

Управление социального развития  
Администрации Щучанского муниципального округа Курганской области  
Муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Дом детства и юношества»

РАССМОТРЕНО  
на методическом совете

« 13 » 08 2023  
Протокол № 1



УТВЕРЖДАЮ  
директор ДДО

В.Ю. Лагойда

« 29 » 08 2023

Приказ № 29

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

**«ПОЛЕЗНЫЕ ПРИВЫЧКИ»**

направленность: социально-гуманитарная

уровень освоения программы: базовый

возраст обучающихся: 7-11 лет

срок реализации: 4 года

Автор-составитель: Хурамжина Наталья Николаевна,

*педагог дополнительного образования*

Консультант: Акулова Елена Евгеньевна

*ЗДУМР*

Щучье 2023

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3
<b>Раздел 1 КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДООП</b>	<b>5</b>
1.1. Пояснительная записка	5
1.2. Цель и задачи программы	9
1.3. Планируемые результаты	10
1.4. Рабочая программа	13
1.4.1. Сводный учебный план	13
1.4.2. Учебный план 1 год обучения	14
1.4.3. Учебный план 2 год обучения	15
1.4.4. Учебный план 3 год обучения	15
1.4.5. Учебный план 4 год обучения	16
1.4.6. Содержание программы 1 год обучения	17
1.4.7. Содержание программы 2 год обучения	22
1.4.8. Содержание программы 3 год обучения	25
1.4.9. Содержание 4 год обучения	29
1.4.10. Тематическое планирование 1 год обучения	33
1.4.11. Тематическое планирование 2 год обучения	34
1.4.12. Тематическое планирование 3 год обучения	35
1.4.13. Тематическое планирование 4 год обучения	36
<b>Раздел 2 КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ</b>	<b>38</b>
2.1. Календарный учебный график	38
2.2. Формы аттестации/ контроля	38
2.3. Материально-техническое обеспечение	39
2.4. Информационное обеспечение	40
2.5. Кадровое обеспечение	40
2.6. Методические материалы	41
2.7. Оценочные материалы	48
2.8. Список литературы	49
<ul style="list-style-type: none"> <li>• нормативно-правовые документы</li> <li>• литература для педагога</li> <li>• литература для обучающихся</li> <li>• литература для родителей</li> <li>• электронные образовательные ресурсы</li> </ul>	
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b>	<b>53</b>

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Автор-составитель программы	Хурамжина Наталья Николаевна
Наименование программы	«Полезные привычки»
Детское объединение	«Формула позитива»
Направленность программы	социально-гуманитарная
Тип образовательной программы	модифицированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Срок реализации	4 года
Объём часов	144
Возраст обучающихся	7-11 лет
Область реализации программы	дополнительное образование детей
Уровень освоения	базовый
Формы организации познавательной деятельности	индивидуальная групповая фронтальная коллективная
Цель программы	овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ
Задачи программы	<p><i>образовательные</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем</li> <li>• способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними; лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению</li> <li>• формировать навыки здорового образа жизни и поддержания положительных межличностных отношений</li> <li>• способствовать расширению знаний и кругозора о ЗОЖ, о значении его в жизни человека</li> <li>• познакомить с элементарным строением своего организма в доступной, занимательной форме с учётом индивидуальных, возрастных, психологических особенностей детей.</li> <li>• способствовать формированию и проявлению у ребёнка психологического механизма – рефлексии, многосторонней деятельности, направленной на самопознание, самообразование и самоанализ своих поступков.</li> <li>• формировать умение экологически взаимодействовать с окружающей средой, устанавливать взаимосвязь между ней и организмом человека</li> </ul> <p><i>развивающие</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• развивать у детей мотивации к здоровому образу жизни, потребности в освоении способов сохранения и улучшения своего здоровья и здоровья окружающих людей</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать навыки здорового образа жизни, научить детей ценить и сохранять свое здоровье и здоровье окружающих, способствовать отношениям взаимной помощи и поддержки в коллективе перед лицом опасности, которую в современном обществе несет с собой употребление ПАВ</li> <li>• формировать навыки эффективно общения; развивать ключевые компетенции обучающихся</li> <li>• развитие у детей потребности к познанию и совершенствованию себя и окружающего мира</li> <li>• развитие познавательной сферы обучающихся</li> <li>• развитие санитарно-гигиенических и культурно - гигиенических умений и навыков</li> <li>• развитие интеллектуальной деятельности обучающихся, внимательности, наблюдательности, логического мышления, творческого воображения и фантазии детей через викторины, игровые упражнения, выполнение творческих проектов</li> <li>• развитие основных психических процессов: памяти, внимания, восприятия, мышления, речи и эмоционально-волевой сферы детей</li> </ul> <p><i>воспитательные</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитание у ребёнка заботы о своём организме, желания быть всегда здоровым</li> <li>• воспитание у ребёнка самоуважения, чувства социальной значимости, самоутверждения в своей неповторимости, индивидуальности в глазах сверстников и взрослых</li> <li>• формировать установку на здоровый образ жизни и умение следовать ему</li> <li>• воспитывать духовно-нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, эмпатию, чувство товарищества, и т. д.), эстетические чувства и интересы, эмоциональную сферу личности ребёнка.</li> <li>• Формировать положительную мотивации у обучающихся в процессе занятий, положительные эмоции, позитивное отношение к самому себе и окружающему миру</li> </ul>
С какого года реализуется программа	2013 2022 – в новом формате

# РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Полезные привычки» (далее по тексту ДООП «Полезные привычки»), разработана муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования «Дом детства и юношества» (далее МБУДО ДДЮ) самостоятельно, в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации «Об образовании» от 29 декабря 2012 года, № 273 – ФЗ, на основе рекомендаций по организации образовательной и методической деятельности при реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ

<b>Направленность программы</b>	Социально-гуманитарная
<b>Актуальность программы</b>	<p>Актуальность ДООП «Полезные привычки» обусловлена приоритетным направлением политики в области образования на сохранение здоровья детей. Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся является одной из важнейших задач современного образования и требование сохранения здоровья обучающихся находятся на первом месте в иерархии запросов к результатам образования и реализуется в соответствии со стратегических документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации.</p> <p>В процессе обучения в соответствии с идеями здоровьесберегающих образовательных технологий ставится задача сформировать у младших школьников необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни и научить использовать полученные знания в повседневной жизни.</p> <p>Обучение младших школьников бережному отношению к своему здоровью, начиная с раннего детства - актуальная задача современного образования.</p> <p>ДООП «Полезные привычки» ориентирована на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, расширение знаний и навыков по ЗОЖ.</p>
<b>Педагогическая целесообразность программы</b>	<p>Занятия по ДООП «Полезные привычки» призваны помочь в решении одной из важнейших задач, которая стоит перед педагогом - формирование у младших школьников системы знаний и убеждений, обеспечивающих положительное отношение к себе, к своему здоровью, к окружающему миру.</p> <p>Уважительное отношение к своему здоровью необходимо начинать с раннего детства. Необходимо вести профилактическую работу с детьми, воспитывать в них стойкое отвращение к табаку, алкоголю, наркотикам.</p> <p>Воспитывая ребенка, мы часто употребляем слово «привычка». К вредным привычкам учащихся мы относим безответственность, отсутствие умения плодотворно трудиться, неорганизованность и многое другое. Но мы, взрослые, не задумываемся над тем, что в основе вышеперечисленных проблем лежит отсутствие привычки у ребенка к тому, чтобы быть здоровым духовно и физически.</p> <p>Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.</p>
<b>Отличительная особенность программы</b>	<p>Занятия по ДООП «Полезные привычки» способствуют тому, чтобы научить детей быть здоровыми душой и телом, стремиться творить своё здоровье, применяя знания и умения в согласии с законами природы,</p>

	<p>законами бытия. Важно, чтобы обучающиеся овладели объективными, соответствующими возрасту знаниями о здоровом образе жизни. Ведь обучение здоровому образу жизни так значимо для детей младшего школьного возраста.</p> <p>ДООП «Полезные привычки» включает в себя теоретический и практический материал, реализация которого в условиях учреждения дополнительного образования позволит обеспечить формирование здорового образа жизни младших школьников, рассчитана по продолжительности реализации – на 4 года обучения и предполагает, что при переходе с одного года на другой объём и уровень знаний должен расширяться, углубляться и дополняться.</p>
<b>Адресат программы</b>	<p>Данная программа доступна для различных категорий обучающихся 7-11 лет, в том числе с ОВЗ и одарённых.</p> <p>Младший школьный возраст – это один из этапов формирования личности человека, так как именно в этот период у ребенка закладывается основные навыки по формированию здорового образа жизни. В этом возрасте в результате целенаправленного воздействия формируется здоровье и общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность, навыки культурного поведения, необходимые для всестороннего развития личности.</p> <p>Принимаются все желающие дети данной возрастной группы по заявлению родителей при наличии свободных мест.</p>
<b>Срок реализации (освоения) программы</b>	<p>Программа базового уровня, рассчитана на 4 года обучения, реализуется в объеме 144 часов. Форма обучения: очная</p> <p>Данное количество часов рассчитано на 144 недели, в каникулярное время объединение работает по расписанию</p> <p>В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, отмены занятий в связи с низкой температурой воздуха. В таком режиме могут быть проведены занятия, как по отдельным темам, так и по целым блокам ДООП «Полезные привычки»</p>
<b>Объем программы</b>	<p>Общее количество часов по программе - 144 часа. Из них: теория – 53,5 часов; практика – 90,5 часов.</p> <p>36 часов в год, из них</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 год обучения: теория – 15 часов; практика – 21 час;</li> <li>• 2 год обучения: теория 13,5 часов; практика – 22,5 часа</li> <li>• 3 год обучения: теория – 12,5 часов; практика 23,5 часа</li> <li>• 4 год обучения: теория – 12,5 часов; практика 23,5 часа</li> </ul> <p>Количество часов и занятий в неделю – 1 час (1 занятие) в неделю.</p>
<b>Формы обучения, особенности организации образовательного процесса</b>	<p><b>Формы организации образовательного процесса</b></p> <p>Основной формой обучения является <i>учебное занятие</i>.</p> <p>Занятия по программе «Полезные привычки» должны стать «школой здорового образа жизни» обучающихся, где любая их деятельность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность, и способствовать воспитанию у младших школьников потребности в здоровом образе жизни, формированию навыков ведения ЗОЖ.</p> <p><b>Формы и методы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ФОПД: фронтальная, коллективная, групповая, индивидуальная</li> <li>• формы занятий: игра, экскурсия, викторина, конкурс, эвристическая беседа, интегрированное занятие с использованием ИКТ, открытое занятие, праздник</li> <li>• методы, в основе которых лежит способ организации занятия: словесный, наглядный, практический</li> </ul>

- методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей: объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый

**Работа по реализации программы ведётся по нескольким направлениям**

- формирование навыков здорового образа жизни
- отработка навыков сопротивления давлению
- развитие навыков эффективного общения
- формирование самопознания и самопринятия

**Этапы реализации программы**

- Положительный образ Я
- Общение
- Принятие решений
- Информация. Здоровый образ жизни

**Структура занятия включает обязательные элементы**

1. Оргмомент

2. Сообщение темы занятия

3. Принятие правил работы группы

4. Оценка уровня информированности по теме (ролевые игры, «мозговой штурм», опрос)

5. Актуализация проблемы (игры на включение, дискуссия, тесты)

6. Информационный блок. Работа в группах кооперативного обучения ситуационный анализ

7. Отработка практических навыков (ролевые игры, ситуации, упражнения)

8. Завершение работы (упражнения – энергизаторы). Рефлексия

**Виды занятий для каждого типа занятия**

№	Тип занятия	Виды занятия	Форма проведения занятий
1.	Занятие открытия нового знания	Беседа, путешествие, проблемный урок, мультимедиа-урок, занятия смешанного типа	Очная с применением дистанционных технологий
2.	Занятие рефлексии	Сочинение, практикум, диалог, деловая игра, комбинированное занятие	
3.	Занятие общеметодологической направленности	Конкурс, занятие – игра, дискуссия, обсуждение, обзорная беседа, беседа, занятие – суд	
4.	Занятие развивающего контроля	Письменные работы, устные опросы, викторина, защита проектов, тестирование	

Количество часов и занятий в неделю – 1 час (1 занятие) в неделю.

