

**Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

**Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Шаги к здоровью»" (далее Программа) создана в 2016 году педагогом по собственному замыслу с учетом опыта, наработанных методик, видения проблем и путей ее решения на основе «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)» (письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 года № 09-3242), «Модели программы дополнительного образования детей», составленной доктором педагогических наук, профессором Н.М.Борытко и кандидатом педагогических наук, профессором А.Н.Кузибецким. Программа рассмотрена Методическим советом учреждения, прошла проверку «Антиплагиат» и имеет 84 % новизны в своем содержании. По содержанию Программа определяется в рамках социально-гуманитарной направленности в связи с изменением направленности – с социально-педагогической на социально-гуманитарную (Приказ Министерства просвещения РФ от 30 сентября 2020 г. N 533).

Данный документ разработан в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ, Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р (раздел V «Приоритеты обновления содержания и технологий по направленностям дополнительного образования детей»), Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г., № 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Программа была переработана в 2019 году, дополнена в 2023 году и ежегодно обновляется в соответствии с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27 июля 2022 г.).

По степени авторства Программа является модифицированной, по функциональному предназначению – общекультурной, по форме организации – групповой, по времени реализации – долгосрочной (срок реализации 7 лет). Программа направлена на формирование у детей здорового и безопасного образа жизни, адаптацию, социализацию, профориентацию.

Согласно Закону № 273-ФЗ «Об образовании в РФ», Программа реализовывается в формате сетевого взаимодействия и направлена на формирование и развитие здорового и безопасного образа жизни подростков и молодёжи, их социализации и адаптации к жизни в обществе, профессионального самоопределения, использования полученных знаний в повседневной жизни средствами здоровьесберегающих технологий, а также обеспечение духовно-нравственного воспитания обучающихся.

Согласно «Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» Программа предполагает создание условий для воспитания здоровой, счастливой, свободной, ориентированной на труд личности, формирование высокого уровня духовно-нравственного развития, чувства причастности к историко-культурной общности российского народа и судьбе России. Воспитание обучающихся при освоении ими Программы осуществляется на основе ключевых аспектов «Программы развития учреждения на 2021- 2025 г.г.», «Программы воспитания МБОУ ДО ЦДТ п. Уральский» и календарного плана воспитательной работы в соответствии со ст. 12.1. Федерального закона № 273 «Об образовании в Российской Федерации», внесенной Федеральным законом № 304-ФЗ от 31.07.2020г.

**Актуальность Программы** обусловлена необходимостью адаптации современных подростков и молодёжи к условиям средней школы, развития у них мотивации к познанию и формированию здоровьесбережения, включению в добровольческую деятельность. Программа создаёт предпосылки для воспитания у обучающихся гражданственности и патриотизма, активном проявлении инициативы, приобретении знаний, умений, навыков в управленческой и организаторской деятельности.

Содержание Программы, формы и методы образовательно-воспитательного процесса формируют у обучающихся уверенную позицию здорового образа жизни, сознательного отказа от вредных привычек, помогают выявить личностные характеристики воспитанников. В процессе реализации Программы осуществляется взаимодействие педагога с семьёй.Включение семьи как партнера и активного субъекта в образовательную среду организации дополнительного образования позволяет не только «расширить возможности для удовлетворения разнообразных интересов детей и их семей в сфере образования», но и качественно изменяет условия взаимодействия педагогов и родителей.

**Новизна** Программы состоит в том, что она осуществляет развитие интеграционных связей между образовательными организациями, имеет практико-ориентированный характер, позволяя осуществлять самореализацию каждого ребёнка в общественной и личностно-значимой творческой деятельности. Программа может являться следующим уровнем, ступенью для обучающихся, закончивших курс обучения по дополнительной общеразвивающей программе «Искорки» физкультурно-спортивной направленности, т.к. направление и цель у обеих программ - здоровьесбережение.

Программа социально значимая, так как проблема сохранения здоровья и профилактика вредных привычек у подрастающего поколения актуальна и должна решаться на уровне семьи, школы и организаций дополнительного образования. Особенности образовательного процесса состоят в сетевом взаимодействии школы и организации дополнительного образования по компетенции здоровьесбережения у подростков. Теоретические знания учащихся в рамках школьного предмета «ОБЖ» дополняются практическими на занятиях в объединении и применяются обучающимися в повседневной жизни. Тем самым осуществляется компетентностный подход в системе образования и переход к новым образовательным стандартам.

Программа многоуровневая, имеет следующие уровни сложности:

*1 уровень - стартовый* (ознакомительный). На этом этапе обучающиеся актуализируют и получают знания по здоровьесбережению, социальной адаптации, профессиональному самоопределению в течение небольшого отрезка времени. Реализуются краткосрочные курсы «Счастье быть здоровым» (8 часов), «Семьеведение» (8 часов), «Сделай свой выбор» (22 часа).

*2 уровень - базовый*. На данном этапе содержание Программы ориентировано, в том числе, на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся. Поэтому на базовом уровне предполагается использование и реализация специализированных знаний и понятий в рамках учебно-тематического плана Программы: адаптация, личная гигиена, закаливание, воспитание силы воли, способы саморегуляции, первая доврачебная помощь и т.п.

*3 уровень – углублённый*. Углублённый уровень направлен на конкретное погружение и изучение содержания учебно-тематического плана Программы по обучению написания проектов, добровольческой деятельности, воспитание гражданственности и патриотизма, самостоятельности в проявлении инициативы, приобретении каждым знаний, умений, навыков управленческой и организаторской деятельности, применению их в жизни.

По способу организации своего содержания Программа является модульной – составленной из самостоятельных, устойчивых целостных блоков, которые предусматривают не только усвоение теоретических знаний, но и формирование деятельностно-практического опыта. Практические задания способствуют формированию и развитию личностных качеств, навыков саморегуляции и самоактуализации, развитию у детей творческих способностей.

Например, в течение 1-го года обучения базового этапа дети в первом модуле знакомятся с темами, направленными на адаптацию в новом коллективе, в новых условиях: «Создание группы», «Находим друзей», «Конфликт или взаимодействие», «Работа с негативными переживаниями» и др.

Во втором модуле – темы личной гигиены, особенности полового созревания у девочек и мальчиков, основы закаливания, соревнования на свежем воздухе и индивидуальная работа по запросу родителей и обучающихся.

