

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО

Решением Педагогического совета
ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от 27.09.2023 № 4

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга

_____ Ульянова И.А.

Приказ № 194/1 от 27.09.2023

**Ульянова
Ирина
Анатольевна**

Подписано
цифровой подписью:
Ульянова Ирина
Анатольевна
Дата: 2023.09.08
16:45:07 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ВТОРАЯ СТУПЕНЬ»

Возраст учащихся – 8 - 9 лет

Срок реализации – 6 часа

Разработчики:

Кузюткина Наталья Валерьевна

- социальный педагог,

Елагина Майя Валерьевна

- социальный педагог

Санкт-Петербург
2023-2024 учебный год

Пояснительная записка.

Программа «**Первая ступень**» имеет социально-педагогическую направленность.

Актуальность:

Программа «**Вторая ступень**» (для обучающихся 2-х классов) (далее – Программа) направлена на формирование и воспитание социальных навыков, сохранение физического и психического здоровья детей, профилактику проявлений отклоняющегося поведения.

Задача учреждений дополнительного образования - создавать условия, способствующие сохранению и укреплению здоровья, формированию и воспитанию ценностного отношения обучающихся к собственному здоровью и здоровью окружающих. Благодаря реализации Программы можно научить ребёнка индивидуальным способам ведения здорового образа жизни, помочь в формировании здоровых привычек и создать установки на сохранение своего благополучия.

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

Среди целей и задач государственной политики в сфере охраны здоровья детей - формирование здорового образа жизни у детей, организации работы школ, содействующих укреплению здоровья (Федеральный закон об охране здоровья детей). Формирование мотивации для ведения здорового образа жизни - одна из приоритетных задач политики Российской Федерации на период до 2025 года. В соответствии с Указом Президента России от 29 мая 2017 года №240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства» и поручением Президента России по реализации Национальной стратегии действий в интересах детей (28.11.2017), проблемы сохранения здоровья обучающихся, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление и сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня.

Целями развития дополнительного образования детей являются создание условий для самореализации и развития талантов детей, а также воспитание высоконравственной, гармонично развитой и социально ответственной личности (Концепция развития дополнительного образования для детей до 2030 года» от 31.03.2022 № 678-р).

Адресат программы. Обучающиеся вторых классов общеобразовательных учреждений Невского района Санкт-Петербурга.

Объем и срок реализации программы.

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, составляет 6 часов.

Цель программы - повышение мотивации к ведению здорового образа жизни у обучающихся 8-9 лет и развитие у них необходимых для его осуществления навыков и качеств.

Задачи программы:

Образовательные

- расширить знания детей о здоровом образе жизни;
- сформировать знания об основах безопасного поведения;

Развивающие:

- улучшить навыки детей в выражении своих чувств;
- научить пользоваться полезными привычками для успешного ведения здорового образа жизни;

Воспитательные:

- воспитать положительное отношение к здоровому образу жизни;
- подчеркнуть для детей уникальность и ценность каждого из них;
- способствовать улучшению взаимоотношений между детьми

Условия реализации программы:

Занятия проводятся по заявке образовательных учреждений района. Для работы по программе требуются согласия родителей. Занятие проводится с одновозрастными учащимися, в классе, в течение одного урока (40 – 45 минут), в присутствии педагога. Учащиеся располагаются на своих рабочих местах. Количество детей не должно превышать 30 человек. В течение реализации программы в каждом учебном году проводится по два занятия.

Формы проведения занятий: игра, обсуждение, творческая мастерская, лекторий, просмотр видеофильмов.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: фронтальная (беседа, показ, объяснение), коллективная (творческое взаимодействие между всеми детьми одновременно), групповая формы организации деятельности учащихся на занятии. Образовательный процесс проходит в интерактивной форме, дети отвечают на вопросы, имеют возможность высказать своё мнение, рассуждать, делиться опытом, работать в группах, рисовать.

Материально-техническое оснащение программы: наличие помещения со стульями и столами, методического материала для каждого занятия, бумаги, цветных карандашей, доски, мультимедийной установки.

Кадровое обеспечение: занятие проводит специалист ГБУ ДО ЦППМСП Невского района Санкт-Петербурга (социальный педагог или педагог-психолог).

Планируемые результаты:

В результате освоения Программы учащиеся должны владеть следующими знаниями, умениями и навыками:

Личностные:

- осознанное и ответственное отношение к своему здоровью;
- наличие социальных навыков (коммуникабельность, уверенность в себе, самоуважение и эффективное взаимодействие с окружающими – как со сверстниками, так и со взрослыми);

Метапредметные:

- умение выразить и отстоять свою точку зрения;
- умение планировать режим дня;

Предметные:

- знание основ здорового образа жизни.

Результативность работы по программе определяется с помощью анализа полученных ответов детей на вопросы: «какого цвета сейчас твоё настроение», «расскажешь ли ты родителям о сегодняшнем занятии», «было ли тебе интересно на занятии».