	<p><b>Количество детей в группе – 12-15 человек</b></p> <p>ДООП «Полезные привычки» составлена с учетом санитарно-гигиенических требований. Особое внимание уделено использованию здоровьесберегающих технологий: динамические паузы, гимнастика для глаз, двигательные упражнения, логоритмические упражнения.</p> <p>Допуск к занятиям проводится только после обязательного проведения инструктажа по технике безопасности.</p> <p>Форма проведения занятий - очная</p> <p>В дистанционном режиме проводятся занятия во время карантина, при отсутствии обучающихся на занятии.</p> <p>При необходимости педагог сам может поменять последовательность прохождения тем или заменить одну тему на другую в связи с производственной необходимостью (карантином, отмены занятий в связи с низкой температурой воздуха, дистанционным обучением)</p> <p>В ДООП «Полезные привычки» предусмотрена работа с родителями (законными представителями), которая предполагает проведение индивидуальных консультаций, информационный уголок, совместные мероприятия.</p> <p style="text-align: center;"><b>Сетевая форма реализации программы</b></p> <p>Одной из важнейших задач государственной политики в сфере образования на современном этапе является повышения качества образования через организацию всестороннего партнерства, в том числе и развитие сетевого взаимодействия на различных уровнях системы образования. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273 – ФЗ (ред. от 02.07.2021) «Об образовании в Российской Федерации» (с измен. и доп., вступ. в силу с 13.07.2021)</p> <p>Организация сетевого взаимодействия с целью проведения воспитательных мероприятий</p> <table border="1" data-bbox="456 1144 1417 1675"> <thead> <tr> <th><i>№ n/n</i></th> <th><i>Наименование организации</i></th> <th><i>Форма взаимодействия</i></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>МО МВД России «Щучанский» г. Щучье, ул. Советская 37</td> <td>Проведение мероприятий («Дорожная азбука пешехода»)</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Межпоселенческая библиотека г. Щучье, ул. Ленина 1</td> <td>Экскурсия Проведение мероприятий («На книжной полке»)</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>ГБУ «Щучанская центральная районная больница»</td> <td>Проведение мероприятий («Путешествие по стране «Здраволубие»»)</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>ПЧ №43 г. Щучье, ул. Жукова, 33</td> <td>Проведение мероприятий («Не шути с огнём»)</td> </tr> </tbody> </table>	<i>№ n/n</i>	<i>Наименование организации</i>	<i>Форма взаимодействия</i>	1	МО МВД России «Щучанский» г. Щучье, ул. Советская 37	Проведение мероприятий («Дорожная азбука пешехода»)	2	Межпоселенческая библиотека г. Щучье, ул. Ленина 1	Экскурсия Проведение мероприятий («На книжной полке»)	3	ГБУ «Щучанская центральная районная больница»	Проведение мероприятий («Путешествие по стране «Здраволубие»»)	4	ПЧ №43 г. Щучье, ул. Жукова, 33	Проведение мероприятий («Не шути с огнём»)
<i>№ n/n</i>	<i>Наименование организации</i>	<i>Форма взаимодействия</i>														
1	МО МВД России «Щучанский» г. Щучье, ул. Советская 37	Проведение мероприятий («Дорожная азбука пешехода»)														
2	Межпоселенческая библиотека г. Щучье, ул. Ленина 1	Экскурсия Проведение мероприятий («На книжной полке»)														
3	ГБУ «Щучанская центральная районная больница»	Проведение мероприятий («Путешествие по стране «Здраволубие»»)														
4	ПЧ №43 г. Щучье, ул. Жукова, 33	Проведение мероприятий («Не шути с огнём»)														
<p><b>Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ)</b></p>	<p>Индивидуальный образовательный маршрут обучающегося проектируется при:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• наличии социального заказа родителей обучающегося, самого обучающегося</li> <li>• работе с обучающимися ОВЗ</li> <li>• работе с одаренными и способными детьми</li> </ul>															
<p><b>Наличие детей – инвалидов и детей с ограниченными</b></p>	<p>Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Полезные привычки» доступна для различных категорий обучающихся 7-11 лет, в том числе с ОВЗ и одарённых.</p> <p>Принимаются все желающие дети данной возрастной группы по</p>															



<b>возможностями здоровья (ОВЗ)</b>	заявлению родителей при наличии свободных мест. Для обучающихся с ОВЗ и одаренных детей могут разрабатываться индивидуальные образовательные маршруты (по запросу родителей)
<b>Наличие талантливых детей в объединении</b>	
<b>Уровни сложности содержания программы</b>	Базовый уровень – 4 года обучения

## 1.2. Цель и задачи

**Цель программы:** овладение учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ

### **Задачи программы:**

#### *образовательные*

- предоставить детям объективную, соответствующую возрасту информацию о табаке и алкоголе; способствовать увеличению знаний учащихся путем обсуждения проблем, связанных с табаком и алкоголем
- способствовать стремлению детей понять окружающих и анализировать свои отношения с ними; лучше понимать самих себя и критически относиться к собственному поведению
- формировать навыки здорового образа жизни и поддержания положительных межличностных отношений
- способствовать расширению знаний и кругозора о ЗОЖ, о значении его в жизни человека
- познакомить с элементарным строением своего организма в доступной, занимательной форме с учётом индивидуальных, возрастных, психологических особенностей детей
- способствовать формированию и проявлению у ребёнка психологического механизма – рефлексии, многосторонней деятельности, направленной на самопознание, самообразование и самоанализ своих поступков
- формировать умение экологически взаимодействовать с окружающей средой, устанавливать взаимосвязь между ней и организмом человека

#### *развивающие*

- развитие у детей мотивации к здоровому образу жизни, потребности в освоении способов сохранения и улучшения своего здоровья и здоровья окружающих людей
- формировать навыки здорового образа жизни, научить детей ценить и сохранять свое здоровье и здоровье окружающих, способствовать отношениям взаимной помощи и поддержки в коллективе перед лицом опасности, которую в современном обществе несет с собой употребление ПАВ
- формировать навыки эффективно общения; развивать ключевые компетенции обучающихся
- развитие у детей потребности к познанию и совершенствованию себя и окружающего мира
- развитие познавательной сферы обучающихся
- развитие санитарно-гигиенических и культурно - гигиенических умений и навыков
- развитие интеллектуальной деятельности обучающихся, внимательности, наблюдательности, логического мышления, творческого воображения и фантазии детей через викторины, игровые упражнения, выполнение творческих проектов
- развитие основных психических процессов: памяти, внимания, восприятия, мышления, речи и эмоционально-волевой сферы детей

#### *воспитательные*

- воспитание у ребёнка заботы о своём организме, желания быть всегда здоровым
- воспитание у ребёнка самоуважения, чувства социальной значимости, самоутверждения в своей неповторимости, индивидуальности в глазах сверстников и взрослых
- формировать установку на здоровый образ жизни и умение следовать ему
- воспитывать духовно-нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, эмпатию, чувство товарищества, и т. д.), эстетические чувства и интересы, эмоциональную сферу личности ребёнка.
- формировать положительную мотивацию у обучающихся в процессе занятий, положительные эмоции, позитивное отношение к самому себе и окружающему миру

При решении задач обучения, развития и воспитания учащихся акцент делается на задачах развития: знания и умения являются не самоцелью, а средством развития интеллектуальной и эмоциональной сферы, творческих способностей учащихся, личности ребёнка.

### 1.3. Планируемые результаты

В процессе обучения и воспитания собственных установок, потребностей в значимой мотивации на соблюдение норм и правил здорового образа жизни, культуры здоровья у обучающихся формируются познавательные, личностные, регулятивные, коммуникативные универсальные учебные действия.

**Предметными результатами** является формирование следующих знаний:  
обучающиеся

- имеют представление о том, как заботиться о своем здоровье, соблюдать правила здорового образа жизни
- умеют оценивать свой режим с точки зрения соответствия требованиям здорового образа жизни и корректировать несоответствия
- умеют управлять своим поведением в различных ситуациях, избегая конфликтов с окружающими

В процессе реализации программы у обучающихся формируются		
знания	умения	навыки
<ul style="list-style-type: none"> <li>• положительный образ Я</li> <li>• вербальные и невербальные средства общения</li> <li>• приёмы сопротивления давлению</li> <li>• нормы здорового образа жизни</li> <li>• «шаги принятия решений»</li> <li>• о природе, фармакологических свойствах и вредных последствиях употребления психоактивных веществ</li> <li>• о факторах, влияющих на здоровье человека</li> <li>• источники влияния и давления</li> <li>• безопасные интересные способы проведения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• делать здоровый выбор</li> <li>• различать полезные и вредные продукты</li> <li>• понимать окружающих и анализировать свои отношения с ними</li> <li>• принимать рациональные решения</li> <li>• анализировать собственные качества</li> <li>• адекватно оценивать себя, свои поступки, поступки окружающих</li> <li>• эффективно общаться</li> <li>• неагрессивно отстаивать своё мнение</li> <li>• ценить и сохранять своё здоровье и здоровье окружающих</li> <li>• преодолевать социальные стереотипы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• сопротивления давления и развития личностной и социальной компетентности</li> <li>• эффективного общения, взаимодействия с людьми, неагрессивного отстаивания своей позиции и отказа в ситуации давления</li> <li>• самоконтроля, самооценки</li> <li>• преодоления стресса, тревоги</li> <li>• ответственного поведения, снижающего вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ</li> <li>• самовыражения через увлечения, развивающие личность</li> </ul>

<p>времени</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• влияние социальных стереотипов на употребление ПАВ</li> <li>• проблемы дискриминации и насилия в современном обществе</li> <li>• связь между употреблением ПАВ и преступностью</li> <li>• осознавать собственные потребности</li> <li>• положительные и отрицательные стороны собственного выбора</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• составлять режим дня и следовать ему</li> <li>• анализировать социальные ситуации</li> <li>• преодолевать жизненные трудности</li> </ul>	
--	---	--

В процессе реализации программы у обучающихся формируются следующие **компетенции**:

- **компетенции здоровьесбережения**: знание и соблюдение норм здорового образа жизни, знание об опасности курения, алкоголизма, наркомании, СПИДа, знание и соблюдение правил личной гигиены, физическая культура человека, свобода и ответственность выбора образа жизни
- **коммуникативные компетенции, компетенции социального взаимодействия** с обществом, коллективом, друзьями, конфликты и их погашение; сотрудничество, умение осуществлять эффективное взаимодействие в команде, толерантность, работа в малых и больших группах, тренинги
- **компетенция познавательной деятельности**: постановка и решение познавательных задач; нестандартные решения, проблемные ситуации – их создание и разрешение; планирование, проектирование, прогнозирование, исследовательская деятельность
- **компетенции самосовершенствования, саморегулирования, саморазвития** Самоуправления – способность организовать свою деятельность, самопознание, самооценка
- **информационные компетенции** – поиск, анализ и отбор необходимой информации

**Личностными результатами** изучения программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы
- Проявлять уважение к иному мнению

**Метапредметными результатами** программы является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД):

Универсальные учебные действия 1 год обучения

Учебные действия	Формирование УУД
Личностные	Осознание себя как индивида и одновременно как члена общества. Формирование готовности поддерживать состояние окружающей среды и своего здоровья. Формирование у детей представления о

	негативном воздействии никотина и алкоголя, ПАВ на физическое здоровье человека и его социальное благополучие
Познавательные	Формирование представления о ценности здоровья и необходимости бережного отношения к нему, знания правил здорового и безопасного образа жизни, готовность соблюдать эти правила. Формирования основ исследовательской и проектной деятельности и организации коллективной творческой деятельности
Регулятивные	Формирование представлений о позитивных факторах, влияющих на здоровье. Профилактика, сохранения и укрепление зрения. Активизация защитных сил организма обучающихся. Формирование полезных привычек и понимания своих эмоций и чувств, усвоение социально - ценных поведенческих норм, коммуникативных навыков
Коммуникативные	Формирование навыков сотрудничества с взрослыми в различных социальных ситуациях. Умение слушать и вступать в диалог. Участвовать в коллективном обсуждении проблем. Умение работать в группе сверстников, вырабатывать групповое мнение

#### Универсальные учебные действия 2 год обучения

Учебные действия	Формирование УУД
Личностные	Готовность и способность к саморазвитию. Готовность поддерживать состояние окружающей среды и своего здоровья. Признание для себя общепринятых морально -этических норм. Развитие способности к самооценке своих действий, поступков и прогнозировать последствия своих действий. Развитие ценностного отношения к собственному здоровью и реализация его в реальном поведении
Познавательные	Установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении. Формирование умений оценивать себя (своё состояние, поступки, поведение) и других людей. Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии
Регулятивные	Правильно осуществлять поиск информации, не нанося вред своему здоровью. Оценивать жизненные ситуации (поступки людей, точки зрения норм и ценностей: учиться отделять поступки от самого человека). Формирование отрицательных оценок различных аспектов употребления ПАВ и готовности отказаться от любых форм одурманивающих веществ. Поиск недостатков в своем поведении
Коммуникативные	Ставить и задавать вопросы, обращаться за помощью, формулировать свои затруднения. Развивать умение строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях

#### Универсальные учебные действия 3 год обучения

Учебные действия	Формирование УУД
Личностные	Способность к самооценке своих действий, поступков и ценностному отношению к своему здоровью. Способность осознанно делать здоровый выбор и формирование полезных привычек. Устойчивая мотивация к здоровому образу жизни
Познавательные	Поиск, выделение и сбор информации и различных источников в разных формах. Освоение способов решения проблемы творческого и поискового характера
Регулятивные	Активное освоение социального опыта, социальных навыков. В предложенной ситуации, опираясь на общие для всех правила поведения, делать выбор, какой поступок совершить. Освоение приемов поведения, позволяющих избежать употребления ПАВ.