Третий модуль предполагает проводить профилактику вредных привычек и воспитание силы воли, способов саморегуляции, уверенности в себе. При этом используются такие формы занятий, как тренинговые игры, профилактические круги, агитбригада, презентация, танцевальный флешмоб, квест и т.д.

В четвёртом модуле подростки теоретически и практически узнают, как правильно действовать, если укусила змея, пчела, собака, как действовать при укусе клеща, солнечном или тепловом ударе, а также при носовом или другом кровотечении.

Также каждый участник Программы имеет право на стартовый доступ к любому уровню и году обучения (по готовности к освоению содержания и материала заявленного уровня). На первом этапе для подростков по запросу родителей и общеобразовательной школы предлагается отдельный блок краткосрочных курсов: «Счастье быть здоровым» (8 часов), «Семьеведение» (34 часа), «Сделай свой выбор» (22 часа, профориентация).

В 2023 -2024 учебном году реализовывается курс «Сделай свой выбор» и расширенная программа «Семьеведение».

**Педагогическая целесообразность Программы**

В основе нового Федерального Государственного Образовательного стандарта лежит компетентностный подход, который выражается в содержании, педагогических технологиях, средствах контроля и оценки. Это проектирование и реализация таких технологий обучения, которые создают ситуации включения учащегося в разные виды деятельности (обобщение, решение проблем, дискуссии, диспуты, выполнение проектов). Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Шаги к здоровью» реализуется в пространстве, неограниченном образовательными стандартами: в дополнительном образовании федеральные государственные образовательные стандарты не предусматриваются (ФЗ-№ 273 ст. 2, п. 14), но

Программа разработана с учётом таких современных образовательных технологий, которые отражаются в:

* принципах обучения – доступность, преемственность;
* формах и методах – занятия, тренинги, рефлексия, практика, просмотр фильмов, беседы, показ и разъяснение;
* методах контроля и управления образовательным процессом – тестирование, анализ проведённых занятий, рефлексия;
* средствах обучения – мультимедийная установка, презентации, видеоролики на актуальные темы и др.

Программа рассчитана на работу с детьми среднего и старшего школьного возраста в период их полового развития и становления как личности в течение нескольких лет и нацелена на развитие компетенций по здоровьесбережению, на развитие интеллектуальных, коммуникативных и организаторских способностей.

Интересными и эффективными для реализации Программы будут такие формы, как: тренинговые игры, творческие и практические задания, проектная деятельность, соревнования, флешмобы, КТД (коллективно-творческое дело). Они помогут подросткам самостоятельно справляться с возникшими затруднениями в психоэмоциональном или физическом плане, а также сформируют чувство ответственного поведения за себя и своё здоровье.

**Цель и задачи Программы**

**Цель -**  создание условий для пропаганды и формирования здорового и безопасного образа жизни подростков и молодёжи, их социализации и адаптации к жизни в обществе, профессионального самоопределения, использования полученных знаний в повседневной жизни средствами здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

***Обучающие:***

* сформировать у обучающихся здоровьесберегающие компетенции, знания о здоровой семье, роли родителей в воспитании здоровых детей;
* обучить технологиям социального проектирования;
* обучить подростков и молодёжь разработке и организации здоровьесберегающих мероприятий, игр, конкурсов, викторин;
* дать знания об основах первой доврачебной медицинской помощи при ЧС, об основах закаливания и рекламе ЗОЖ;
* обучить умению анализировать свою деятельность.

***Воспитательные:***

* сформировать у подростков активную гражданскую жизненную позицию, ценности и традиции здорового образа жизни;
* популяризировать и развивать добровольческое движение в подростковой и молодежной среде;
* способствовать социальной адаптации и предпрофессиональной ориентации, воспитывать лидерские качества и качества наставника.

***Развивающие:***

* развивать организаторские способности, коммуникативные умения и навыки межличностного и делового общения;
* развивать индивидуальные творческие и познавательные способности.

Программа осуществляет комплексный подход к компетенции, т.е. способности и готовности личности к деятельности, основанной на знаниях и опыте, приобретённом благодаря обучению, ориентированному на самостоятельное участие личности в образовательно-воспитательном процессе, а также направленные на её успешное включение в здоровьесберегающую, добровольческую и трудовую деятельность; к саморазвитию и самосовершенствованию путём сознательного и активного присвоения нового социального опыта.

В программе определены такие ключевые компетенции как:

* здоровьесбережение;
* коммуникация;
* успешная социализация в обществе, профориентация и активная адаптация на рынке труда;
* творчество.

Планируемые результаты освоения Программы предполагают предметные, метапредметные и личностные результаты.

**Отличительные особенности**  Программы от уже существующих в этой области заключаются в том, что ее вариативность позволяет обучающимся определиться в выборе направления деятельности и продолжить обучение на более сложном этапе, используя компетенции стартового уровня. Специфика предполагаемой деятельности детей обусловлена постепенным усложнением подачи материала.

Практические занятия по Программе связаны с использованием метапредметных связей, интерактивных методов обучения, проектных и информационных технологий. Программа ориентирована на применение широкого комплекса педагогических средств: тренингов, игр, упражнений, направленных на развитие психических процессов, навыков коммуникативного взаимодействия и адаптацию в социуме.

**Адресат Программы. Возрастные психолого-педагогические особенности обучающихся, участвующих в реализации Программы**

Возраст детей,участвующих в реализации Программы, от 11 до 18 лет.В Программе могут участвовать дети с ограниченными возможностями здоровья, дети-инвалиды. Они занимаются в группе со здоровым окружением - обучающимися «норма», но учитываются особенности их психофизического развития. Таким образом в учреждении осуществляются инклюзивные практики.

*Подростковый возраст (11-14 лет)* считается противоречивым, амбивалентным, парадоксальным. Чрезмерная активность может привести к истощению, безумная весёлость сменяется унынием, уверенность в себе переходит в застенчивость и трусость, эгоизм чередуется с альтруистичностью, страсть к общению сменяется замкнутостью, тонкая чувствительность переходит в апатию. Это период «бури и натиска» (Ст. Холл). Подросток – это человек, у которого болезненное самолюбие. Самое главное для него – это видеть по отношению к себе уважение окружающих. В этот период он требует к себе большого внимания и терпения. Новообразованиями данного возраста являются: чувство взрослости; развитие самосознания, формирование идеала личности; склонность к рефлексии; интерес к противоположному полу, половое созревание; повышенная возбудимость, частая смена настроения; особое развитие волевых качеств; потребность в самоутверждении и самосовершенствовании, в деятельности, имеющей личностный смысл; самоопределение.