Учебный план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Вторая ступень» (обучающиеся 2-х классов)

| № п/п | Название раздела, темы | Количество часов | | | Формы контроля |
|-------|---|------------------|--------|----------|----------------------------|
| | | всего | теория | практика | |
| 1. | Занятие для второго класса: «Психологическое и физическое здоровье» | 2 | 1 | 1 | Упражнение «5 условий ЗОЖ» |
| 2. | Занятие для второго класса: | 2 | 1 | 1 | Составление режима дня |

| | | | | | |
|-------|-------------------------------|---|---|---|--|
| | «Мои здоровые привычки» | | | | |
| 3. | Упражнение «Дневник мальчика» | 2 | 1 | 1 | |
| Итого | | 6 | 3 | 3 | |

**Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы «Вторая ступень» (обучающиеся 2-х классов)
на 2023 – 2024 учебный год**

| Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|------------------------------|
| 1.09.2023 | 31.05.2024 | 6 | 6 | 6 | Шесть занятий в учебном году |

Дата проведения занятий согласовывается в начале каждого учебного года.

Содержание программы.

Тема 1. Занятие для второго класса «Психологическое и физическое здоровье»
Лекторий о правилах ведения здорового образа жизни, просмотр видеofilmа.

Тема 2. Занятие для второго класса: «Мои здоровые привычки».

Обсуждение «Дневника мальчика» (приложение 1), выполнение упражнения «Пять условий», составление индивидуального режима дня, весёлая зарядка.

Оценочные и методические материалы

Методики, методы и технологии: словесные, наглядные, практические, наблюдение, анкетирование, опрос, групповые, личностно-ориентированные методы, технологии сотрудничества.

Дидактические средства: двусторонние двухцветные карточки (на каждого ученика), мультфильмы о здоровом образе жизни, мультфильм «Весёлая зарядка».

Занятия начинаются с устного опроса – восстановления материала предыдущих занятий. В конце занятий проводится письменный анонимный опрос, в ходе которого дети отвечают, было ли им интересно, какого цвета сейчас их настроение, расскажут ли они родителям или друзьям об этом занятии. Также результативность определяется с помощью выполнения обучающимися творческих заданий (режим дня).

Информационные источники

1. Основы здорового образа жизни. 1 – 4 классы. Учебное пособие под ред. Бакуниной М.И. – Русское слово – учебник, 2020. 64 с.

2. Формирование здорового образа жизни у дошкольников / под редакцией Перепелкиной А. – СПб.: Учитель, 2020. – 169 с.

3. "Формирование здорового и безопасного образа жизни. 2 класс. Практическое пособие по внеурочной деятельности» - М-книга, 2021г. – 128с.

4. Мехтиханова Н.Н. Психология зависимого поведения. – Флинта, 2019. – 158 с.

5. Симкина П.Л., Титаровский Л.В. Педагогическая валеология. Книга II. Воспитание гармоничной личности. – Свет, 2018, 296 с.

Интернет-источники:

<https://www.youtube.com/watch?v=pokp7v6w08I>

<https://www.youtube.com/watch?v=b0lnHl0cxGo>

Реализация программы в условиях обучения с использованием дистанционных образовательных технологий

Занятие по программе «Первая ступень» может включать:

- презентации с текстовым комментарием;
- online-занятия, видеолекции;
- фрагменты и материалы доступных образовательных интернет-ресурсов;
- инструкции по выполнению практических заданий;
- тестовые задания

Организация образовательного процесса:

- выбор электронного образовательного ресурса, он-лайн платформы, социальной сети (Якласс, Учи.ру);
- корректировка текущего календарно-тематического планирования дополнительной образовательной программы.
- продолжительность занятия – 30 - 40 минут.
- разработка инструкции/памятки для родителей и обучающихся о реализации образовательной программы: • адрес электронного ресурса; • логин и пароль электронного ресурса (при необходимости); • режим и расписание дистанционных занятий; • формы контроля освоения программы; • формы учета посещаемости.

Технические требования к оснащению учебного процесса в дистанционной форме:

- наличие интернета, видеосвязи, проектора, звука
- возможность обратной связи от обучающихся, участвующих в программе, во время проведения занятия, так как содержание занятий предполагает интерактивную форму работы.

«Дневник мальчика»

Я вчера полночи играл в компьютер, и когда мама пришла меня будить, я не хотел вылезать из кровати. Портфель я собрал, а умываться не стал. Прихватил с собой пакет чипсов на завтрак. Мама подвезла меня на машине, поэтому мы успели вместе со звонком. На завтрак я съел чипсы и еще пирожное, запил все колой вместе со своим любимым “Чупа-чупсом”. Ребята пошли на воздух играть в футбол, но я был такой сонный, что мог только сидеть в классе. После школы я сел играть за компьютер. Спать я пошел, только когда перевалило за полночь.