	Понимание себя и критическая оценка собственного поведения
Коммуникативные	Формулировать собственное мнение. Уметь не создавать конфликтов и выходить из спорных ситуаций. Опыт самообслуживания и самоорганизации и организации совместной деятельности с другими детьми. Интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. Разрешение конфликтов - выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация

#### Универсальные учебные действия 4 год обучения

Учебные действия	Формирование УУД
Личностные	Устойчивые навыки здорового образа жизни и ответственного отношения к сохранению и укреплению собственного здоровья и здоровья окружающих. Осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранить и укрепить здоровье. Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник начальной школы
Познавательные	Самостоятельно оценивать правильность выполнения действий на уровне адекватной оценки. Опыт исследовательской и проектной деятельности по профилактике социально – опасного поведения и формированию ЗОЖ
Регулятивные	Профилактика социально - опасного поведения. Применение на практике начальных форм познавательной и личностной рефлексии, элементарных навыков эмоционального контроля. Осознание причин своих поступков. Осознание своих целей путем их достижения
Коммуникативные	Использование речевых средств и средств коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач; Публично презентовать и защищать свой проект. Доказывать свою точку зрения. Распознавание ситуаций группового давления и формирование навыка сопротивления давлению. Планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками — определение цели, функций участников, способов взаимодействия. Учиться выполнять различные роли в группе (лидера, исполнителя, критика) Средством формирования этих действий служит организация работы в парах и малых группах

### 1.4. Рабочая программа

#### 1.4.1. Сводный учебный план

№	Год обучения	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	1 год обучения	36	15	21
2	2 год обучения	36	13,5	22,5
3	3 год обучения	36	12,5	23,5
4	4 год обучения	36	12,5	23,5
	<b>Итого</b>	<b>144</b>	<b>53,5</b>	<b>90,5</b>

#### 1.4.2. Учебный план

##### 1 год обучения

№	Название темы, раздела	Кол-во часов			Форма контроля/
		всего	теория	практика	

		часов			аттестации
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	1	-	1	тестирование
2	«Я – неповторимый человек»	2	1	1	ролевое моделирование
3	«Культура моей страны и Я»	3	1	2	ролевое моделирование
4	«Чувства»	2	1	1	беседа
5	«О чем говорят чувства»	1	-	1	ролевое моделирование
6	«Обиженная деревня»	1	0,5	0,5	наблюдение
7	«Множества решений»	3	1	2	беседа
8	Игры «Взаимодействие» «Узел»	1	0,5	0,5	наблюдение
9	Игры на сплочение коллектива.	1	0,5	0,5	наблюдение
10	Дружба Инструктаж по ТБ и П.Б	2	1	1	наблюдение
11	Тренируем эмоции	2	1	1	ролевое моделирование
12	«История про Танечку и Ванечку»	1	0,5	0,5	ролевое моделирование
13	«Веселый хоровод»	1	-	1	наблюдение
14	«Ярмарка достоинств»	2	1	1	наблюдение
15	«Почему люди ссорятся»	2	1	1	ролевое моделирование
16	«Учимся пониманию»	2	1	1	наблюдение
17	«Самоуважение»	3	1	2	беседа
18	«Космос»	1	0,5	0,5	беседа
19	Нужные и ненужные тебе лекарства	2	1	1	беседа
20	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	2	1	1	ролевое моделирование
21	Итоговое занятие «Полезные и вредные привычки» Промежуточная аттестация	1	0,5	0,5	тестирование
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	

### 1.4.3. Учебный план 2 год обучения

№	Название темы, раздела	Кол-во часов			Форма контроля/ аттестации
		всего часов	теория	практика	
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	ролевое моделирование

2	Пре - тест	1	-	1	тестирование
3	Вкусы и увлечения	3	1	2	ролевое моделирование беседа
4	«Учусь находить новых друзей»	4	2	2	беседа
5	«О чем говорят выразительные движения»	6	2	4	ролевое моделирование беседа
6	Учусь понимать людей.	5	2	3	наблюдение беседа
7	Опасные и безопасные ситуации	5	2	3	беседа
8	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	5	2	3	наблюдение беседа
9	Реклама табака и алкоголя	2	1	1	наблюдение беседа
10	Правда об алкоголе	2	1	1	наблюдение беседа
11	Пост – тест	1	-	1	тестирование
12	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	1	-	1	ролевое моделирование
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>13,5</b>	<b>22,5</b>	

#### 1.4.4. Учебный план 3 год обучения

№	Название темы, раздела	Кол-во часов			Форма контроля/ аттестации
		всего часов	теория	практика	
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	1	0,5	0,5	наблюдение
2	Пре – тест	1	-	1	тестирование
3	Мой характер	5	2	3	ролевое моделирование беседа
4	Учусь оценивать себя сам	5	2	3	беседа
5	Учусь взаимодействовать	5	2	3	ролевое моделирование беседа
6	Учусь настаивать на своем	4	1	3	наблюдение беседа
7	Я становлюсь увереннее	5	2	3	беседа
8	Когда на меня оказывают давление	5	2	3	наблюдение беседа
9	Курение	3	1	2	наблюдение беседа

10	Пост – тест	1	-	1	тестирование
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	1	-	1	ролевое моделирование
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>12,5</b>	<b>23,5</b>	

#### 1.4.5. Учебный план 4 год обучения

№	Название темы, раздела	Кол-во часов			Форма контроля/ аттестации
		всего часов	теория	практика	
1	Вводное занятие Вводный инструктаж	1	0,5	0,5	наблюдение
2	Пре - тест	1	-	1	тестирование
3	Самоуважение	5	2	3	ролевое моделирование, наблюдение
4	Привычки	6	2	4	ролевое моделирование, наблюдение
5	Дружба	5	2	3	ролевое моделирование, наблюдение
6	Учусь сопротивляться давлению	5	2	3	беседа
7	Учусь говорить «Нет»	5	2	3	ролевое моделирование, наблюдение
8	И снова алкоголь	4	1	3	беседа
9	Алкоголь в компании	2	1	1	беседа
10	Пост – тест	1	-	1	тестирование
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	1	-	1	наблюдение
	<b>Итого</b>	<b>36</b>	<b>12,5</b>	<b>23,5</b>	



## 1.4.6. Содержание программы

**1 год обучения, 36 часов**

№	Раздел/ Тема	Теория	Практика	Формы контроля/ промежуточной аттестации
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ 1 час	Ознакомление учащихся с программой. Правила поведения на занятиях, переменах. Знакомство с планом и путями эвакуации.	«Путешествие в страну Полезных привычек»	тестирование
2	«Я – неповторимый человек» 2 часа	Цель: Показать детям уникальность каждого человека  Положительное отношение к себе – важное условие полноценного развития личности ребёнка. Для его формирования детям необходимо ощущать собственную значимость в глазах других людей. Признание ценности ребёнка выражается в родительской любви, внимании, заботе и уважении его достоинства окружающими. Формированию положительного отношения ребёнка к себе и другим способствует осознание неповторимости, уникальности себя и окружающих.	Игры «Встань по...» (росту, цвету волос (например, от темного к светлому)), «Сравни...» (сравнение рисунков линий на ладонях), «Одинаковые – разные».	ролевое моделирование
3	«Культура моей страны и Я» 3 часа	Цель: Показать детям уникальность культуры, к которой они принадлежат, и древние корни здорового образа жизни  Ребёнок приобщается к культурным ценностям через семью, являющуюся носителем национальных традиций, традиций общества. Каждая национальная культура уникальна и вносит вклад в мировую культуру. Формирование у детей чувства гордости за свою культуру, знание культурных традиций здорового образа жизни важно для становления личности.	Упражнение «Герои сказок», игры «День рождения», «Найди ошибки», «Угадай праздник»; презентация «Культура и традиции России».	ролевое моделирование
4	«Чувства»	Цель: Дать детям представление о различных чувствах людей и возможности	Игры «Эмоция», «Сравни рисунки», «Назови чувства», «Зеркало».	беседа

	2 часа	<p>управления ими</p> <p>Учёные различают эмоции и чувства. Чувства меньше зависят от ситуации и более продолжительны, чем эмоции. Умение распознавать эмоции и чувства окружающих и правильно выражать свои повышает социальную компетентность детей. Для простоты на занятиях используется один термин – чувства.</p>		
5	«О чем говорят чувства» 1 час		<p>Цель: Показать детям способы предупреждения и преодоления отрицательных чувств</p> <p>Чувства людей связаны с желаниями, ожиданиями, последствиями поступков. Для преодоления неприятных чувств существуют специальные приёмы</p> <p>Задания «Подари подарок»; разбор рассказов «Наташа-Ничего-Не-Понимаша», «Коля-Загребущие-Руки», «Димочка-Стою-Как-Тумбочка», «Маша-Мечтательница»</p>	ролевое моделирование
6	«Обиженная деревня» 1 час	<p>Цель: Развитие умения распознавать и владеть собственными эмоциями, обучение навыкам саморегуляции</p> <p>Чувства говорят о том, чего человек хочет и ждёт, что ему нравится. Неприятных чувств можно избежать, если думать о последствиях своих поступков.</p>	Игры «Обиженные бегемотики», «Нарисуй обиду», «Счастливый круг»	наблюдение
7	«Множества решений» 3 часа	<p>Цель: Показать учащимся многообразие принимаемых людьми решений</p> <p>Обучение детей навыкам принятия решений – одна из главных задач превентивного обучения. Приобретая навык, ребёнок учится анализировать жизненные ситуации, предвидеть</p>	Задания «Как я сам себя обидел», «Шаги принятия решений», «Трудное решение», «Мое поведение в различных ситуациях»	беседа

		последствия своих решений, вовлекается в процесс осознанного выбора.		
8	Игры «Взаимодействие» «Узел» 1 час	Цель: Сплочение коллектива и создание благоприятного эмоционального комфорта в группе  Знакомство с правилами игр «Взаимодействие», «Узел»	Игры «Взаимодействие», «Узел»	наблюдение
9	Игры на сплочение коллектива 1 час	Цель: Сплочение коллектива и создание благоприятного эмоционального комфорта в группе  Знакомство с видами игр, с правилами игр «День рождения», «Тень», «Обезьянка в зеркале», «Я дарю тебе радость»	Игры «День рождения», «Тень», «Обезьянка в зеркале», «Я дарю тебе радость»	наблюдение
10	Дружба 2 часа	Цель: Знакомство с понятием дружба  Дружба – важное явление возрастного развития. Наличие друзей означает, что ребёнок социально и эмоционально здоров. Для совсем маленьких детей, если они растут среди взрослых вне детского коллектива, «другом» может стать любимая игрушка.	Задания «Расскажи о друге», «Закончи пословицу»; упражнение «Улыбка», «Какими бывают руки»; работа в группах «Продолжите мысль»; анализ ситуаций.	наблюдение
11	Тренируем эмоции 2 часа	Цель: Развитие умения правильно выражать свои эмоции и чувства  Развивать эмоциональную сферу ребёнка, научить его осознавать свои эмоции, распознавать и произвольно проявлять их. Знакомство детей с фундаментальными эмоциями. У детей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают глубже понимать себя и других	Игра «Азбука эмоций»; упражнения «Скульптор», «Забота о животном», «Что я чувствую», «Колечко»	ролевое моделирование
12	«История про Танечку и Ванечку» 1 час	Цель: Развитие чувственного восприятия, знакомство со способами снятия негативного состояния	Упражнения «Коврик злости», «Необычное приветствие», «Злюка».	ролевое моделирование

		<p>Гнев – одна из важнейших эмоций человека, и в тоже время одна из самых неприятных. Проявление гнева сопровождается повышением общей активности. После переживания гнева человек может либо гордиться тем, на что его натолкнула злость, либо сожалеть о совершенной глупости – это зависит от того, насколько оправданным или неоправданным был его гнев. В том, что гнев мобилизует энергию человека, позволяющую действовать в целях самозащиты, есть положительные и отрицательные стороны.</p>		
13	«Веселый хоровод» 1 час		<p>Цель: Снятие негативных эмоциональных состояний</p> <p>Учащиеся должны уметь избавляться от накопившегося гнева конструктивными методами, должны научиться доступным способам выражения гнева, не причиняющим вреда окружающим</p> <p>Игра «Веселый хоровод»; упражнения «Как справиться с драконом», «Изображаем эмоцию»</p>	наблюдение
14	«Ярмарка достоинств» 2 часа	<p>Цель: Показать детям уникальность каждого учащегося</p> <p>Каждый человек, каждый учащийся неповторим. Благодаря своей неповторимости каждый учащийся (в том числе и ты) дополняет коллектив. Неповторимость каждого учащегося ценна для коллектива.</p>	<p>Практическое задание «Дерево достижений объединения»</p>	наблюдение
15	«Почему люди ссорятся» 2 часа	<p>Цель: Научить учащихся распознавать эмоции – свои и окружающих</p> <p>Детская агрессивность – признак</p>	<p>Игры «Разожми кулак», «Толкалки без слов», «Да и Нет», «Моё настроение»; моделирование ситуации «В объединении...»</p>	ролевое моделирование

		внутреннего эмоционального неблагополучия, сгусток негативных переживаний, один из неадекватных способов психологической защиты. Обсуждение способов выхода из конфликта.		
16	«Учимся пониманию» 2 часа	Цель: Показать, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов сообщения  Необходимым условием эффективного общения является использование одного языка и одинаковое понимание ситуации, в которой оно происходит. Последнее в большой мере зависит от совпадения вербальных и невербальных компонентов сообщения.	Презентация «Вербальные и невербальные способы общения»; упражнения «Быть внимательным», «Точный пересказ», «Глаза в глаза», «Как вы выражаете свои чувства»	наблюдение
17	«Самоуважение» 3 часа	Цель: Способствовать самоуважению детей  Уважение означает положительное отношение к человеку, основанное на признании его достоинств. Самоуважение – признание собственных достоинств. Каждому человеку необходимо уважение окружающих и самоуважение для самореализации и успешного взаимодействия с людьми.	Упражнение «Пять качеств»; игра «Все наоборот»; задание «Я горжусь...», «Нарисуй успех»; анализ ситуаций	беседа
18	«Космос» 1 час	Цель: Познакомить учащихся с понятиями космос, галактика, планета, спутники Земли  Космическое пространство, галактика, планеты, звёзды, спутники Земли. Космонавты и космические корабли.	Практическое задание «Космос вчера, сегодня, завтра»	беседа
19	Нужные и ненужные тебе лекарства 2 часа	Цель: Познакомить учащихся с понятиями «Лекарство» и «Яд»  Дети должны понимать, что разница между лекарствами и ядами состоит в том, кто, сколько и как их принимает. В зависимости	Анализ ситуаций; практическое задание «Вспомни и нарисуй ситуацию». Просмотр мультфильма «Сказка о мёртвой царевне и семи богатырях».	беседа

		от ситуации одно и то же вещество может быть и лекарством и ядом. Дети не должны принимать лекарства и пробовать незнакомые вещества самостоятельно, а также брать их у незнакомых людей.		
20	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор 2 часа	Цель: Дать детям сведения о вреде пассивного курения  Дети должны иметь информацию о пассивном курении, чтобы избежать связанных с ним ситуаций.	Просмотр мультфильма «Тайна едкого дыма»; задание «Нарисуй знак «НЕТ курению!»»; анализ ситуаций	ролевое моделирование
21	Итоговое занятие «Полезные и вредные привычки» Промежуточная аттестация 1 час	Цель: Формировать критическое отношение к вредным привычкам  Здоровье человека во многом зависит от образа жизни. Учащиеся должны знать о влиянии привычек на образ жизни человека и его здоровье.	Практическое задание «Привычки и их последствия»	тестирование