*Психологические особенности юношеского возраста (14-18 лет)*

Открытие своего внутреннего мира, доверительность во взаимодействии с окружающими людьми, профессиональное самоопределение, самоконтроль и саморегуляция, самоуважение, потребность в любви.

Многие психологи именно самоопределение рассматривают как основное новообразование ранней юности. Однако в этом возрасте не завершается личностное развитие, процессы личностного и жизненного самоопределения осуществляются и в последующих возрастах, поэтому можно считать, что новообразованием ранней юности является социально-психологическая готовность (способность) к личностному и жизненному (профессиональному) самоопределению*.*

**Объем и срок освоения Программы.**

Срок реализации – от 1-3 года до 7 лет в зависимости от законченности этапа. На полное освоение Программы требуется 382 академических часа.

*Ознакомительный этап -*  краткосрочные курсы от 8 до 34 часов в течение года, **1-й** год обучения (переменный состав) - группы от 12 до 15 человек, возраст обучающихся 11-18 лет в зависимости от тематики курса.

*Базовый этап*

**2-й** год обучения – группа 10-12 человек, возраст 11-12 лет,

**3-й** год обучения - группа 10-12 человек, возраст 12-13 лет.

*Углублённый этап*

**4-й** годобучения - группа 8-10 человек, возраст 13-16 лет,

**5-й** год обучения – группа 8-10 человек, возраст 14-17 лет,

**6-й,7-й** год обучения – группа 7-8 человек, возраст 15-18 лет.

В 2023-2024 уч.году свою деятельность продолжает добровольческий отряд «Пробуждение» 6-й год обучения, обновленный состав.

**Комплекс организационно-педагогических условий реализации Программы**

Особенности набора обучающихся

Состав обучающихся – постоянный, с привлечением детей «группы риска» и СОП. Условия набора: свободный, на начало обучения - на основании письменных заявлений, договоров с родителями (законными представителями) с внесением данных обучающихся в Электронную Пермскую образовательную систему; а также в систему персонифицированного финансирования дополнительного образования детей Нытвенского городского округа.

По окончанию обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Искорки» (стартовый уровень) обучающиеся могут переводиться на ознакомительный или базовый уровень Программы «Шаги к здоровью». Вновь прибывшие также зачисляются на первый год обучения Программы. Но, по рекомендации педагога, результатам собеседования и решению Методического совета, обучающийся может быть зачислен на тот год обучения, которому соответствуют знания и умения подростка. Обучающиеся переводятся приказом по обучающимся из одного уровня в другой. При этом название объединения может меняться.

Половая принадлежность мальчики и девочки, юноши и девушки.

Формы и методы обучения образовательного процесса

*Формы занятий*

Форма занятий – групповые, подгрупповые, работа в малых группах, парах,индивидуальные.

Занятия включают в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационная часть обеспечивает наличие всех необходимых для работы материалов и иллюстраций. Теоретическая часть занятий при работе максимально компактна и включает в себя необходимую информацию о теме и предмете знания. Занятие состоит из 3 частей: подготовительная, основная, заключительная.

Задача подготовительной части - организовать внимание обучающихся, подготовить к восприятию основного, нового материала.

Задача основной части - повторение, подача нового материала.

Задача заключительной части - закрепление пройденного материала.

*Виды деятельности:*

* участие в циклах теоретических занятий, определённых дополнительной общеобразовательной программой;
* организация активного досуга обучающихся (мастер - классы, творческие задания, психологические игры, тренинги, агитбригада и т.п.);
* проведение мероприятий по профилактике негативных проявлений в подростковой среде (участие в мероприятиях ЦДТ, УСШ, посёлка, Нытвенского городского округа, Пермского края);
* проведение мероприятий по гражданско-правовому, патриотическому и экологическому просвещению (организация и участие в акциях, эко-субботниках, беседах, выставках).

**Режим занятий в 2023-2024 учебном году:**

На ознакомительном этапе учебные занятия проводятся в соответствии с учебно-тематическим планом краткосрочных курсов «Сделай свой выбор» 1 раз в неделю по 2 часа на каждую группу обучающихся. В течение года 3 группы по 15 человек и «Семьеведение» 1 раз в неделю по 2 часа на группу обучающихся. В течение учебного года – 2 группы по 15 человек.

На углубленном этапе: объединение «Пробуждение»:

**6-й** год обучения – 2 раза в неделю, 2 занятия в день по 45 минут, в неделю 4 часа, в год 144 часа. Количество человек в группе 10 человек 13-15 лет.

Место проведения занятий: учебные кабинеты ЦДТ, интегрированные занятия могут проводиться на базе МБОУ СОШ п. Уральский

**Ожидаемые результаты** освоения Программы

По окончанию ***ознакомительного уровня*** (прохождения краткосрочного курса) обучающиеся получают и актуализируют знания и умения по учебно-тематическому плану курса.

***Базовый уровень*** предполагает, что

к концу **2-го** обучения обучающиеся

*будут знать:*

* основы личной гигиены, средств оздоровления.

*будут уметь:*

* отстаивать свою твердую позицию в вопросах здоровьесбережения;
* оказать первую доврачебную помощь при травмах, кровотечении.

По окончанию обучения на *"Базовом уровне"* педагоги и обучающиеся смогут решить следующие жизненно-практические задачи:

* иметь способность к разрешению проблем, т.е. способность анализировать нестандартные ситуации, ставить цели и соотносить их с устремлениями других людей;
* иметь коммуникативные способности, т.е. способности получать в диалоге необходимую информацию, представлять и корректно отстаивать свою точку зрения в диалоге.
* иметь способность к организации своей деятельности и деятельности детей младшего возраста;
* иметь способность конструктивно и безопасно решать повседневные жизненные проблемы.

К концу **3-го** года обучения обучающиеся

*будут знать*:

• основы экологии и её влияние на здоровье, основы организации мероприятий, направленных на здоровьесбережение и социализацию;

будут уметь:

• организовать и провести мероприятие (игра, флешмоб, эстафета) для детей младшего школьного возраста (в том числе «группы риска» и СОП);

• оказать первую доврачебную помощь при термических ожогах, переломах.

Обучающийся сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

• иметь способность к организации своей деятельности и деятельности детей младшего возраста;

• иметь способность конструктивно и безопасно решать повседневные жизненные проблемы.

