежливости или этикет на каждый день.  | 1 ч. | - сформировать представление о понятии «этикет», познакомить с видами этикета; | • обучающая игра -практикум  |
| 12 | Внешний вид. И одежда должна быть прекрасной. | 1 ч. | - познакомить с понятиями «вкус», «элегантность», «мода», правилами выбора одежды; | • ситуативный практикум |
| 13 | Этикет в вопросах и ответах. | 1 ч. | - развивать навыки культуре поведения детей в повседневной жизни; |  • конкурс знатоков этикета |
| 14 | Школьная форма. Нормы и правила поведения в школе. | 1 ч. | - расширить представление о «школьном этикете»; | • занятие с элементами тренинга |
| III | **Патриотическое воспитание.**  |  |  |  |
| 1. | Великие сыны России. «Честь имею!» | 1 ч. | - воспитывать чувство патриотизма, верности Отечеству, расширять и углублять знания о выдающихся людях России; | • тематический устный журнал |
| 2. | Нашей армии герои. День Защитника Отечества. | 1 ч. | - воспитывать готовность к достойному и самоотверженному служению Отечеству и народу; | • праздник |
| 3. | Войны священные страницы навеки в памяти людской… | 1 ч. | - расширить представление о героизме нашего народа в годы ВОВ; | • литературно – музыкальная композиция |
| 4. | Подвигу народа жить в веках! | 1 ч. | - воспитыватьпатриотические чувства, развивать творческие способности детей; | • выставка творческихРабот детей «День Победы!»  |
| 5. | Правовой статус несовершеннолетних. | 1 ч. | - сформировать у детей общее представление об ООН и принятых ею документах, познакомить с Конвенцией ООН о правах ребёнка;  | • правовая информация  |
| 6. | Гражданство и гражданин. | 1 ч. | - сформировать представление о единстве прав и обязанностей гражданина в обществе; | • беседа- диалог с элементами дискуссии и игры |
| 7. | Моя Родина – Россия! | 1 ч. | - прививать чувство патриотизма и гордости за свою Родину;- познакомить с историей государственных символов России. | • тематический устный журнал  |
| 8. | Человек сам себе воспитатель. | 1 ч. | - подведение итогов занятий. | • круглый стол |
|  | Итого  | 36ч. |  |  |

Методическое обеспечение

 **Основная форма занятий с детьми*:*** тематическая совместная деятельность.

 **Методы,** используемые для реализации программы: *наглядный, словесный, практический.*

 *Наглядный метод* используется во время: показа видеоматериалов, иллюстраций, проведения обучающих игр, викторин, конкурсов, экскурсий, посещения музеев, библиотек.

 *Словесный метод* предоставляется наиболее эффективным в процессе: обсуждения проблемных ситуаций, бесед с элементами диалога, бесед – обсуждений, бесед – размышлений, часа общения, тематического часа, часа самопознания, ситуативного практикума.

 *Практический метод* используется, когда необходимо: организовать продуктивную деятельность, провести тренинги, ролевые игры, тесты, тесты-анкеты; организовать проведение круглого стола, постановку сценок, провести праздники, экскурсии различной направленности, изготовить наглядные пособия, заняться с детьми проектной деятельностью, принять участие в городских мероприятиях.

 Оборудование и техническое оснащение занятий: дидактический материал (наглядные пособия, раздаточный материал в виде тестов и анкет, иллюстрации, комплект презентаций, аудиозаписи); канцтовары, ноутбук, музыкальный центр, медиакомплекс.

Используемая литература

1. Военно-патриотическое воспитание в школе. Волгоград: Издательство «Учитель», 2006

2. Герасимова В.А. Классный час играючи. Москва, 2003

3. Из родословной государственной символики: Герб. Флаг. Гимн.// Домашний лицей. 2001г. №1.

4. Классные часы в 5-7 классах. Ростов-на-Дону: Феникс. Национальный проект «Образование», 2007

5. Классные часы в 7-9 классах. Ростов-на-Дону: Феникс. Национальный проект «Образование», 2007

6. Лом И.М. Правила хорошего тона. Смоленск, 1993

7. Лунина Е.И. Настольная книга классного руководителя 5 -8 классов.

8. Лунина Е.И., Шепурёва Н.С. Школа радости. Ростов-на-Дону,2002

 9. Научно-методический журнал «Классный руководитель». М.: Центр «педагогический поиск», 2000 №1; 2001 №1,2,3,6,7,8; 2002 №2; 2004 №1,3; 2007 №3,4.

10. Научно-методический журнал «Воспитание школьника». М.: Школьная пресса, 2005 №6,8; 2007 № 3; 2008 №9; 2010 №1,23.

11. Ромашкова Е.И. картотека форм нравственного воспитания учащихся. М.: Творческий центр, 2005

12. Суслов В.Н. Радость доброты. Тесты и практические задания. Ростов-на-Дону: Легион, 2012

13. Шилова М. И. Изучение воспитанности школьников. М., 1982.

14. Шилова М. И. Методика «Изучение воспитанности учащихся». М., 1990

15. Шилова М. И. Учителю о воспитанности школьников. М.: Педагогика, 1990. (Б-ка учителя и воспитателя).