### 1.4.7. Содержание программы 2 год обучения, 36 часов

№	Раздел/ Тема	Теория	Практика	Формы контроля/ промежуточной аттестации
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ 1 час	Цель: Формирование навыка здорового образа жизни  «Путь в страну Здоровию». Правила поведения на занятиях, переменах. Знакомство с планом и путями эвакуации	Игры: «Комплимент», «Улыбка», «Импульс»	ролевое моделирование
2	Пре – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся  Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
3	Вкусы и увлечения 3 часа	Цель: Показать разнообразие вкусов и увлечений учащихся объединения  Детям нравятся разные вещи, и они	Практические задания «Твои вкусы», «Твои увлечения», «Герб моей семьи», «Интервью», «Расскажи о...» (с помощью рисунков каждого из членов группы),	ролевое моделирование беседа

		получают удовольствие от разных здоровых занятий, альтернативных употреблению табака и алкоголя. Знание вкусов и увлечений позволяет лучше узнать друг друга, стать более терпимыми. Твои вкусы – это то, что тебе нравится, например: музыка, одежда, еда. Твои увлечения – это то, чем ты любишь заниматься в свободное от учёбы время.	фотоколлаж «Увлечения – здоровье», анализ ситуаций.	
4	«Учусь находить новых друзей» 4 часа	Цель: Дать детям возможность узнать что-то новое о друзьях, помочь найти друзей по интересам  Самовыражение ребёнка через увлечения, развивающие его личность, - важный защитный фактор против употребления табака и алкоголя. Рядом с нами всегда есть интересные люди, у которых многому можно научиться. Постарайтесь быть рядом с теми, кто занимается интересными делами, полезными для здоровья.	Задания: «Подбери названия к различным занятиям», презентация «Моё любимое дело», коллаж «Качество – увлечение», «Интервью», челлендж «Моё хобби», анализ ситуаций.	беседа
5	«О чем говорят выразительные движения» 6 часов	Цель: Познакомить детей с выразительными движениями как невербальными средствами общения  В процессе общения люди используют как вербальные средства (словесные), так и невербальные (выразительные движения). Умение правильно пользоваться не только вербальными, но и невербальными способами передачи информации повышает эффективность общения. Выразительные движения говорят о чувствах, настроении человека и его отношении к собеседнику. Выразительные движения – важный способ общения.	Упражнение «Дирижёр», работа в парах «Написано на лице», «Что означает жест», игры: «Зеркало», «Театр мимики и жеста», «Телевизор без звука», «Позы, жесты, мимика», анализ ситуаций.	ролевое моделирование беседа
6	Учусь понимать людей 5 часов	Цель: Показать, что эффективное общение предполагает совпадение вербальных и невербальных компонентов сообщения	Задания: «Сравни», «Подбери фразы», «Соотнеси фразы и выразительные движения», «Улови настроение», анализ	наблюдение беседа

		<p>Необходимым условием эффективного общения является использование одного языка и одинаковое понимание ситуации, в которой оно происходит. Последнее в большой мере зависит от совпадения вербальных и невербальных компонентов сообщения. Чтобы люди лучше понимали друг друга, их слова и выразительные движения не должны различаться по смыслу. Чтобы люди лучше понимали друг друга, общение должно быть искренним и правдивым.</p>	ситуаций.	
7	<p>Опасные и безопасные ситуации 5 часов</p>	<p>Цель: Обсудить с детьми опасные и безопасные ситуации</p> <p>Опасность – это когда человеку кто-то или что-то угрожает. Обучение детей навыкам ориентировки в ситуациях и принятия рациональных решений способствует предупреждению поступков, разрушающих здоровье. Существуют опасные для детей ситуации. Для того чтобы их избежать, следует выполнять «Шаги принятия решений»</p>	<p>Задания «Шаги принятия решений», «Безопасное место», «В чем опасность», «Закончи рассказ», анализ ситуаций, анализ пословиц.</p>	беседа
8	<p>Учусь принимать решения в опасных ситуациях 5 часов</p>	<p>Цель: Способствовать рациональному принятию решений детьми</p> <p>Обучение навыку принятия решений предполагает осознанный выбор детьми таких вариантов поведения (альтернатив, которые не причиняют вреда здоровью (не имеют вредных последствий). Навык принятия решений является важным условием неупотребления табака и алкоголя. В опасных для здоровья ситуациях люди поступают по - разному. Принимая решение в опасной для здоровья ситуации, следует придерживаться «Шагов</p>	<p>Задания «Шаги принятия решений», «Закончи предложения», «Закончи рассказ», анализ поговорок, анализ ситуаций</p>	наблюдение беседа



		принятия решений».		
9	Реклама табака и алкоголя 2 часа	Цель: Познакомить учащихся с рекламными приёмами  Нас окружает реклама, которая часто даёт недостоверную информацию о табачных изделиях и напитках, содержащих алкоголь. Цель рекламы – продать потребителю товар. Реклама сигарет и алкоголя нужна только для того, чтобы продать их.	Практическое задание «Подбери к каждой рекламе лозунг», «О чем реклама умалчивает», баннер «Мы за ЗОЖ», анализ ситуаций	наблюдение беседа
10	Правда об алкоголе 2 часа	Цель: Познакомить учащихся с действием алкоголя на организм  Алкоголь – это вредное для здоровья вещество, которое содержится в пиве, вине, шампанском, и водке. Дети, растущие в обществе, где употребление алкоголя широко распространено, должны иметь информацию о действии алкоголя. Алкоголь вреден для детей. Они всегда должны говорить «нет», если им предлагают алкоголь.	Задания «Любимое занятие», презентация «Действие алкоголя на организм человека», анализ ситуаций	наблюдение беседа
11	Пост – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
12	Итоговое занятие Промежуточная аттестация 1 час		Цель: Формирование навыков здорового образа жизни  Игра – путешествие «Путь в страну Здоровию»	ролевое моделирование

### 1.4.8. Содержание программы

#### 3 год обучения, 36 часов

№	Раздел/ Тема	Теория	Практика	Формы контроля/ промежуточной аттестации
1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	Цель: Формирование навыков здорового образа жизни	Игра «Здоровым быть здорово!»	наблюдение

	1 час	Правила поведения на занятиях, переменах. Знакомство с планом и путями эвакуации		
2	Пре – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся  Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
3	Мой характер 5 часов	Цель: Способствовать анализу детьми собственных качеств  Для самоанализа ребёнку необходимо иметь представление о различных человеческих качествах (внешности и чертах характера) и о том, какие из них важны для достижения целей. Самоанализ необходим для формирования реалистичной самооценки. У каждого человека есть внешние качества, которые все вместе составляют его внешность. У каждого человека есть внутренние качества, которые все вместе составляют его характер. Черты характера можно изменить.	Задания «Сказочный персонаж», «Выбери качества, которые помогают добиваться успеха», «Я вчера, сегодня, завтра», «Мой портрет», анализ ситуаций., пословиц.	ролевое моделирование беседа
4	Учусь оценивать себя сам 5 часов	Цель: Способствовать формированию адекватной самооценке  Ставя задачи, человек соотносит их с представлениями о своих возможностях. Степень соответствия этих представлений реальности может быть различной. Учёные различают заниженную, завышенную и реалистичную (адекватную) самооценку. Самооценка тесно связана с уровнем притязаний человека. Именно поэтому заниженная самооценка мешает развитию человека. Опасаясь неудач, он снижает уровень притязаний, уклоняется от решения проблем. Завышенная самооценка приводит к постановке недостижимых целей. Реалистичная самооценка означает здоровый, конструктивный подход к своим	Задание «Отметь себя», практическое задание «Я развиваюсь» (изготовление плаката), работа в группах «Как можно развить в себе различные качества», анализ ситуаций.	беседа

		задачам и возможностям. Есть много способов изменить свои качества в нужную сторону.		
5	Учусь взаимодействовать 5 часов	Цель: Способствовать пониманию детьми важности уважительных отношений во взаимодействии  Эффективное общение предполагает уважительное отношение людей друг к другу. Уважительные отношения формируются в процессе совместной деятельности. Взаимодействие – это когда человек делает что-то вместе с другими людьми. Агрессивное поведение - это когда один человек так выражает своё мнение, что другой чувствует себя глупо, пугается или злится. Чтобы успешно взаимодействовать друг с другом, нужно вести себя неагрессивно.	Просмотр мультфильмов «Лебедь, Рак и Щука», «Квартет», анализ ситуаций, игры «Молекулы», «Пазлы», «Собери картинку», упражнения «Карандаш», «Подарок»	ролевое моделирование беседа
6	Учусь настаивать на своем 4 часа	Цель: Научить детей отстаивать свои интересы в неагрессивной форме.  Навык неагрессивного отстаивания своего мнения позволяет выражать свою волю в позитивной форме, защищать и поддерживать свои интересы и права, смело заявлять о личном мнении, не пытаясь маскировать или скрывать его. Неагрессивное отстаивание своего мнения является психологическим фундаментом умения отказываться в ситуации давления. У каждого человека есть право отстаивать своё мнение. Когда на тебя давят, отстаивай своё мнение неагрессивно.	Задания «Закончи предложения», «Закончи рассказ», анализ ситуаций, работа в группах «Как противостоять настойчивым предложениям, давлению»	наблюдение беседа
7	Я становлюсь увереннее 5 часов	Цель: Способствовать преодолению учащимися неуверенности в себе  Преодоление неуверенности в себе способствует принятию решений и	Задания «Закончи предложения», «Выбери из списка слова, которыми можно описать уверенного человека», «Какие действия развивают уверенность в себе», «Как тренировать уверенность в	беседа

		ответственности за своё поведение. Уверенность в себе помогает ставить цели и добиваться успеха. Уверенность в себе позволяет не поддаваться давлению окружающих. Люди бывают неуверенными в себе по разным причинам. Уверенность в себе следует развивать.	себе», « Мои права», анализ ситуаций, поговорок, «Советы неуверенным» (изготовление плаката).	
8	Когда на меня оказывают давление 5 часов	Цель: Способствовать пониманию детьми, что давление – одна из форм влияния на людей  Давление сверстников является одним из факторов приобщения детей к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ. Все подростки в той или иной степени поддаются влиянию группы сверстников, но те из них, кто имеет заниженную самооценку, не умеет противостоять давлению, не уверен в себе и тревожен, оказываются в наименее благоприятной ситуации. Влияние, которое оказывают на нас другие люди, может быть полезным или вредным. Если нас заставляют сделать что-то, не объяснив, зачем это нужно, то такое влияние называется давление. Учащиеся должны уметь сопротивляться давлению.	Задания «Положительное влияние», «Отрицательное влияние», анализ ситуаций, работа в группах «Советы сомневающемуся человеку», коллаж «Плакат непослушания».	наблюдение беседа
9	Курение 3 часа	Цель: Показать вредное влияние табачного дыма на организм.  Дети, растущие в обществе, где широко распространено курение, должны иметь информацию о табаке и никотине, чтобы сделать здоровый выбор: не курить. Курение табака вредно для здоровья. Курение может привести к излишним тратам денег, конфликтам с некурящими людьми, пожарам. Курение и спорт несовместимы.	Презентация «На какие органы влияет табачный дым», задание «Выбери из списка описание влияния табачного дыма на мозг, сердце, лёгкие», анализ ситуаций, инсценировка «Случай с Папироскиным», составление кроссворда «Вред курения», баннер «Антиреклама курению».	наблюдение беседа

10	Пост – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация 1 час		Цель: Формирование навыков здорового образа жизни  Тренинговое занятие «В чем сомневаешься, того не делай»	ролевое моделирование

### 1.4.9. Содержание программы

#### 4 год обучения, 36 часов

№	Раздел/ Тема	Теория	Практика	Формы контроля/ промежуточной аттестации
1	Вводное занятие Вводный инструктаж 1 час	Цель: Формирование навыков здорового образа жизни  «Здоровым будешь – всё добудешь» Правила поведения на занятиях, переменах. Знакомство с планом и путями эвакуации	Упражнения «Импульс», «Комплимент», игра «Здоровым будешь- все добудешь»	наблюдение
2	Пре – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся  Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
3	Самоуважение 5 часов	Цель: Способствовать развитию самоуважения у учащихся  Уважение означает положительное отношение к человеку, основанное на признании его достоинств. Самоуважение – признание собственных достоинств. Каждому человеку необходимо уважение окружающих и самоуважение для самореализации и успешного взаимодействия с людьми. Самоуважение – защитный фактор против приобщения к психоактивным веществам.	Задания «Закончи предложения», «Составь о себе объявления в газету ДДЮ», «Дерево моих достижений», «Шаги достижения цели», «Моя цель», «Дерево достижений объединения», презентация «Самоуважение», анализ ситуаций.	ролевое моделирование, наблюдение
4	Привычки 6 часов	Цель: Способствовать анализу своих привычек учащимися	Задания «Вредные или полезные привычки», «Выбери полезные	ролевое

		<p>Привычка – это то, что ты делаешь постоянно. Существуют разные привычки: вредные и полезные. Надо стараться вести себя так, чтобы не приобретать вредных привычек. Употребление табака и алкоголя, ещё не ставшее заболеванием, но уже регулярное, рассматривается некоторыми специалистами как вредная привычка (отклоняющееся поведение). Предупреждение возникновения вредных привычек у подростков является важным защитным фактором.</p>	<p>привычки», «Мои привычки», «План избавления от вредной привычки», «Соотнеси привычку и последствие», игра «Привычка», анализ ситуаций, поговорок.</p>	<p>моделирование, наблюдение</p>
5	<p>Дружба 5 часов</p>	<p>Цель: Показать связь дружбы и социального здоровья</p> <p>Дружба – важное явление возрастного развития. Наличие друзей означает, что ребёнок социально и эмоционально здоров. Умение отличать дружбу от комфортного подчинения давлению сверстников является защитным фактором употребления психоактивных веществ. Дружба возможна только при соблюдении определённых условий, важнейшими из которых являются уважение прав друг друга, умение признавать свои ошибки, обязательность, отсутствие споров о вкусах, терпимость и конструктивная критика. Дружеские отношения могут оказывать разные влияния на подростков. Не надо поддаваться плохому влиянию друзей.</p>	<p>Анализ ситуаций, примеров дружбы из художественной литературы (Малыш и Карлсон и другие), поговорок о дружбе, викторина «Что такое дружба», задания «Собери пословицы о дружбе и друзьях», «Я и другие», «Закончи предложения», «Свод советов тем, кто часто ссорится», игра «Светофор».</p>	<p>ролевое моделирование, наблюдение</p>
6	<p>Учись сопротивляться давлению 5 часов</p>	<p>Цель: Обсудить давление и способы сопротивления давлению</p> <p>Давление на человека могут оказывать по-разному. Друзья оказывают большое влияние на поступки. Чаще всего употребление табака и алкоголя, и других</p>	<p>Анализ ситуаций, задания «Виды давления», «Способы сопротивления давлению», практическая отработка стратегии принятия решений «Шаги принятия решений», «Закончи предложения», «Правила поведения в случае давления», игра «Как</p>	<p>беседа</p>