***Углублённый уровень*** предполагает, что

К концу **4-го** года обучения (по учебно-тематическому плану добровольческого отряда «Пробуждение») обучающиеся

*будут знать:*

- о добровольчестве как механизме развития гражданского общества;

- о технологии проведения акции, флешмоба;

- о социальном проекте, как одним из самых эффективных способов развития гражданского общества и социальной пробе.

*будут уметь*:

- разрабатывать социальный проект;

- проводить мероприятия по профилактике негативных явлений в молодёжной среде и пропаганде здорового образа жизни среди детей и подростков.

К концу **5-го** года обучения обучающиеся

*будут знать:*

- понятие социальной рекламы, основы PR – связи с общественностью;

- технологию написания социального проекта;

-технологию общения и работы с людьми с ОВЗ, с подростками девиантного поведения.

*будут уметь*:

- написать новостной пресс-релиз;

- проводить мероприятия по профилактике негативных явлений в молодёжной среде и пропаганде здорового образа жизни.

Обучающийся сможет решать следующие жизненно-практические задачи:

- принимать участие в разработке и реализации акций, флешмобов, социальных проектов;

- иметь организаторские, управленческие, навыки коммуникативного взаимодействия.

К концу **6-го** года обучения (по учебно-тематическому плану добровольческого отряда «Пробуждение») обучающиеся

*будут знать:*

-Что такое РДДМ, участие в проектной деятельности;

-Коммуникативные технологии: интервью, разговор по телефону и т.п.;

-Умение благодарить;

-Написание статей о мероприятиях;

- Игротека и умение провести игру с младшими детьми и ровесниками:

Перечень игр:

1. «Городки»

2. «Бадминтон»

3. «Тише едешь-дальше будешь. Стоп!»

4. «Золотые ворота»

5. «Огонь, вода, земля, воздух»

6. «Вышибалы»

7. «Хали-хало»

8. «Море волнуется раз»

9. «Шашки, шахматы»

10. «Заря-зарница»

11. «Горелки»

-Изготовление кормушек для птиц, заготовка кормовой базы;

-Лидерство и командная работа.

К концу **7-го** года обучения обучающиеся

*будут знать:*

-коммуникативные технологии - диспут, дискуссия, дебаты, самопрезентация;

- работу сайта «Росмолодежь»;

-организацию экологических мероприятий как направление добровольческой деятельности.

*будут уметь:*

- проводить интервью;

-создавать историческую летопись;

-провести экологические мероприятия;

-создать проект и представить его на конкурсе, форуме.

По окончанию обучения на *"Углублённом уровне"* педагоги и обучающиеся смогут решить следующие жизненно-практические задачи:

* принимать участие в разработке и реализации акций, флешмобов, социальных проектов;
* иметь организаторские, управленческие, навыки коммуникативного взаимодействия;
* иметь опыт наставничества;
* знать и суметь научить играть других в игры.

**По окончанию Программы выпускник стремится овладеть**

**- ключевыми компетенциями:**

1.Соблюдение личной гигиены, норм санитарной и экологической культуры.

2.Способность к социальному взаимодействию, т.е. способность продуктивно взаимодействовать с членами группы (команды), решающей общую задачу, что позволяет использовать ресурсы других людей и социальных институтов для решения поставленных целей и задач.

3.Рефлексивные способности, развитые аналитические способности, планирование и проектирование собственной деятельности, социального опыта выполнения деятельности, видения противоречий и недостатков, способов их преодоления, умения анализировать свою жизнь и деятельность.

4.Способность к разрешению проблем, т.е. способность анализировать нестандартные ситуации, ставить цели и соотносить их с устремлениями других людей, планировать результат своей деятельности и разрабатывать алгоритм его достижения, оценивать результат своей деятельности.

5.Коммуникативные способности, т.е. способности получать в диалоге необходимую информацию, представлять и корректно отстаивать свою точку зрения в диалоге и публичном выступлении на основе признания разнообразных позиций и уважения к чужой точке зрения.

6.Навыки наставничества как вида добровольческой деятельности в организации мероприятий с детьми по здоровьесбережению.

7.Личностные – жизненное, личностное, профессиональное самоопределение, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, а так же ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях.

- **следующими предметными компетенциями:**

1.Знание основ личной гигиены, средств оздоровления.

2.Уметь твёрдо сказать «Нет».

2.Умение оказать первую доврачебную помощь при травмах, кровотечении.

3.Умение разрабатывать и организовывать здоровьесберегающие мероприятия, проекты, игры, конкурсы, викторины.

4. Умение информировать окружающих о добровольческой деятельности, привлекая общественность «делать мир лучше».

**Способы проверки результатов освоения Программы**

***Формы, методы контроля, мониторинг****.*

*Формами отслеживания роста предметной компетенции могут стать:*

- педагогическое наблюдение за правилами поведения в социуме, природе;

- оценка качества выполнения воспитанниками творческой работы и участия в здоровьесберегающих и экологических мероприятиях ОУ и посёлка.

***Формы подведения итогов реализации Программы:***

Показатели:

-теоретическая подготовка;

-практическая подготовка;

-общеучебные умения и навыки;

-организационно-волевые качества.

Формы контроля:

-собеседование;

-тестирование;

-практические дела;

-анкетирование;

-наблюдения;

-беседы.

Виды контроля: начальный; промежуточный; итоговый.

Формы подведения итогов:

-тест;

-действие;

-мероприятие на уровне ЦДТ, посёлка; рефлексия.

Подведение итогов может быть в форме круглого стола, чаепития, с награждением. Результатом эффективности Программы и успешной деятельности детей является стабильная посещаемость детьми объединения, взаимоуважение в коллективе, пропаганда ЗОЖ и социальная активность.

**Методическое обеспечение Программы**

Для успешной реализации дополнительной общеразвивающей Программы необходимо своевременное использование всех имеющихся средств учреждения: материальных (хозяйственных), методических (интеллектуальных) и организационных.

*Материальная база:*

- оборудованный с соблюдением санитарно-гигиенических правил и норм учебный кабинет;

- библиотека специфической литературы;

- актовый зал для проведения интеллектуально-познавательных игр, турниров и других массовых мероприятий;

- наборы для игры в «Городки», площадка для игры;

- реквизит к игровым программам: игровые снаряды и атрибуты, игровой стол и т.п.;

- технические средства обучения (мультимедийный проект с экраном, музыкальный центр, ноутбук).

