


Областное специализированное государственное бюджетное учреждение
«Центр социальной помощи семье и детям «Семья» Чернянского района» Белгородской области

«Утверждаю»
Директор ОГБУ «ЦСПСид «Семья»
Чернянского района» Белгородской области
Безбородова Е.В.
« 28 » августа 2023 года



Рабочая программа педагога
к модулю « **Здоровый образ жизни** »
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы социально-педагогической направленности
«Шаг в завтрашний день»
Возраст обучающихся: 7-18 лет.
Срок реализации: до 6 месяцев.

Социальный педагог – Вензенко И.Н.

п. Чернянка 2023г.

1. Пояснительная записка

В соответствии с законом РФ “Об образовании” здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Современные условия накладывают серьезный отпечаток на здоровье человека, особенно это сказывается в детском и подростковом возрасте. В результате ухудшения социально-экономических и экологических условий за последние десятилетия в стране произошли неблагоприятные перемены в состоянии здоровья детского населения: увеличение количества детей с нарушением физического развития, прогрессирующий рост распространенности хронической патологии, рост социально обусловленной патологии, повышение эпидемической заболеваемости. Эти тенденции, но в большей степени и с определенными особенностями, имеют место и среди воспитанников ОСГБУ «ЦСПСиД «Семья» Чернянского района» Белгородской области.

В наш центр приходят дети, которые воспитывались в неблагополучных семьях, как правило, с невнимательным отношением к своему здоровью. У них изначально сформирован негативный образ жизни (девиантное поведение, поведение которое не соответствует общепринятым или официально установленным социальным нормам - курение, ранний алкоголизм, токсикомания, бродяжничество и т.д.). Неблагополучные социальные условия наряду с плохой наследственностью вызывают задержку физического развития, депривационные состояния, психоэмоциональную неустойчивость, хронические заболевания.

Такое положение вызывает острую необходимость в разработке воспитательной программы по формированию здорового образа жизни. В понятие “здоровый образ жизни” входят такие компоненты, как физическая активность, рациональное питание, отказ от вредных привычек, создание, укрепление и сохранение нормального психологического климата в детском коллективе, сознательное отношение к соблюдению правил личной гигиены, знание целей и задач профилактики. Важным направлением здоровьесберегающей деятельности педагога является работа по формированию здорового образа жизни воспитанников в рамках воспитательной работы. В связи с этим создание активной среды, в которой воспитание ребёнка происходит не за счёт ресурсов его здоровья, а вследствие специально организованной системы развития внутреннего потенциала, является актуальнейшей задачей.

Актуальность программы определена тем, что основывается на формировании у воспитанника позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья и здоровья окружающих людей.

Новизна программы в том, что она направлена на получение необходимых знаний, умений и навыков приобщения к здоровому образу жизни воспитанников и учит их использовать полученные знания в повседневной жизни. Программа позволяет реализовать актуальный в настоящее время деятельностный и личностно-ориентированный подход.

Программа «Здоровый образ жизни» реализована социальным педагогом ОСГБУ «ЦСПСиД «Семья» Чернянского района» Белгородской области. Педагог проводит занятия во внеурочное время один раз в неделю. На занятиях принимает участие группа воспитанников по количеству детей школьного возраста, находящихся в учреждении (до 14 человек). Воспитанники ОСГБУ «ЦСПСиД «Семья» Чернянского района» Белгородской области поступают в учреждение и выбывают из него в течение всего учебного года. Поэтому программа построена таким образом, что каждое занятие представляет собой завершённую смысловую тему. Это позволяет включаться в обучение независимо от сроков поступления в учреждение и также безболезненно выходить из курса обучения в связи с выбытием.

Цель: создание благоприятных условий для формирования у воспитанников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

1. формировать у детей навыки гигиены;
2. научить рационально организовывать режим дня, учёбы и отдыха, двигательной активности;
3. познакомить с правилами поведения в обществе;
4. познакомить с причинами возникновения зависимостей от табака, алкоголя и их пагубном влиянии на здоровье человека;
5. научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

2. Учебно – тематический план

№ п/п	Раздел, тема	Количество часов на 2 месяца			Количество часов на 4 месяца			Количество часов на 6 месяцев		
		всего	Теоретические занятия	Практические занятия	всего	Теоретические занятия	Практические занятия	всего	Теоретические занятия	Практические занятия
1.	«Здоровый образ жизни»	9	3.5	5.5	14	4,2	9,8	28	11,2	16,8
1.1	Вводное занятие. Диагностика. Анкета «Что ты знаешь о здоровье человека? »	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
1.2	Беседа «Чистота – залог здоровья». (Как привить детям культурно – гигиенические навыки)	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
1.3	Воспитательный час «Учим ребёнка аккуратности и опрятности»	1	-	1	1	-	1	1	-	1
1.4	Практическое занятие «Учимся одеваться правильно»	1	-	1	1	-	1	1	-	1
1.5	Занятие – игра. Беседа о правилах личной гигиены девочек и мальчиков.	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5	1	0,5	0,5
1.6	Трудовой десант.	1	-	1	1	-	1	1	-	1