		психоактивных веществ начинается с давления дружеской компании, предлагающей попробовать. Чтобы успешно сопротивляться давлению, надо самостоятельно решить, как поступать в каждом случае.	сопротивляться давлению».	
7	Учусь говорить «Нет» 5 часов	Цель: Познакомить учащихся с формами отказа от табака и алкоголя  Одной из причин, по которой подростки начинают курить или употреблять алкоголь, является неумение отказываться. Формирование навыка отказа незнакомым, друзьям, старшим является защитным фактором, предупреждающим употребление психоактивных веществ. В ситуациях, опасных для здоровья, необходимо говорить «нет». Существует много эффективных способов отказаться.	Анализ ситуаций, задание «Закончи предложение», работа в группах «Формулы отказа», игра «Способы отказа».	ролевое моделирование, наблюдение
8	И снова алкоголь 4 часа	Цель: Повторить информацию об алкоголе и его рекламе  Знание фактической информации об алкоголе и понимание механизмов действия рекламы способствуют осознанному принятию решений детьми и ответственному поведению в сложных ситуациях. Не всё, что говорят об алкоголе разные люди или реклама, правда. Реклама алкоголя умалчивает о его вреде для здоровья.	Анализ ситуаций, комиксов, задание «Загадки об алкоголе», «Мифы и факты об алкоголе», «Реклама без слов», «Моё хобби», игра «Влияние алкоголя на организм».	беседа
9	Алкоголь в компании 2 часа	Цель: Познакомить детей с распространёнными мотивами и последствиями употребления алкоголя в компании  Знание причин употребления алкоголя в компании сверстников и его возможных последствий способствует ответственному	Анализ комиксов, задания «Предложи альтернативу употреблению алкоголя», «Запиши три причины отказа от алкоголя»	беседа

		поведению и здоровому выбору. Подростки употребляют алкоголь в компании потому, что хотят казаться не такими, какие они есть на самом деле. Употребление алкоголя подростками в компании приводит к отрицательным последствиям.		
10	Пост – тест 1 час		Цель: Выявление знаний учащихся Тестирование, анализ ситуаций	тестирование
11	Итоговое занятие Промежуточная аттестация 1 час		Цель: Формирование навыков здорового образа жизни Тренинговое занятие «Я и моё здоровье»	наблюдение



### 1.4.10. Тематическое планирование

#### 1 год обучения

№ п.п	Дата проведения	Кол – во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	Игра-путешествие	тестирование
2		2	«Я – неповторимый человек»	Беседа, ролевая игра	ролевое моделирование
3		3	«Культура моей страны и Я»	Беседа, демонстрация презентаций, ролевая игра, игры-энергизаторы	ролевое моделирование
4		2	«Чувства»	Просмотр фотографий, иллюстраций, репродукций с изображением людей с различными чувствами, обсуждение	беседа
5		1	«О чем говорят чувства»	Работа в парах, группах, ролевая игра.	ролевое моделирование
6		1	«Обиженная деревня»	Игры – энергизаторы, игра – путешествие	наблюдение
7		3	«Множества решений»	Беседа, обсуждение сюжетных картинок (положительные и отрицательные поступки персонажей), работа в парах, работа в группах, игра	беседа
8		1	Игры «Взаимодействие» «Узел»	Игра	наблюдение
9		1	Игры на сплочение коллектива.	Игра	наблюдение
10		2	Дружба Инструктаж по ТБ и П.Б	Беседа, работа в парах, группах, игра	наблюдение
11		2	Тренируем эмоции	Обсуждение, работа в парах, ролевая игра	ролевое моделирование
12		1	«История про Танечку и Ванечку»	Обсуждение, ролевая игра	ролевое моделирование

13		1	«Веселый хоровод»	Игра	наблюдение
14		2	«Ярмарка достоинств»	Беседа, обсуждение, игра	наблюдение
15		2	«Почему люди ссорятся»	Обсуждение, работа в группах, игра	ролевое моделирование
16		2	«Учимся пониманию»	Показ презентации, обсуждение, игра	наблюдение
17		3	«Самоуважение»	Обсуждение, работа в группах, игры - энергизаторы	беседа
18		1	«Космос»	Игра-путешествие, показ презентации, конкурс	беседа
19		2	Нужные и ненужные тебе лекарства	Просмотр мультфильма «сказка о мёртвой царевне и семи богатырях», работа в группах, игра	беседа
20		2	Пассивное курение: учусь делать здоровый выбор	Просмотр мультфильма «Ну, погоди!», обсуждение, работа в группах, ролевое моделирование	ролевое моделирование
21		1	Итоговое занятие «Полезные и вредные привычки» Промежуточная аттестация	Игра - путешествие	тестирование
<b>Всего часов</b>		<b>36</b>			
<b>Выдано часов</b>					

#### 1.4.11. Тематическое планирование 2 год обучения

№ п.п	Дата проведения	Кол – во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	Игра - путешествие	ролевое моделирование
2		1	Пре - тест	Тестирование	тестирование
3		3	Вкусы и увлечения	Беседа, работа в парах, в группах, обсуждение, игра	ролевое моделирование беседа
4		4	«Учусь находить новых друзей и »	Занятие смешанного типа, беседа, показ	беседа

				презентации, работа в группах, игра	
5		6	«О чем говорят выразительные движения»	Обсуждение, игры – энергизаторы, работа в парах, группах, игра «Телевизор без звука», инсценировка	ролевое моделирование беседа
6		5	Учусь понимать людей.	Работа в группах, ролевое моделирование, беседа, работа в парах, обсуждение	наблюдение беседа
7		5	Опасные и безопасные ситуации	Обсуждение, работа в группах, ролевое моделирование	беседа
8		5	Учусь принимать решения в опасных ситуациях	Беседа, работа в группах, обсуждение, ролевое моделирование, диалог	наблюдение беседа
9		2	Реклама табака и алкоголя	Беседа, обсуждение, работа в парах, игры – энергизаторы, инсценировка	наблюдение беседа
10		2	Правда об алкоголе	Обсуждение, работа в парах, игра, комбинированное занятие	наблюдение беседа
11		1	Пост – тест	Тестирование	тестирование
12		1	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	Игра - путешествие	ролевое моделирование
<b>Всего часов</b>		<b>36</b>			
<b>Выдано часов</b>					

#### 1.4.12. Тематическое планирование 3 год обучения

№ п.п	Дата проведения	Кол – во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		1	Вводное занятие Вводный инструктаж по ТБ	Тренинговое занятие	наблюдение
2		1	Пре – тест	Тестирование	тестирование
3		5	Мой характер	Беседа, работа в парах, работа в	ролевое моделирование

				группах, деловая игра	беседа
4		5	Учусь оценивать себя сам	Обсуждение, работа в группах, игры – энергизаторы, ролевое моделирование, практикум	беседа
5		5	Учусь взаимодействовать	Обсуждение, работа в парах, работа в группах, игра	ролевое моделирование беседа
6		4	Учусь настаивать на своем	Беседа, работа в группах, ролевое моделирование, дискуссия	наблюдение беседа
7		5	Я становлюсь увереннее	Обсуждение, показ презентации, работа в группах, ролевое моделирование	беседа
8		5	Когда на меня оказывают давление	Обсуждение, работа в группах, ролевое моделирование, опрос	наблюдение беседа
9		3	Курение	Беседа, показ презентации, работа в парах, группах, игра	наблюдение беседа
10		1	Пост – тест	Тестирование	тестирование
11		1	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	Тренинговое занятие	ролевое моделирование
<b>Всего часов</b>		<b>36</b>			
<b>Выдано часов</b>					

#### 1.4.13. Тематическое планирование 4 год обучения

№ п.п	Дата проведения	Кол – во часов	Тема занятия	Форма занятия	Форма контроля
1		1	Вводное занятие Вводный инструктаж	Тренинговое занятие	наблюдение
2		1	Пре - тест	Тестирование	тестирование
3		5	Самоуважение	Обсуждение, работа в парах, ролевое моделирование, игра «Дерево достижений объединения»,	ролевое моделирование, наблюдение

				сочинение, защита проектов	
4		6	Привычки	Беседа, работа в группах, ролевое моделирование, проблемный урок	ролевое моделирование, наблюдение
5		5	Дружба	Работа в парах, работа в группах, дискуссия, ролевое моделирование, викторина	ролевое моделирование, наблюдение
6		5	Учусь сопротивляться давлению	Беседа, работа в группах, ролевая игра, игры-энергизаторы	беседа
7		5	Учусь говорить «Нет»	Обсуждение, ролевое моделирование, работа в группах	ролевое моделирование, наблюдение
8		4	И снова алкоголь	Беседа, работа в парах, игра, занятие - суд	беседа
9		2	Алкоголь в компании	Обсуждение, работа в парах, игры - энергизаторы	беседа
10		1	Пост – тест	Тестирование	тестирование
11		1	Итоговое занятие Промежуточная аттестация	Тренинговое занятие	наблюдение
<b>Всего часов</b>		<b>36</b>			
<b>Выдано часов</b>					

## РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

### 2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	36 недель
Первое полугодие	с 01.09.2022г. по 31.12.2022, 17 учебных недель
Каникулы	с 01.01.2023г. по 09.01.2023г.
Второе полугодие	с 10.01.2023г. по 25.05.2023г, 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	Май 2023г. (согласно расписанию)

### 2.2. Формы текущего контроля/промежуточной аттестации

ДООП «Полезные привычки» 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.

Социально одобряемая модель поведения может быть выработана только в результате вовлечения обучающихся в здоровьесберегающие практики.

Контроль и оценка результатов освоения программы зависит от тематики и содержания изучаемого материала.

*результаты* ДООП «Полезные привычки»

- осознание обучающимися необходимости заботы о своём здоровье и выработки форм поведения, которые помогут избежать опасности для жизни и здоровья
- социальная адаптация детей, расширение сферы общения

Первостепенным результатом реализации программы «Полезные привычки» будет сознательное отношение обучающихся к собственному поведению и здоровью

В ходе реализации ДООП «Полезные привычки» осуществляется:

*Предварительный контроль* проверка знаний учащихся на начальном этапе освоения программы. Проводится в начале года в форме тестирования.

*Текущий контроль* отслеживание активности обучающихся в выполнении ими творческих работ. Проводится в течение года в формах:

- беседа
- наблюдение
- ролевое моделирование

*Промежуточная аттестация* выполняется в конце учебного года в форме:

- беседа
- тестирование

*Итоговый контроль* проверка знаний учащихся по итогам реализации программы осуществляется в конце обучения по программе. Проводится в форме тестирования.

В основу ДООП «Полезные привычки» положены ценностные ориентиры, достижение которых определяются воспитательными результатами.

*Воспитательные результаты* деятельности оцениваются по трём уровням.

*Первый уровень* результатов (1 год обучения)— приобретение обучающимися новых знаний о правилах здорового образа жизни; которые учащиеся получают на занятиях вследствие участия в играх, беседах и тд.

*Второй уровень* результатов(2, 3 год обучения) — получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества ценностного отношения к социальной реальности в целом.

Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающихся между собой на уровне объединения, учреждения дополнительного образования,

то есть в защищенной, дружелюбной социальной среде. Именно в такой близкой социальной среде ребенок получает первое практическое подтверждение приобретенных гигиенических знаний, участвуя в различных мероприятиях.

*Третий уровень* результатов (4 год обучения) — получение обучающимися опыта самостоятельного общественного действия, формирование у младшего школьника социально приемлемых моделей поведения. Для достижения данного уровня результатов особое значение имеет взаимодействие обучающегося с представителями различных социальных субъектов в открытой общественной среде.

### **2.3. Материально-техническое обеспечение**

#### **Условия реализации программы**

Для эффективной реализации ДООП «Полезные привычки» необходимо:

- отдельный кабинет
- столы и стулья для педагогов и учащихся
- доска
- актовый зал для встреч с родителями, проведения массовых мероприятий, праздников

#### **Методическое обеспечение**

- наличие утвержденной ДООП «Полезные привычки»
- календарный учебный график
- тематическое планирование
- специальная литература
- план воспитательной работы
- план работы с родителями
- пазлы (разрезные картинки) – полезные и вредные привычки
- настольно – печатные игры по тематике ЗОЖ
- иллюстрированные кроссворды; шарады; ребусы; загадки (в стихах и в открытках) об организме человека и ЗОЖ; пословицы о здоровье на разрезных карточках и в картинках; стихи и отрывки из художественных текстов по теме ЗОЖ
- иллюстрации сказок, сказочных героев
- иллюстрации достопримечательностей нашей страны
- контрольные карточки и тесты по правилам ЗОЖ и основам безопасного поведения на улице, дома, в школе.
- наборы развивающих и дидактических карточек по теме ЗОЖ («Как устроен человек», «Азбука развития эмоций человека», «Личная безопасность человека» и др.)
- набор материалов и технических средств для сюжетно-ролевых, подвижных и спортивных игр в помещении («Здоровье в порядке-спасибо зарядке!», «На диване не лежать, прыгать, бегать и скакать!», «Со спортом я всегда дружу, ведь здоровьем дорожу!» и др).