*Методическая база:*

- дополнительная общеразвивающая программа с ежегодно корректируемым содержанием, учетом изменчивости контингента обучающихся и развития базы, учебным и учебно-тематическим планом;

- дидактический и тестовый материал по разделам и модулям Программы.

*Организационная база:* нормативно-правовое обеспечение (федеральные, региональные и локальные нормативные документы); воспитательные планы работы, расписание занятий, журнал учета работы объединения в системе дополнительного образования детей.

**Информационное обеспечение Программы**

**Основная литература:**

1. Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ».

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р).

3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказ Министерства просвещения Российской федерации № 629 от 27 июля 2022г.).

4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ», Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11. 2015 г. № 09-3242.

5.Модель программы дополнительного образования детей, составленной доктором педагогических наук, профессором Н.М.Борытко и кандидатом педагогических наук, профессором А.Н.Кузибецким.

**Дополнительная литература:**

*Для педагога:*

1.«Система сохранения здоровья в образовательном учреждении: базовая модель и учебная программа курса «Путь к здоровью» – ж. «Бюллетень» №3/2007 г.

2.И. Ахметова, Т. Иванова и др. «Мой выбор» /Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. – М.,2001

3.Программа адаптации детей к средней школе «Первый раз в 5-й класс», автор Коблик Е.Г.

4. «Классные часы и беседы по профилактике наркомании»./Под редакцией В. В. Аршиновой.- М: Творческий центр, 2004.

5. Кулинич Г.Г. «Вредные привычки: профилактика зависимостей» (5-7 классы), Москва, ВАКО,2011г.

6. «Здоровье школьника», №11, 2008 год.

7. «Отчёты экспериментальных площадок» - приложение к журналу «Внешкольник» №3/2009 г.

8. «Предупреждение подростковой и юношеской наркомании» /под редакцией К.Л.Лисецкого, М, 2003 г.

9. Шаталова Г. С. «Философия здоровья» – М., Елен и К., 1997

10. Климов Е.Н., Климов А.Е. «Семья в современном обществе», Пермь, 1997г.

11. Козлов Н. «Как относится к себе и к людям, или практическая психология на каждый день», Москва, «АСТ-ПРЕСС», 1999г.

12. «Работа с семьёй по профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних: современные социально-психолого-педагогические подходы», Пермь, ПГГПУ, 2012г.

13. Тюгашев Е.А., Попкова Т.В., «Семьеведение», уч.пособие, Новосибирск, 2003г.

*Литература для детей:*

1.«Миф об огне любви», «Притча о бабочках».



Краткосрочная программа по профориентации

**«Сделай свой выбор!»**

социально-гуманитарной направленности

для обучающихся 12-15 лет

**Актуальность программы**

Краткосрочная программа была разработана мною в 2015 году, полностью переработана и дополнена в 2022 году. Современность диктует новые профессии, направленности, отношение к реальности, стрессоустойчивость и пластичность личности. Авторы [«Атласа новых профессий»](https://atlas100.ru/upload/pdf_files/atlas.pdf) назвали больше 350 профессий из разных отраслей, которые будут востребованы в России в ближайшие 20 лет. Среди них IT-генетик, фактчекер, куратор креативных нейросетей, дизайнер дополненной реальности и другие.

По мнению составителей справочника, в будущем не предвидится профессий, которые можно получить раз и навсегда. А ещё постепенно исчезнут специальности, которые можно автоматизировать, например, бухгалтер, корректор, провизор, юрисконсульт. Получается, выбрать профессию на всю жизнь невозможно. Возникает вопрос: в чём тогда смысл профориентационных тестов?

[Гарри Мурадян](https://t.me/Garry_job) считает, что в мире не существует ни одного теста, который может сказать, кем вы станете — актрисой, поваром или кассиром. Но есть тесты, которые подсвечивают компетенции, способности и склонность к какой-либо модели поведения.

Вследствие этого программа «Сделай свой выбор!» наполнена диагностическим материалом, призванным выявить способности и склонности обучающихся. Уже в начальной школе дети задают вопросы – кем быть, на кого идти учиться, сколько классов заканчивать. Эта программа поможет сориентироваться в богатом спектре профессий и узнать свои предпочтения. Программы по профориентации проводятся в школе, но в более старшем возрасте. Данная программа продолжает интеграцию дополнительного образования и школы по социализации и профориентации детей и подростков.

**Место программы в программном поле МБОУ ДО «Центр детского творчества»**

Программа является частью дополнительной общеразвивающей программы «Шаги к здоровью», предусматривает знакомство подростков с разнообразием мира профессий, показывает важность всех профессий, даёт направления при выборе.

**Цель:** создать условия для получения информации о многообразии профессий, диагностики познавательных интересов и формирования ключевых компетенций у детей и подростков.

**Задачи:**

* дать знания о профессиях;
* диагностировать познавательные интересы, способности и склонность к какой-либо модели поведения детей и подростков;
* пробудить интерес к многообразию трудовой деятельности;
* сформировать основы ключевых компетенций: хорошая работа, благополучие, здоровье.

**Срок реализации, продолжительность образовательного процесса**

Программа рассчитана на 3 месяца обучения.

Общая продолжительность обучения составляет 22 часа.

**Режим занятий**

Занятия проводятся еженедельно по 2 академических часа.

Во время занятий предусмотрены 10-минутные перерывы для снятия напряжения и отдыха.

Принимаются все желающие, не имеющие противопоказания по состоянию здоровья.

**Возраст обучающихся:** от 12 до 15 лет.

**Количество обучающихся в группе:** 15 человек

**Место проведения:** кабинеты МБОУ СО школа п.Уральский

Формы занятий: групповые с индивидуальным подходом. Практикуется создание соревновательного фона, стимулирующего повышенную работоспособность и возможность активизации индивидуального участия.

**Ожидаемые результаты:**

К концу обучения дети будут:

* иметь представления о профессиях;
* обладать результатами диагностик своих познавательных и личностных интересов;
* проявлять сознательную инициативу в выборе собственного пути в выборе профессии.
* Рассказать о своих профессиональных предпочтениях с помощью самопрезентации.

**Формы проведения итогов реализации программы:**

Для отслеживания динамики освоения краткосрочной образовательной программы осуществляется промежуточная и итоговая диагностика (мониторинг).