психотропных веществ и спайсов» Анкетирование									
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Календарно-тематический план работы по модулю «Здоровый образ жизни»
по программе « Шаг в завтрашний день»
на 2023-2024 учебный год, 51 час**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Количество часов	
			Планируемые сроки	Фактические сроки
1.	<i>Первый раздел ЗОЖ</i>	9		
1.1	Вводное занятие. Диагностика. Анкета «Что ты знаешь о здоровье человека? »	1	06.09.2023	06.09.2023
1.2	Беседа «Чистота – залог здоровья». (Как привить детям культурно – гигиенические навыки)	1	13.09.2023	13.09.2023
1.3	Воспитательный час «Учим ребёнка аккуратности и опрятности»	1	20.09.2023	20.09.2023
1.4	Практическое занятие «Учимся одеваться правильно»	1	27.09.2023	27.09.2023
1.5	Занятие – игра. Беседа о правилах личной гигиены девочек и мальчиков.	1	04.10.2023	04.10.2023
1.6	Трудовой десант. Конкурс «Порядок в шкафу», «Лучшая спальня»	1	11.10.2023	11.10.2023
1.7	Презентация. Ситуативные разговоры с детьми по формированию КГН.	1	18.10.2023	18.10.2023

1.8	Практическое занятие «Большая стирка», «Учимся чинить одежду и ухаживать за ней» Диагностика.	2	25.10.2023 26.10.2023	25.10.2023 26.10.2023
2	<i>Второй раздел ЗОЖ</i>	14		
2.1	Вводное занятие. Диагностика. Анкета «Что ты знаешь о здоровье человека?»	1	01.11.2023	01.11.2023
2.2	Беседа «Чистота – залог здоровья». (Как привить детям культурно – гигиенические навыки)	1	08.11.2023	08.11.2023
2.3	Воспитательный час «Учим ребёнка аккуратности и опрятности»	1	15.11.2023	15.11.2023
2.4	Практическое занятие «Учимся одеваться правильно»	1	22.11.2023	22.11.2023
2.5	Занятие – игра. Беседа о правилах личной гигиены девочек и мальчиков.	1	29.11.2023	29.11.2023
2.6	Трудовой десант. Конкурс «Порядок в шкафу», «Лучшая спальня»	1	06.12.2023	06.12.2023
2.7	Презентация. Ситуативные разговоры с детьми по формированию КГН.	1	13.12.2023	13.12.2023
2.8	Практическое занятие «Большая стирка», «Учимся чинить одежду и ухаживать за ней» Диагностика.	2	20.12.2023 21.12.2023	20.12.2023 21.12.2023
2.9	Практическое занятие. Оформление папки-передвижки «Будем чистыми и опрятными»	2	27.12.2023 28.12.2023	27.12.2023 28.12.2023
2.10	Фото-вернисаж. Оформление фотовыставки. «Вот что я умею»	1	12.01.2024	12.01.2024

2.11	Практическое занятие. Просмотр мультфильма «Мойдодыр».	1	17.01.2024	17.01.2024
2.12	Мероприятие – развлечение. «В гостях у Мойдодыра»	1	24.01.2024	24.01.2024
3	<i>Третий раздел ЗОЖ</i>	28		
3.1	Вводное занятие. Диагностика. Анкета «Что ты знаешь о здоровье человека?»	1	07.02.2024	07.02.2024
3.2	Беседа «Чистота – залог здоровья». (Как привить детям культурно – гигиенические навыки)	1	14.02.2024	14.02.2024
3.3	Воспитательный час «Учим ребёнка аккуратности и опрятности»	1	21.02.2024	21.02.2024
3.4	Практическое занятие «Учимся одеваться правильно»	1	28.02.2024	21.02.2024
3.5	Занятие – игра. Беседа о правилах личной гигиены девочек и мальчиков.	1	06.03.2024	06.03.2024
3.6	Трудовой десант. Конкурс «Порядок в шкафу», «Лучшая спальня»	1	13.03.2024	13.03.2024
3.7	Презентация. Ситуативные разговоры с детьми по формированию КГН.	1	20.03.2024	20.03.2024
3.8	Практическое занятие «Большая стирка», «Учимся чинить одежду и ухаживать за ней» Диагностика.	2	27.03.2024 28.03.2024	27.03.2024 28.03.2024
3.9	Практическое занятие. Оформление папки-передвижки «Будем чистыми и опрятными»	2	03.04.2024 04.04.2024	03.04.2024 04.04.2024
	Фото-вернисаж. Оформление фотовыставки. «Вот	1	10.04.2024	10.04.2024

3.10	что я умею»			
3.11	Практическое занятие. Просмотр мультфильма «Мойдодыр».	1	17.04.2024	17.04.2024
3.12	Мероприятие – развлечение. «В гостях у Мойдодыра»	1	24.04.2024	24.04.2024
3.13	Сюжетно – ролевые игры. «Школа Мойдодыра».	1	08.05.2024	08.05.2024
3.14	Конкурс рисунков «Одежда моей мечты»	1	15.05.2024	15.05.2024
3.15	Практическое занятие. Аппликация «Мыльные пузыри», «Красивое полотенце»	1	22.05.2024	22.05.2024
3.16	Сюжетно – ролевые игры. «Парикмахерская», «Гигиена тела», «Гигиена питания»	2	29.05.2024 05.06.2024	29.05.2024 05.06.2024
3.17	Занятие – игра. Зарядка. Ее значение. Создание презентации «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!»	2	12.06.2024 19.06.2024	12.06.2024 19.06.2024
3.18	Практическое занятие. «Утренняя зарядка для здорового и активного образа жизни»	1	26.06.2024	26.06.2024
3.19	День здоровья (спортплощадка)	2	17.07.2024 24.07.2024	17.07.2024 24.07.2024
3.20	Беседа–диалог. «Курить - здоровью вредить».	2	07.08.2024 14.08.2024	07.08.2024 14.08.2024
3.21	Беседа-диалог. «Вред наркотиков, психотропных веществ и спайсов» Анкетирование	2	21.08.2024 28.08.2024	21.08.2024 28.08.2024
	Итого	51		