#### **Информационное обеспечение**

- технические средства обучения: компьютер, ноутбук, магнитофон, видеотехника, проектор, экран
- компьютерные презентации по тематике ЗОЖ, мультфильмы по тематике ЗОЖ

#### **Организационное обеспечение**

- расписание занятий
- календарный учебный график
- список обучающихся

### **2.4. Информационное обеспечение**

#### **Интернет-источники**

- [togur-school.tom.ru/prof.htm](http://togur-school.tom.ru/prof.htm)
- [school208.ru/index.php/2011-09-27-16-52-39/](http://school208.ru/index.php/2011-09-27-16-52-39/)
- [narkostop.irkutsk.ru/media/lit/prof\\_PAV.pdf](http://narkostop.irkutsk.ru/media/lit/prof_PAV.pdf)

- vashpsixolog.ru>preventive-work...a...profilaktika...pav
- nsportal.ru>Школа>Материалы для родителей>...profilaktika-pav-sovety...
- https://edu.tatar.ru>upload/images/files...ПАВ.pdf
- saitar.com>blog/1-0-6
- primpms.ru>doc\_all/profilaktika\_pav.docx
- <https://www.youtube.com/watch?v=IULoqwQGSNo>
- <https://yandex.ru/video/preview/8324911500910839743>
- <https://www.youtube.com/watch?v=mUu7nSSCRZE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=IULoqwQGSNo>
- <https://yandex.ru/video/preview/8324911500910839743>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LKjgJVnb4PI>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FlcFOiXHA6M>
- [https://www.youtube.com/watch?v=rDMqOI\\_Ti0M](https://www.youtube.com/watch?v=rDMqOI_Ti0M)

## **Видео/презентации**

Мультфильмы:

- «Сказка о мёртвой царевне и семи богатырях».
- «Тайна едкого дыма»
- «Лебедь, Рак и Щука»
- «Квартет»
- «Малыш и Карлсон»

Презентации:

- «Культура и традиции России»
- «Вербальные и невербальные способы общения»
- «Действие алкоголя на организм человека»
- «На какие органы влияет табачный дым»
- «Самоуважение»

## **2.5. Кадровое обеспечение**

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Полезные привычки» обеспечивается педагогическими работниками, квалификация которых соответствует требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых:

- имеющими средне-профессиональное или высшее профессиональное образование
- владеющими необходимой квалификацией, методикой обучения
- знающими психологию детей младшего школьного возраста, их возрастные особенности, педагогические методы и приемы работы с учащимися
- выполняющими работу в соответствии с трудовыми функциями:
  - организация деятельности обучающихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы
  - обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения и воспитания
  - педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы
  - разработка программно-методического обеспечения реализации дополнительной общеобразовательной программы
  - организация досуговой деятельности

## **2.6. Методические материалы**

ДООП «Полезные привычки» представляет собой определенную систему содержания, форм, методов и приемов педагогических воздействий.



Воспитание здорового образа жизни включает широкий круг задач, и для их успешного решения используется целый ряд педагогических приемов с учетом возраста детей: прямое обучение, показ, объяснение, пояснение, поощрение, упражнения с выполнением действий в процессе дидактических игр, систематическое напоминание детям о необходимости соблюдать правила личной гигиены и постепенное повышение требований к ним.

Также используются следующие методы:

- наблюдения
- проигрывание ситуаций
- рассматривание художественных картин, фотографий
- изобразительная и творческая деятельность
- рассказы и беседы педагога
- моделирование различных ситуаций;
- сюжетно-ролевые, дидактические, подвижные игры
- физкультминутки
- интегрированные занятия
- викторины
- игры - путешествия
- ролевое моделирование
- упражнения – энергизаторы
- кооперативное обучение
- мозговой штурм
- групповая дискуссия
- просмотр видеороликов
- тренинговое занятие
- создание и защита проектов
- применение дистанционных технологий

**Структура занятия включает обязательные элементы**

1. Оргмомент

2. Сообщение темы занятия

3. Принятие правил работы группы

4. Оценка уровня информированности по теме (ролевые игры, «мозговой штурм», опрос)

5. Актуализация проблемы (игры на включение, дискуссия, тесты)

6. Информационный блок. Работа в группах кооперативного обучения ситуационный анализ

7. Отработка практических навыков (ролевые игры, ситуации, упражнения)

8. Завершение работы (упражнения – энергизаторы). Рефлексия

**Виды занятий для каждого типа занятия**

№	Тип занятия	Виды занятия	Форма проведения занятий
1.	Занятие открытия нового знания	Беседа, путешествие, проблемный урок, мультимедиа-урок, занятия смешанного типа	Очная с применением дистанционных технологий
2.	Занятие рефлексии	Сочинение, практикум, диалог, деловая игра, комбинированное занятие	
3.	Занятие общеметодологической направленности	Конкурс, занятие – игра, дискуссия, обсуждение, обзорная беседа, беседа, занятие – суд	
4.	Занятие развивающего контроля	Письменные работы, устные опросы, викторина, защита проектов, тестирование	

Занятия по ДООП «Полезные привычки» должны стать «школой здорового образа жизни» обучающихся, где любая их деятельность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность, и способствовать воспитанию у младших школьников потребности в здоровом образе жизни, формированию навыков ведения ЗОЖ.

#### **Формы организации познавательной деятельности**

- групповая
- коллективная
- фронтальная

#### **Работа по реализации программы ведётся по нескольким направлениям**

- *формирование навыков здорового образа жизни*
- *отработка навыков сопротивления давлению*
- *развитие навыков эффективного общения*
- *формирование самопознания и самопринятия*

#### **Этапы реализации программы**

- Положительный образ Я
- Общение
- Принятие решений
- Информация. Здоровый образ жизни

Данная программа является модифицированной, в основе которой лежит школьная профилактическая программа Проекта ХОУП, разработанная авторским коллективом Т.Б. Гречаной, Л.Ю. Ивановой, Л.С. Колесовой, О.Л. Романовой

**Принципы** ДООП «Полезные привычки», на которых строится воспитание здорового образа жизни детей:

- *Принцип «Не навреди!»*. Предусматривает использование в педагогической работе только безопасных приёмов оздоровления, апробированных тысячелетним опытом человечества и официально признанных.
- *Принцип гуманизма*. В воспитании признаётся самоценность личности ребёнка. Нравственными ориентирами воспитания являются общечеловеческие ценности.
- *Принцип альтруизма*. Предусматривает потребность делиться освоенными ценностями: «Научился сам – научи друга».
- *Принцип меры*. Для здоровья хорошо то, что в меру.

Необходимо отметить, что работа с детьми, помимо выше упомянутых принципов, базируется на следующих общедидактических и специфических принципах обучения и воспитания младших школьников.

*Принцип здоровьесберегающего подхода в воспитании, обучении, образовании ребенка* – формирование, сохранение и укрепление психофизического здоровья.

*Принцип единства переживания, познания, действия в процессе обучения детей младшего школьного возраста*.

Эмоциональное переживание ребенком конкретных ситуаций дает ему возможность ставить себя на место другого объекта, а затем уже на рациональном уровне понять свои поступки, подлинные чувства, мысли и явления.

*Принцип содружества, сотрудничества, сотворчества педагога и ребенка*.

*Принцип развивающего обучения* реализуется путем создания проблемных ситуаций, поощряющих ребенка к творческому познанию и преобразованию явлений окружающей действительности и своего «Я».

*Принцип интегрированного подхода* к реализации поставленных задач основан на взаимодействии и взаимопроникновении основ естественных, гуманитарных наук, педагогики, физиологии, гигиены, гармоничном переплетении всех видов детской деятельности - игры, обучения, труда, общения.

*Принцип сознательности* – нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмысленного отношения к познавательной деятельности.

*Принцип систематичности и последовательности* проявляется во взаимосвязи знаний, умений, навыков.

*Принцип повторения знаний, умений и навыков* является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатываются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности может проявляться в изменении упражнений и условий их выполнения, в разнообразии методов и приёмов, в различных формах заданий.

*Принцип постепенности.* Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровьесберегающих условий всестороннего образования ребёнка.

*Принцип индивидуализации* осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребёнка, планирует и прогнозирует его развитие. С учётом уровня индивидуальной подготовленности обучающегося, его психофизических возможностей, способностей и состояния здоровья, намечают пути совершенствования умений и навыков.

*Принцип непрерывности* выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха.

*Принцип цикличности* способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность учащегося к каждому последующему этапу обучения.

*Принцип учёта возрастных и индивидуальных особенностей* учащихся является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

*Принцип наглядности* – обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности направлен для связи чувственного восприятия с мышлением.

*Принцип активности* – предполагает в учащихся такую степень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества, которая соответствует их возрастным и психофизическим возможностям и особенностям развития.

*Принцип всестороннего и гармонического развития личности.* Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее – физическое, интеллектуальное, духовное, нравственное и эстетическое – развитие личности ребёнка.

*Принцип формирования ответственности* у обучающихся за своё здоровье и здоровье окружающих людей.

### План воспитательной работы

<p><b>Цель воспитательной работы в объединении</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование культуры общения и поведения обучающихся через различные формы воспитательной работы</li> <li>– формирование у дошкольников коммуникативных способностей во взаимоотношениях: ребенок-ребенок, ребенок-педагог, ребенок-родитель</li> <li>– формирование сплоченного детского коллектива на основе совместной деятельности обучающихся и педагогов</li> </ul>
<p><b>Задачи воспитательной работы</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формировать культуру общения и поведения дошкольников с родителями, педагогами, сверстниками</li> <li>– научить понимать своих товарищей, пробудить желание общаться, сотрудничать друг с другом</li> <li>– воспитывать умения видеть прекрасное в жизни людей</li> <li>– создавать условия для саморазвития ребенка как неповторимой индивидуальности («Я - концепция», творческие способности, адекватная самооценка)</li> <li>– вовлекать детей в процесс самостоятельного поиска и открытий новых знаний, решения вопросов проблемного характера</li> <li>– создавать условия для просвещения и консультирования родителей по вопросам семейного воспитания</li> <li>– формировать у обучающихся патриотизм, чувства гордости за свою Родину</li> <li>– проводить воспитательную работу используя различные виды деятельности</li> <li>– формировать у обучающихся ответственное отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</li> <li>– воспитывать в детях взаимоуважение, взаимопомощь друг другу</li> </ul>
<p><b>Планируемые результаты (воспитательные, личностные)</b></p>	<p><b><u>Воспитательные результаты</u></b>  <b>приобретение социальных знаний о ситуации межличностного взаимоотношения, освоение способов поведения в различных ситуациях</b></p> <p><b><u>Личностные результаты</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания</li> <li>– проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях</li> <li>– проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</li> <li>– оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы</li> <li>– проявлять уважение к иному мнению</li> </ul>
<p><b>Принципы организации</b></p>	<p><b>1. Личностно-ориентированные принципы</b></p>

<b>воспитательной работы</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– принцип адаптированности (каждый должен чувствовать себя как дома)</li> <li>– принцип психологической комфортности (снятие всех стрессообразующих факторов, создание благоприятной атмосферы)</li> </ul> <p><b>2. Культурно-ориентированные принципы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принцип картины мира (объединение – микромир)</li> <li>– принцип смыслового отношения к миру (мир вокруг меня – это мир, частью которого являюсь я)</li> </ul> <p><b>3. Деятельностно - ориентированные принципы</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– принцип креатива (формирование потребностей в творчестве и умения творчества)</li> </ul>
<b>Основные направления деятельности</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– духовное и нравственное воспитание</li> <li>– формирование здорового образа жизни</li> <li>– гражданское воспитание</li> <li>– поддержка семейного воспитания</li> <li>– патриотическое воспитание</li> <li>– приобщение детей к культурному наследию</li> <li>– экологическое воспитание</li> </ul>

### Планирование воспитательной работы

№	Основные направления деятельности	Мероприятие	Срок проведения
1	<b>духовное и нравственное воспитание</b>	««Прививка» от сквернословия» - беседа	октябрь
		«Толерантность – путь к миру - беседа	ноябрь
		«Если с другом вышел в путь» - беседа	апрель
		«Виток вокруг земли. Через 61 лет» - презентация	апрель
		День славянской письменности и культуры	май
2	<b>формирование здорового образа жизни</b>	«Азбука безопасности» - беседа	сентябрь апрель
		«Правила по ТБ и ПБ» - беседа	сентябрь январь
		День интернета. Всероссийский урок безопасности школьников в сети Интернет	октябрь
		«По тропинкам здоровья» - беседа	апрель
		«Компьютерная зависимость или «наркотик» массовой культуры» - беседа	март
3	<b>гражданское и правовое воспитание</b>	Организация пятиминуток «Осторожно на дороге»	в течение года
		Просмотр видеороликов по ПДД	в течение года
		«Мой безопасный маршрут в ДДЮ» - беседа	сентябрь
		«Конституция – главная книга страны»- беседа	декабрь
		«Права и обязанности ребёнка» - игровая программа	январь
		«Внимание! Дорога. Гололёд» - час общения	февраль
		«Закон и дети» - викторина	март

4	<b>поддержка семейного воспитания</b>	Социальный паспорт семьи	октябрь
		«По секрету всему свету» - родительская встреча	октябрь
		«Волшебные часы» - новогоднее представление	декабрь
		«Весеннее ассорти» - праздник – концерт	март
		«Удовлетворенность родителей работой ДДЮ» - анкетирование	апрель
		Международный день семьи	май
		«Солнце светит всем» - итоговый праздник	май
5	<b>патриотическое воспитание</b>	«Родина моя Россия» - беседа	ноябрь
		«Неизвестный герой, мы гордимся тобой» (День неизвестного солдата)	декабрь
		«Вечный огонь Славы» (День Героев Отечества)	декабрь
		«900 дней мужества. Блокада и её герои» Акция «Блокадный хлеб» (день полного освобождения Ленинграда от фашистской блокады)	январь
		«Сталинградская битва. Взгляд из 21 века» - беседа	февраль
		«Афганская война – живая память» - беседа	февраль
		«Мы вместе! Крым и Россия»- беседа	март
		«Память сердца» - видеоролик	май
6	<b>приобщение детей к культурному наследию</b>	«Да здравствует российская наука!»- беседа	февраль
		«Богатство в традициях» - познавательно – игровая программа	март
		«На книжной полке...» - беседа	март
7	<b>экологическое воспитание</b>	Всероссийский урок «Экология и энергосбережение» в рамках Всероссийского фестиваля энергосбережения #ВместеЯрче	сентябрь октябрь
		Всемирный день защиты животных	октябрь
		«Обитатели флоры и фауны Щучанского района» - викторина	апрель
		«Берегите природу» - беседа	май
8	<b>проектная и исследовательская деятельность</b>	Исследовательские работы	октябрь - апрель

В ДООП «Полезные привычки» предусмотрена работа с родителями (законными представителями), которая предполагает проведение индивидуальных консультаций, информационный уголок, совместные мероприятия.