Текущий контроль осуществляется в процессе проведения каждого учебного занятия и направлен на закрепление теоретического материала по изучаемой теме и на формирование практических умений.

Итоговая диагностика проводится в конце обучения при предъявлении обучающимся (в форме теста) результата обучения.

**Учебно-тематический план и содержание программы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы, её содержание** | **Количество часов** |
| 1. | Вводное занятие, инструктаж | **2 часа** |
| 2. | Диагностика   * Познавательных интересов по «Карте интересов», разработанной А.Е.Голомштоком, рефлексия. * Дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А.Климова, рефлексия * Психогеометрический тест.   Тест «Познай (пойми ) самого себя» | **6 часов**  2 часа  2 часа  2 часа |
| 3. | «Мир профессий»   * Деловая игра «Путешествие в мир профессий»: викторина, литературный конкурс «Вопросы-ответы», рефлексия. * Интерактивная игра «Угадай профессию»: легенда, игры: «Закончи предложение», «Назови профессии», «Необитаемый остров»; рефлексия. * Презентация «Забытые профессии», обсуждение. | **6 часов**    2 часа  2 часа  2 часа |
| 4. | «Тренинговые игры, самопрезентация»   * Трениговые игры: «Луч успеха», «Заводила» и т.п. * Тайменеджмент, психология общения * Самопрезентация, суть, подготовка, выступления (по желанию). | **6 часов**  2 часа  2 часа  2 часа |
| 5. | Итоговое занятие | **2 часа** |
| **Итого:** |  | **22 часа** |

**Методическое обеспечение программы**

В программе используются диагностический инструментарий, который также есть в онлайн-версии, интерактивные методы обучения (тренинговые игры, самопрезентация, деловая игра, и другие), презентации и другое. Особое внимание уделяется рефлексии. Анализу подлежат ощущения детей от формы проведения занятий, их запросы, трудности.

Для организации воспитательно-образовательной деятельности созданы следующие условия:

* Кадровые – педагог дополнительного образования, педагог-психолог, обладающий профессиональными знаниями, владеющий методиками диагностик по профессиональной ориентации, компетенциями в области организации интерактивной деятельности детей.
* Материально-техническое оснащение: современная предметная среда (мульти-медийное оборудование, флешкарты, музыкальный центр)
* Информационные: демонстрационный и раздаточный материал (слайды с картинками профессий, кроссворды, карточки и т.п.)

**Список литературы**

* 1. Н.В.Клёнова «О программах ознакомительного уровня», ж. «Дополнительное образование» №3-2014г., стр. 10-15.
  2. Е.А. Климов «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО), интернет-ресурс.
  3. А.Е.Голомшток «Карта интересов», интернет-ресурс.
  4. Е.Н.Дубровская, «Классный час по профориентации «Мир профессий», интернет-ресурс.
  5. [«Атлас новых профессий»](https://atlas100.ru/upload/pdf_files/atlas.pdf), интернет-ресурс.
  6. «Технология эффективного поиска работы», учебный материал, Агенство по занятости населения Пермского края, Пермь-2008
  7. Сборник психологических тестов, интернет-ресурс.

**Тест по итогам краткосрочного курса «Сделай свой выбор!»**

(отметить галочкой)

**1.Программа «Сделай свой выбор!»:**

А)была интересна и актуальна,

Б)сомневаюсь,

В)не интересна и не актуальна.

**2.Профессии какой направленности больше подходят именно тебе:**

А)человек-человек;

Б)человек-природа;

В)человек-художественный образ;

Г)человек-знаковая система;

Д)человек-техника.

**3.Какие из профессий считаются «забытыми», все в строчке:**

А)валяльщик, трубочист, бондарь;

Б)пчеловод, продавец, костюмер;

В)курьер, корректор, конюх.

**4. Какие профессии самые востребованные в 21 веке, все в строчке:**

А)IT-медик, дизайнер интерфейсов,SEO-специалист;

Б)косметолог, оператор дрона (БПЛА), повар;

В)разработчик киберпротезов и имплантов, эксперт по образу будущего ребёнка, фасовщик.

**5. Изучение направленности на приобретение знаний.**

Получив плохую отметку, ты, придя домой:

А) сразу садишься за уроки, повторяя и то, что плохо ответил.

Б) садишься смотреть телевизор  или играть на компьюторе, думая, что урок по этому предмету еще через неделю.

После получения хорошей отметки:

А) продолжаешь добросовестно готовиться к следующему уроку.

Б) не готовишься тщательно, так как знаешь, что все равно не спросят.

Бывает ли так, что ты остаёшься недоволен ответом, а не отметкой?

А)  да,

Б) нет.

Что для тебя учеба?

А) познание нового,

Б) обременительное занятие.

Зависят  ли твои отметки от тщательности подготовки уроков?

А) да.

Б) нет.

Анализируешь ли ты после получения низкой отметки, что ты сделал неправильно?

А) да,

Б) нет.

Зависит ли твое желание готовить домашнее задание от  того, ставят ли за него отметки?

А) да,

Б) нет.

Легко ли ты втягиваешься в учебу после каникул?

А) да,

Б) нет.

Жалеешь ли ты, что иногда не бывает уроков по болезни учителя?

А) да,

Б) нет.

Когда ты, перейдя в следующий класс,  получаешь новые учебники, тебя интересует, о чем в них идет речь?

А) да,

Б) нет.

Что, по-твоему, лучше: болеть или учиться?

А) учиться,

Б) болеть.

Что для тебя важнее - отметки или знания?

А) отметки,

Б) знания.

**6. Самопрезентация – это:**

А) представление человеком самого себя с целью создания нужного впечатления у окружающих,

Б) намеренное и осознаваемое поведение, направленное к тому, чтобы подать себя с лучшей стороны, произвести благоприятное впечатление на окружающих и сохранить его.

В) рассказ о себе и своих способностях.

**7.Я буду выбирать свою профессию (обучение в профессиональном учреждении) после:**

А) 9 класса

Б)11 класса

В) армии

**8.Продолжи предложения.**

\*Программа «Сделай свой выбор!» помогла мне….

\*Я почувствовал(а) свои сильные стороны (перечислить), слабые моменты (обозначить)…

\*Хочу поблагодарить….