**План работы с родителями  
(законными представителями)**

№	Вид деятельности	Содержание	Сроки
1	Планирование взаимодействия с родителями (цель, задачи)	Психолого-педагогическое просвещение родителей	сентябрь
2	Организация и проведение индивидуальных и групповых встреч, консультаций с родителями детей с целью лучшего понимания индивидуальных особенностей	«Организация работы детских объединений» - консультация	сентябрь
		Индивидуальные беседы, консультации по вопросам обучения и воспитания	в течение года

	обучающихся, информирования родителей о ходе и результатах освоения детьми ДОП, повышение психолого-педагогической компетентности родителей		
3	Организация совместной деятельности детей и взрослых при проведении занятий и досуговых мероприятий (использование различных приемов, форм, методов и средств привлечения родителей (законных представителей) к организации занятий и досуговых мероприятий)	«По секрету всему свету» - родительская встреча	октябрь
		«Волшебные часы» - новогоднее представление	декабрь
		«Весеннее ассорти» - праздник – концерт	март
		«Солнце светит всем» - итоговый праздник	май
		Участие в конкурсах	в течение года
4	Анкетирование родителей	«Социальный статус семьи»	сентябрь
		«Удовлетворенность родителей работой ДДО»	март

### Организационно-методический компонент

<b>Анкеты</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Социальный паспорт объединения»</li> <li>• «Психологический климат в коллективе»</li> <li>• «Удовлетворенность работой объединения»</li> </ul>
<b>Журнал объединения</b>
<b>Группа в ВК «Полезные привычки»</b>
<b>Программы проведения деловых игр, круглых столов</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Народная мудрость о здоровье»</li> <li>• «Происхождение моей фамилии»</li> <li>• «Народы мира против вредных привычек»</li> <li>• «Народные игры»</li> <li>• «Мастерская настольных игр по ЗОЖ»</li> </ul>

### Научно-методический компонент

<b>Перечень образовательных продуктов конспекты и сценарии:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• «Коварные помощники»</li> <li>• «Обиженная деревня»</li> <li>• «Уроки общения»</li> <li>• «За здоровый образ жизни»</li> <li>• «Принятие решений»</li> <li>• «Проект самовоспитания»</li> <li>• «ЗОЖ»</li> <li>• Родительское собрание «Нравственность»</li> <li>• Родительская встреча «Наша дружная семья»</li> <li>• Лекторий для родителей «Психология общения в семье»</li> </ul>

## 2.7. Оценочные материалы

Важным моментом работы по ДООП «Полезные привычки» является отслеживание результатов.

Контроль позволяет определять степень эффективности обучения, проанализировать результаты, внести коррективы в учебный процесс, позволяет всем субъектам образовательного

процесса увидеть результаты своего труда, создает благоприятный психологический климат в коллективе.

Для изучения результативности реализации ДООП предлагается систематическое отслеживание результатов деятельности ребенка через:

- диагностическую карту «Полезные и вредные поступки. 1 год обучения » (Приложение 1)
- диагностическую карту 2 год обучения (Приложение 2)
- диагностическую карту 3 год обучения (Приложение 3)
- диагностическую карту 4 год обучения (Приложение 4)
- диагностическую карту «Найди вредные привычки» (Приложение 5)
- диагностическую карту «Полезные привычки» (Приложение 6)
- диагностическая карта «ЗУН» (Приложение 7)
- диагностическую карту «Мониторинг личностного развития ребенка» (Приложение 8)



## 2.8. Список литературы

### Нормативно – правовые документы

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ)
2. Указ Президента РФ от 7 мая 2012г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»
3. СанПиН 2.4.3648–20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28
4. СанПиН 1.2.3685 – 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» с 1 марта 2021 года до 1 марта 2027 года
5. Стратегия развития воспитания в РФ до 2025 года (Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г, № 196-р)
6. Стратегическая инициатива «Новая модель системы дополнительного образования», одобренная Президентом РФ 27 мая 2015г
7. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образования для детей» (утвержденный Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (от 30 ноября 2016г №11)
8. Концепция развития дополнительного образования до 2030 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 № 678-р)
9. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18 ноября 2015г. № 09-3242 «О направлении информации»
10. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022г. № 629 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Порядок)
11. Национальный проект «Образование» (утв. Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. №16)
12. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации №298н от 5 мая 2018 года)
13. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 года, № 467)
14. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных (общеразвивающих) программ в Курганской области, 2017 г.
15. Структурная модель дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей программы (Приложение к письму Департамента образования и науки Курганской области от 26.10.2021 г. № ИСХ.08 – 05794/21)
16. Устав МБУДО «Дом детства и юношества»
17. Положение о разработке и утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (Приказ № 32 от 07.09.2020г)

### Литература для педагога

1. Архипова И. В. Творческая активность как показатель и способ усиления здоровья личности // Интегральный подход к формированию здоровья человека. — Новосибирск, 2001. — С. 47-49.
2. Абдрахимова А. Мы здоровьем дорожим – соблюдаем свой режим // Прил. к газ. Перв. Сент., Нач. шк., №20, 2003.
3. Беринич И., Голубева Т. Жизнь в гармонии с природой и собой // Здоровье детей, №8 / 2006.
4. Березин С.В., Лисецкий К.С. Психология ранней наркомании.- Самара, 200 Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Программа профилактики курения в школе. М., 2005.

5. Беспалова, Е.В. Факторы, негативно влияющие на здоровье ребенка/ Е.В.Беспалова// Справочник классного руководителя. - 2008. - №3. - С.22-29.
6. Белова И.В., Миненко П.П., Нестеренко О.Б. Школа здоровья и толерантности.- Хабаровск: ХК ИППК ПК, 2005.
7. Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С., Романова О. Л. Полезные привычки: Учебное пособие для начальной школы по предупреждению употребления детьми табака и алкоголя, 2003
8. Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 1-5 классы. – М.: ВАКО, 2007 г. - / Мастерская учителя.
9. Зимбардо Ф., Ляйпе М. Социальное влияние. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 448 с.
10. Касаткин В.Н., Паршутин И.А. и др. Здоровье: Предупреждение употребления алкоголя и наркотиков в школе. М., 2005
11. Коляда Д.А. Комплексная программа по сохранению и укреплению здоровья младшего школьника. – Волгоград : Учитель, 2014, - 324с.
12. Константинов В.Б., Копейкин Н.Ф. Здоровье – индикатор развития человека и общества // Здравоохранение Российской Федерации.-2001.- № 3.- С. 56-57.
13. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. – Москва: Вако, 2007.
14. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. :Вако, 2004. – 124 с.
15. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для средних школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
16. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. – Москва: Вако, 2007.
17. Ковалько, В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе [Текст] : 1-4 классы / В.И. Ковалько. – М. :Вако, 2004. – 124 с.
18. Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для средних школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.
19. Лободина Н.В., Чурилова Т.Н. Здоровьесберегающая деятельность: планирование, рекомендации, мероприятия – Волгоград : Учитель, 2015. – 205с.
20. Макеева А.Г. Не допустить беды: Педагогическая профилактика наркотизма школьников: Пособие для учителя: В помощь образовательному учреждению: “Профилактика злоупотребления психоактивными веществами”. – М.: Просвещение, 2003.
21. Никифоров Г.С. Психология здоровья. – СПб.: Питер, 2006 – 607 с.
22. Новолодская Е. Г. Уроки здоровья // Нач. шк., №5, 2001
23. О концепции профилактики злоупотребления ПАВ в образовательной среде //Вестник образования. № 8, 2000
24. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы// Москва, ВАКО, 2008г
25. Павлова М.А. Формирование здорового образа жизни у младших школьников. Вып. 2: классные часы, тематические мероприятия, игры. – Волгоград: Учитель, 2009.
26. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании // Под ред. С.В. Березина, К.С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой/ М, Изд-во Института психотерапии, 2000.
27. . Психология подростка. Учебник под ред. А.А. Реана. СПб: «Прайм-ЕВРОЗНАК», 2003.
28. Петракова Т.Н. Руководство по профилактике наркомании среди детей и подростков. М., 2007.
29. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях. СПб., Речь, 2003.
30. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? М.,2003.
31. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. М., 2006.
32. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Программа формирования здорового жизненного стиля. // Работающие программы. Выпуск 5.М., 2000.

33. Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Эффективные программы профилактики зависимостей от наркотиков и других форм зависимого поведения. М., 2004.
34. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. М., Генезис, 2001
35. Шарапановская Е.В. Социально-психологическая дезадаптация детей и подростков. М., 2005.

#### **Литература для обучающихся**

1. Десять привычек здорового образа жизни. – Режим доступа: <http://www.click.began.ru>
2. Козлова С. А., С.Ш. Шукшина Тематический словарь в картинках. МИР ЧЕЛОВЕКА. Я и моё тело. – М.: Школьная пресса, 2010.
3. Лисицын Ю.П., Здоровье и общественное здравоохранение. М., 2004. -246с.
4. Орлова О. Тихая эпидемия // Копеечка. – 2007. – 7 март.- С.12
5. Смирнов А.А. Здоровье и здоровый образ жизни. //Основы безопасности жизнедеятельности. -2000 №1.-С. 18-20.
6. Самсонова С., Токаренко Е., Качальская Я. В. Жизнь игра – «Здоровье и Общество», 2004
7. Самсонова С., Токаренко Е., Качальская Я. В. Сказка как психотерапия и психокоррекция для «информационного» ребёнка 21 века - «Здоровье и Общество», 2004

#### **Литература для родителей**

1. Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С., Романова О. Л. Уроки для родителей, или как помочь ребёнку не употреблять табак и алкоголь. М., 2000
2. Гречаная Т. Б., Иванова Л. Ю., Колесова Л. С., Романова О. Л. Полезный выбор. Тетрадь для родителей. М., 2000
3. Еникеева Д.Д. Как предупредить алкоголизм у подростков. М: Издательский центр «Академия» 2001
4. Журавлёва О.В., Зуева С.П., Нижегородова М.Н. Программа «Путешествие во времени». // Работающие программы. Выпуск 4. М., 2000
5. Клименко Н., Самсонова С. Родительский всеобуч. Чтобы подросток не вырос подранком. «Здоровье и Общество», 2004
6. Козлов Н. Философские сказки для обдумывающих житье, или веселая книга о свободе и нравственности. М., Ребус, 1994.
7. Крыжановская Л.М. Психология семьи: проблемы психолого-педагогической реабилитации. М., 2005.
8. Мельникова М. М., Косованова Л. В. Основы рационального питания: Учебно-методическое пособие. Новосибирск, 2001. — 199с.
9. Никифоров Г.С. Здоровье как системное понятие. – СПб.: Питер, 2000 – 316 с
10. Психологические проблемы современной российской семьи: Материалы научно-практической конференции. М., 2005.
11. Психология современного подростка / Под ред. Л.А. Ретуш. СПб., 2005
12. Родителям о последствиях жестокого обращения в семье для психики ребёнка. Ханты – Мансийск, 2011
13. Романова О. Л., Тимакина Е. Н. Материалы для родителей. 127 полезных советов, или Как уберечь детей от наркотиков. М., 2001
14. Спиваховская А.С. Детско-родительские отношения. СПб., 2005.
15. Стратегия ВОЗ «Здоровье для всех в 21 веке». – Режим доступа: <http://www.gov.cap.ru>
16. Табачный вопрос. – Режим доступа: <http://www.ren-tv.com>
17. Чимаров В.М. Здоровый образ жизни. Режим доступа: <http://www.region.utmn.ru>
18. Школа без наркотиков. Книга для педагогов и родителей. Под ред. Л. М. Щипицыной и Е.И.Казаковой, СПб, «Детство-Пресс», 2001.

#### **Электронные образовательные ресурсы**

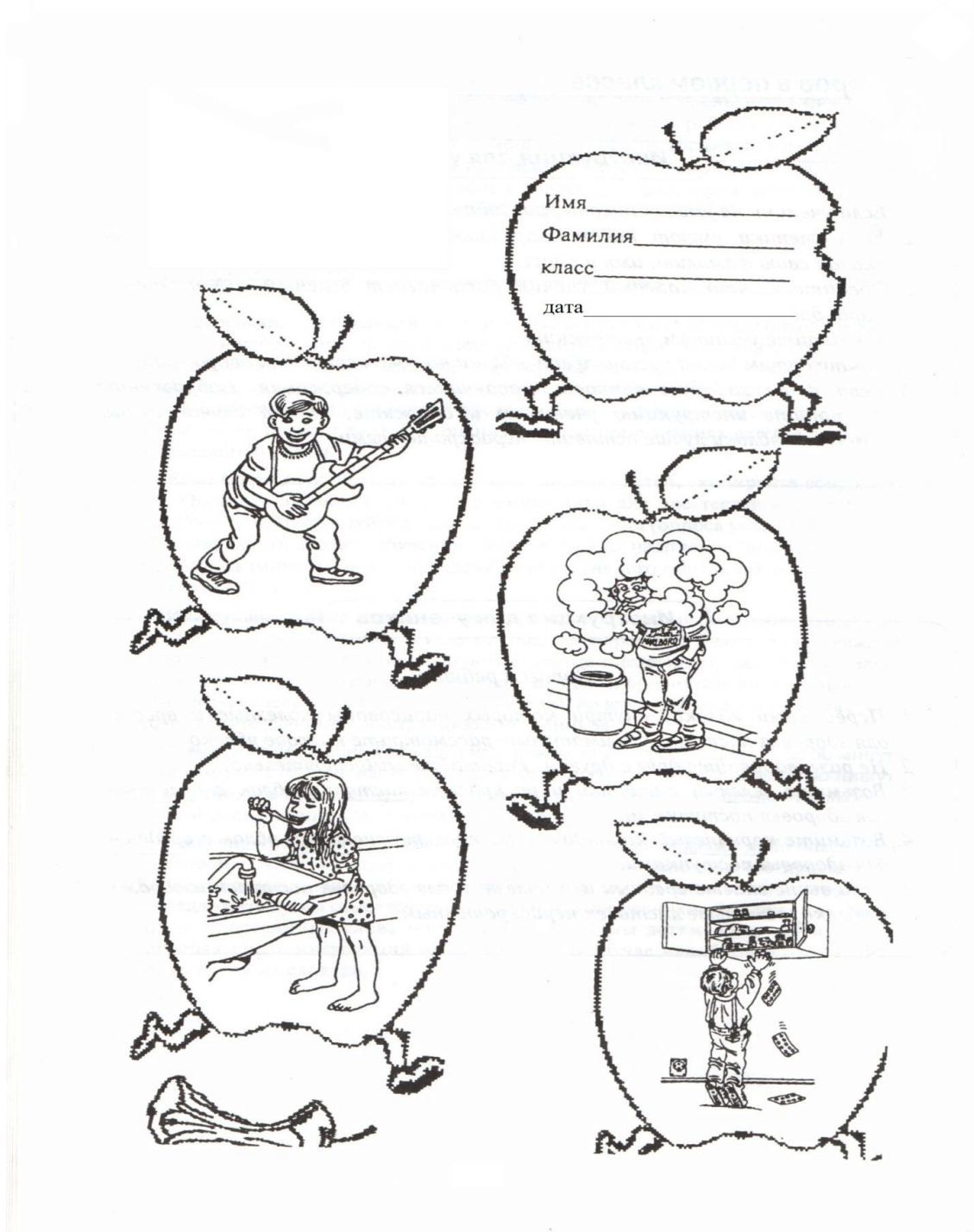
- [togur-school.tom.ru/prof.htm](http://togur-school.tom.ru/prof.htm)
- [school208.ru/index.php/2011-09-27-16-52-39/](http://school208.ru/index.php/2011-09-27-16-52-39/)
- [narkostop.irkutsk.ru/media/lit/prof\\_PAV.pdf](http://narkostop.irkutsk.ru/media/lit/prof_PAV.pdf)
- [vashpsixolog.ru/preventive-work...a...profilaktika...pav](http://vashpsixolog.ru/preventive-work...a...profilaktika...pav)
- [nsportal.ru/Школа/Материалы для родителей...profilaktika-pav-sovety...](http://nsportal.ru/Школа/Материалы для родителей...profilaktika-pav-sovety...)

- <https://edu.tatar.ru/upload/images/files...IIAB.pdf>
- <saitar.com/blog/1-0-6>
- [primpms.ru/doc\\_all/profilaktika\\_pav.docx](primpms.ru/doc_all/profilaktika_pav.docx)
- <https://www.youtube.com/watch?v=IULoqwQGSNo>
- <https://yandex.ru/video/preview/8324911500910839743>
- <https://www.youtube.com/watch?v=mUu7nSSCRZE>
- <https://www.youtube.com/watch?v=IULoqwQGSNo>
- <https://yandex.ru/video/preview/8324911500910839743>
- <https://www.youtube.com/watch?v=LKjgJVnb4PI>
- <https://www.youtube.com/watch?v=FlcFOiXHA6M>
- [https://www.youtube.com/watch?v=rDMqOI\\_Ti0M](https://www.youtube.com/watch?v=rDMqOI_Ti0M)

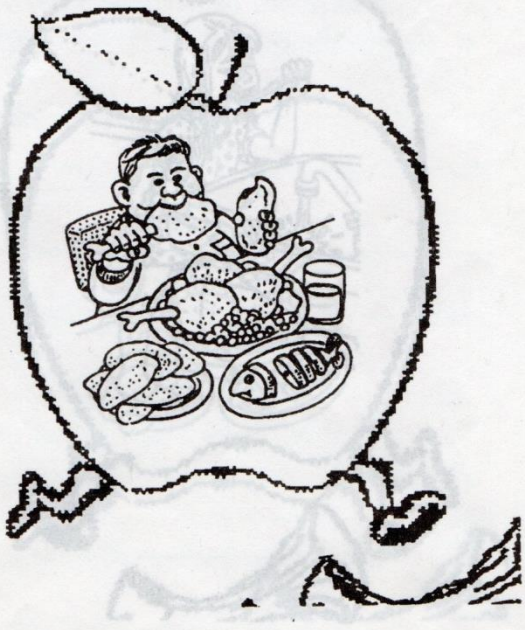
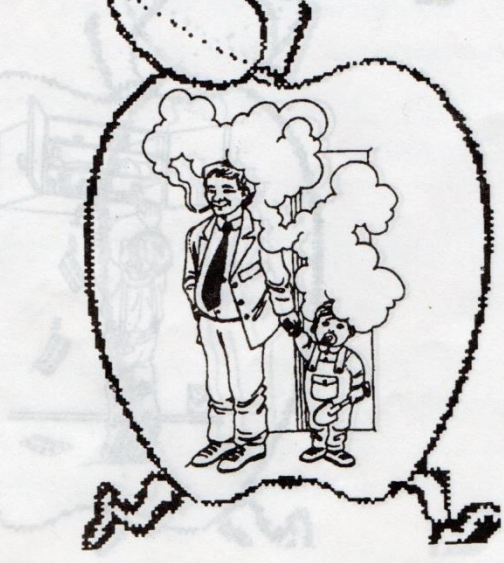
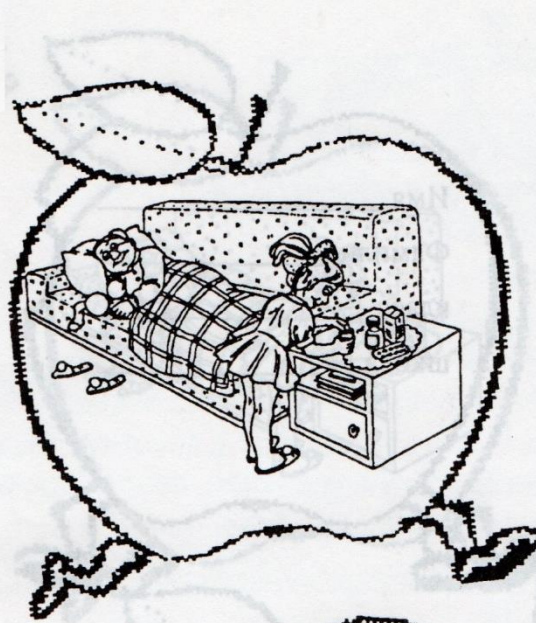
«Полезные и вредные поступки»

1 год обучения

Возьмите зелёный карандаш и раскрасьте листочки яблок с полезными для здоровья поступками.  
Возьмите коричневый карандаш и раскрасьте листочки яблок с вредными для здоровья поступками.







**2 год обучения**

*Дорогой друг!*

Имя \_\_\_\_\_ Фамилия \_\_\_\_\_

Объединение \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

1. Плавание и бег трусцой – полезные для здоровья занятия. Какое ещё полезное для здоровья занятие ты знаешь?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Позы и жесты называются выразительными движениями. Какие еще выразительные движения ты знаешь?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. Принимая решение, сначала надо остановиться. Каковы следующие шаги принятия решения?

Отметь галочкой нужные квадратики:

представить, как отразится поступок на тебе и твоих близких;

выбрать безопасное занятие;

похвалить себя за правильный выбор.

4. Реклама табака и алкоголя советует людям покупать их. О чем она умалчивает?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Некоторые люди думают, что алкоголь безопасен. Как ты думаешь, правда это или ложь?

Отметь галочкой нужный квадратик:

правда  ложь.

6. Какое вредное для здоровья вещество содержится в пиве, вине и водке?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. Что ты скажешь человеку, предлагающему тебе попробовать пиво?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

8. Тебе понравились занятия «Полезные привычки»?

да  нет.

9. Что тебе понравилось больше всего?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**3 год обучения**

*Дорогой друг!*

Имя \_\_\_\_\_ Фамилия \_\_\_\_\_

Объединение \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

1. Чтобы хорошо учиться, надо быть аккуратным. Какое еще качество хорошего ученика ты знаешь?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. Взаимодействие – это когда человек делает что-то вместе с другими людьми, например: учится или работает. Какое еще взаимодействие ты знаешь?
- 
- 
3. Каждый ученик может стать уверенным в себе. Отметь галочкой поведение уверенного ученика:
- держится прямо, не сутулится;
- смотрит в глаза собеседнику;
- говорит четко, спокойно, громким голосом.
4. Иногда ученики сомневаются, правду ли им говорят. Отметь галочкой, что надо делать, если возникли сомнения:
- задать уточняющие вопросы;
- проверить сведения/информацию.
5. Какое вредное вещество содержится в табачном дыме?
- 
6. Курение вредно влияет на сердце и мозг. На какой еще орган тела вредно влияет табачный дым?
- 
- 
7. От табачного дыма портится аппетит, желтеют пальцы рук и зубы. Какое еще неприятное последствие курения ты знаешь?
- 
- 
8. Тебе понравились занятия «Полезные привычки»?
- да       нет.
9. Что тебе понравилось больше всего?
- 
- 

Приложение 4

**4 год обучения**

***Дорогой друг!***

Имя \_\_\_\_\_ Фамилия \_\_\_\_\_

Объединение \_\_\_\_\_ Дата \_\_\_\_\_

1. Чистить зубы и делать зарядку по утрам - полезные привычки. Какую еще полезную привычку ты знаешь?
- 
- 
2. Дружба зависит от качеств, друзей. Отметь галочкой, от чего зависит дружба:
- уважение прав друг друга;
- конструктивная критика.
3. Когда один человек угрожает другому, его поведение называется давлением. Отметь галочкой, какое еще поведение является давлением:
- лесть;
- попытка вызвать чувство вины.
4. Что ты скажешь подросткам, которые предлагают тебе покурить?



---

---

5. Некоторые люди думают, что подвыпивший человек становится более общительным и дружелюбным. Как ты думаешь, правда это или ложь?

правда  ложь.

6. Подростки употребляют алкоголь в компании по разным причинам. Отметь галочкой возможные причины:

казаться старше своего возраста;

повеселиться;

понравиться окружающим, выглядеть своим человеком.

7. Что бы ты не купил(а), несмотря на рекламу?

---

8. Тебе понравились занятия "Полезные привычки"?

да  нет.

9. Что тебе понравилось больше всего?

---

---

Приложение 5

### Найди вредные привычки



**Итоговая аттестация**  
**«Полезные привычки»**

Ф. И. обучающегося, объединение

1. Напиши, какие полезные привычки ты знаешь?

2. Напиши, от чего зависит дружба?

3. Когда один человек угрожает другому, как называется его поведение? Какое поведение называется давлением?

4. Что ты скажешь подросткам, которые предлагают тебе покурить?

5. Некоторые люди думают, что подвыпивший человек становится более общительным и дружелюбным. Как ты думаешь, это правда или ложь?

6. Подростки употребляют алкоголь в компании по разным причинам. Назови возможные причины?

7. Что ты не купил бы, несмотря на рекламу? Всегда ли реклама правдива?



Диагностика ЗУН

№	Ф. И. обучающегося	Уровень теоретической подготовки обучающихся			Уровень практической подготовки обучающихся			Уровень воспитанности обучающихся			итого	Средний балл
		Соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям	Логичность, доказательность суждений, умозаключений, выводов	Осмысленность и свобода использования специальной терминологии	Соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям	Качество выполнения практического задания	Развитость практических навыков работы со специальной литературой	Культура поведения	Культура организации своей практической деятельности	Ответственность при работе		

Критерии оценки

уровня теоретической подготовки обучающихся:	уровня практической подготовки обучающихся:	уровня воспитанности обучающихся:
1. соответствие уровня теоретических знаний программным требованиям 2. развитость практических навыков работы со специальной литературой 3. осмысленность и свобода использования специальной терминологии	1. соответствие уровня развития практических умений и навыков программным требованиям 2. качество выполнения практического задания 3. технологичность практической деятельности	1. культура поведения 2. культура организации своей практической деятельности 3. аккуратность и ответственность при работе

**Карточка учета динамики личностного развития ребенка.**

1. Вид и название детского объединения \_\_\_\_\_
2. Ф.И.О. педагога \_\_\_\_\_
3. Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

№	Ф.И. ребенка	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		Поведенческие качества		Личностные достижения обучающихся
		Терпение	Воля	Самоконтроль	самооценка	Интерес к занятиям	конфликтность	Тип сотрудничества	

**Мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной образовательной программы**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное количество баллов	Методы диагностики
<b>I. Организационно-волевые качества:</b> 1.1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	- терпения хватает меньше чем на ½ занятия	1	Наблюдение
		- терпения хватает больше чем на ½ занятия	5	
		- терпения хватает на все занятие	10	
1.2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	-волевые усилия ребенка побуждаются извне - иногда – самим ребенком - всегда – самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
1.3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	- ребенок постоянно находится под воздействием контроля из вне - периодически контролирует себя сам - постоянно контролирует себя сам	1 5 10	Наблюдение

<b>II. Ориентационные качества:</b>				
2.1. Самооценка	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- завышенная - заниженная - нормальная	1 5 10	Метод «Лесенка»
2.2. Интерес к занятиям в детском объединении	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	- интерес к занятиям продиктован ребенку извне - интерес периодически поддерживается самим ребенком - интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно	1 5 10	Тестирование
<b>III. Поведенческие качества:</b>				
3.1 Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору) в процессе взаимодействия)	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	- периодически провоцирует конфликты - сам в конфликтах не участвует, старается их избежать - пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	0 5 10	Наблюдение
3.2. Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам детского объединения)	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	- избегает участия в общих делах - участвует при побуждении извне - инициативен в общих делах	0 5 10	Наблюдение