**П Л А Н**

**досугово - воспитательной деятельности**

**по дополнительной общеразвивающей программе «Шаги к здоровью»**

**на 2022-2023 учебный год.**

|  |
| --- |
| **1.Сентябрь.**  **-** Беседы по пожарной безопасности, чрезвычайным ситуациям;  -Проведение инструктажей с обучающимися;  -Учебная тренировка с обучающимися по действиям при угрозе совершения террористического акта и противопожарной защите  (в рамкахдекады безопасной жизнедеятельности детей «Внимание, дети!»)  **Дорожная безопасность.**  -Ежедневные профилактические беседы «Минутка безопасности»  -Проведение инструктажей с обучающимися;  **В рамках программы «Формула здоровья»**  -Туристический слет «Осенняя тропа»  **2.Октябрь**  - Музыкальная открытка для бабушек и дедушек обучающихся «С днем мудрости и доброты»  - Беседа «Дорожные ловушки» (Дорожная безопасность)  - Беседа «Здоровье юноши и девушки» (Формула здоровья»)  -Беседа «Действия в случае пожара в квартире» (ГОЧС).  **3.Ноябрь**  - Мастер – классы для родителей обучающихся «Страна мастеров»  - Беседы «Осторожно! Зимняя дорога» (Дорожная безопасность) |

- Просмотр обучающимися документальных фильмов о спорте. («Формула здоровья»)

- Беседа «История Центра детского творчества» - по материалам проекта «Искорки добра»

**4.Декабрь**

-Инструктаж по правилам дорожного движения, предупреждению детского травматизма в зимний период и новогодние праздники (Дорожная безопасность)

-Презентация на тему «Российская символика» по материалам М\О (проект «Я-гражданин России»)

- Символы России. Обсуждение идей эскиза герба «Центра детского творчества» (проект «Я-гражданин России»)- Конкурс «Герб ЦДТ» (2022г)

**5.Январь**

-Выставка ИЗО и ДПИ «Сувенир года».

-Беседы, конкурсы о зимних православных праздниках «Рождество», «Крещение».

- Беседа «Безопасность детей в зимний период» (Дорожная безопасность).

- Презентация «Достопримечательности Пермского края». (проект «Я-гражданин России»).

- Проведение игры, посвященной Дню Конституции (знание главного закона России - Конституции и ее статей, понимание основ и ценностей)- (проект «Я-гражданин России»).

**6.Февраль**

- Просмотр экспозиции «День Защитника Отечества»;

- Беседы для старшеклассников «В здоровом теле – здоровый дух» . О вреде курения, употребления спиртосодержащей продукции, наркотических и психотропных средств(«Формула здоровья»).

- Беседа «История движения ЮИД» (Дорожная безопасность);

- Конкурс рисунков и стенгазет «Правила дорожного движения глазами детей» (Дорожная безопасность).

**7.Март**

- Беседы с обучающимися о празднике «Международный женский день»;

- Беседы о народном празднике «Масленица» (20 февраля – 26 февраля);

- Викторина по ПДД «Знатоки дорожных правил» (Дорожная безопасность).

- Экскурсии по выставке «Эпоха СССР» для обучающихся (проект «Я-гражданин России»)

**8.Апрель**

- Спортивная игровая программа ко всемирному Дню здоровья («Формула здоровья»)

-Беседа «В стране дорожных знаков» (Дорожная безопасность).

-Беседа «Пасхальная радость»

-Итоговая выставка «Фейерверк талантов» (01-30 апреля)

-- Краевой конкурс «Мы помним! Мы гордимся!» (проект «Я-гражданин России»)

**9.Май**

**-** Беседы по правилам безопасной жизнедеятельности обучающихся («Формула здоровья»);

-Проведение инструктажей с обучающимися;

-Учебная тренировка с обучающимися по действиям при угрозе совершения террористического акта и противопожарной защите;

- Беседы по правилам безопасности дорожного движения в летний период «Безопасное лето» (Дорожная безопасность);

- Беседы в объединениях «Была война…была Победа»;

-Трудовой десант «Украсим мир цветами».

В течение года участие детей в поселковых, городских (НГО), краевых фестивалях, конкурсах (по желанию об-ся).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Учебный план**  **дополнительной общеразвивающей программы**  **«Шаги к здоровью»**  **социально-гуманитарной направленности** | | | | | | | | | | |
| *Наименование тем* | | *Количество часов* | | | | | | | *Форма*  *занятий* | *Форма*  *подведения итогов* |
| *Всего* | | *В том числе* | | | | |
| *теория* | | *практика* | | |
| **Базовый уровень**  **Объединение «Шаги к здоровью»**  **Второй год обучения 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год** | | | | | | | | | | |
| 1. Введение в тему. | | 2 | | 2 | | | - | | Беседа  Экскурсия | Опрос |
| 2.Модуль «Адаптация к новым условиям» | | 10 | | 2 | | | 8 | | Тренинговые игры, упражнения | Беседа, наблюдение, рисование. Анкетиров. |
| 3. Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ» | | 18 | | 14 | | | 4 | | Беседа. Практ. упражнения. Тренинги | Опрос, тест |
| 4. Модуль «Воспитание силы воли и профилактика вредных привычек» | | 30 | | 6 | | | 24 | | Рассказ, показ фильма, тренинговые игры | Тест, анкетирование |
| 5.Модуль «Первая доврачебная помощь» | | 10 | | 4 | | | 6 | | Беседа, показ действия, игра | Практические действия |
| 6. Итоговое занятие. | | 2 | | 1 | | | 1 | | Пояснение | Тест, действие |
| **ИТОГО:** | | **72** | | **29** | | | **43** | |  |  |
| **Третий год обучения 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год** | | | | | | | | | | |
| . 1. Введение в тему. | | 2 | | 2 | | | - | | Беседа | Опрос |
| 2.Модуль «Экология и здоровье, средства и системы оздоровления» | | 10 | | 5 | | | 5 | | Беседа, практическая занятие | Беседа. Показ, анкетирован. |
| 3.Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ» | | 14 | | 11 | | | 3 | | Беседа, практ. упражнения, тренинги, инд. работа | Действие, опрос, тест |
| 4.Модуль «Профилактика вредных привычек» | | 32 | | 15 | | | 17 | | Дискуссия. Рассказ, показ фильма. Тренин. игры  Участие в акциях | Изготовление листовок. Пресс-релиза. Наблюдение, рефлексия |
| 5. Модуль «Первая доврачебная помощь». | | 8 | | 4 | | | 4 | | Беседа, показ действий, упражнения | Практические действия |
| 6. Итоговое занятие. | | 2 | | 1 | | | 1 | | Самостоятельная работа, пояснение | Тест, действие |
| **ИТОГО** | | **72** | | **38** | | | **34** | |  |  |
| **Углубленный уровень**  **Объединение «Пробуждение»**  **Четвертый год обучения 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год** | | | | | | | | | | |
| 1.Введение в тему. | | 2 | | 2 | | | - | | беседа | опрос |
| 2.Модуль «Проведение групповых занятий со сверстниками по пропаганде ЗОЖ» | | 12 | | 6 | | | 6 | | Упражнения, практическая работа, игра, тренинги | Анкетирование, тестирование |
| 3. Модуль «Социальное проектирование» | | 28 | | 8 | | | 20 | | Работа с литературой. Практическая работа. | Наблюдение мониторинг |
| 4. Коллективно-творческое дело. | | 28 | | 5 | | | 23 | | Упражнения. Работа с литературой | Беседа  Наблюдение  Анализ |
| 5.Итоговое занятие. | | 2 | | 1 | | | 1 | | Круглый стол. | Презентация. |
| **ИТОГО:** | | **72** | | **22** | | | **50** | |  |  |
| **Пятый год обучения 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год** | | | | | | | | | |
| 1. Вводное занятие | 2 | | 2 | | - | | | Беседа | Опрос |
| 2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни» | 18 | | 6 | | 12 | | | Упражнения, практическая работа, игра, тренинги | Анкетирование, тестирование, практика |
| 3. Модуль «Информационные технологии в работе добровольцев» | 24 | | 8 | | 16 | | | Работа с литературой. Практическая работа. | Мониторинг, социальный плакат, видеоролик |
| 4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев» | 20 | | 7 | | 13 | | | Видеосюжеты беседа. Индивидуальная работа | Проведение мероприятий |
| 5.Модуль «Лидерство в добровольческой деятельности» | 6 | | 4 | | 2 | | | Презентация, социальная проба | Самопрезентация |
| 6.Итоговое занятие. | 2 | | 1 | | 1 | | | Круглый стол. | Презентация. |
| **ИТОГО** | **72** | | **28** | | | **44** | |  |  |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | **Углублённый уровень**  **Объединение «Пробуждение» (добровольческий отряд)**  **Шестой год обучения** 4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 144 ч в год | | | | | | | 1.Вводное занятие | 2 | 2 | - | Беседа | Опрос | | 2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни» | 34 | 8 | 26 | Практическая работа, игра, тренинги, рефлексия | Дискуссия  Мероприятия в рамках РДДМ | | 3. Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев» | 30 | 12 | 18 | Работа в малых группах,  Упражнения | Практическая работа | | 4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев» | 46 | 4 | 42 | Работа в профилактических кругах, индивид работа | Практика | | 5.Модуль «Лидерство и командная работа  в добровольческой деятельности» | 30 | 6 | 24 | Сопровождение | Практика мероприятий | | 6.Итоговое занятие. | 2 | - | 2 | Круглый стол. | Презентация. | | **ИТОГО** | **144** | **32** | **112** |  |  | | | | | | | | | | |
| **Седьмой год обучения 4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 144 ч в год** | | | | | | | | | |
| 1. Вводное занятие | | 2 | | 2 | | | - | Беседа | Опрос |
| 2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни»- | | 20 | | 4 | | | 16 | Практ работа, инд.консультирование | Видеофото  продукт |
| 3. Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев» | | 36 | | 14 | | | 22 | Работа в малых группах,  Упражнения | Практическая работа |
| 4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев» | | 50 | | 16 | | | 34 | Проекты, регистрация на сайтах, участие в конкурсах | Практика |
| 5. Модуль «Экология в добровольческой деятельности» | | 34 | | 2 | | | 32 | Сопровождение | Практика мероприятий |
| 6.Итоговое занятие. | | 2 | | - | | | 2 | Круглый стол. | Презентация. |
| **ИТОГО** | | **144** | | **38** | | **106** | |  |  |

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Базовый уровень*

**Второй год обучения:** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| **1.Введение в тему.** | **2** | **-** | **2** |
| **2.Модуль «Адаптация к новым условиям»**  Тренинговые игры по темам:  - «Создание группы»,  - «Находим друзей»,  - «Чего я боюсь?»,  - Конфликт или взаимодействие  - Работа с негативными переживаниями  - «Ставим цели» | **2**  1  -  1 | **8**  1  2  1  2  1  1 | **10**  2  2  2  2  1  1 |
| **3. Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ»**  -Понятие о составляющих здоровья.  -Беседа с девочками об особенностях развития женского организма.  - Беседы о профилактике заболеваний глаз, пищеварительной и сердечно-сосудистой систем организма.  -Соревнования на свежем воздухе «Играем в Городки».  - Подведение итогов, чаепитие. | **14**  4  2  4  2  2 | **4**  -  **-**  **-**  4  - | **18**  4  2  4  6  2 |
| **4. Модуль «Воспитание силы воли и профилактика вредных привычек»**  *-* Диагностирование волевых качеств подростков. Режим дня и воспитание силы воли.  -Тренинговые упражнения на воспитание силы воли.  -Тренинговые игры «Умей сказать нет!» | **6**  4  -  2 | **24**  6  6  12 | **30**  10  6  14 |
| **5. Модуль «Первая доврачебная помощь»**  -Поведение школьника при оказании первой доврачебной помощи.  -Первая доврачебная помощь при укусе гадюки обыкновенной, клеща энцефалитного, при солнечном и тепловом ударе.  -Первая доврачебная помощь при носовом кровотечении, при ушибах и укусе собаки.  -Познавательная игра «Секретное задание» (в форме квеста) | **4**  2  -  2  - | **6**  2  2  -  2 | **10**  4  2  2  2 |
| **6. Итоговое занятие** | **1** | **1** | **2** |
| **Итого:** | **29** | **43** | **72** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Базовый уровень*

***Второй год обучения.***

**Введение в тему.**

Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в учреждении. Обсуждение плана работы на год, на полугодие.

**Модуль «Адаптация к новым условиям».**

На занятиях обучающиеся знакомятся с темами, направленными на формирование команды и безконфликтного взаимодействия внутри объединения, а также в своих социальных группах (классе, дворе).

*Практическая часть:* упражнения «Прошепчи имя», «Найди того, кто…», игра с мячом.

Тема: «Находим друзей».

*Практическая часть:* упражнения «Что я люблю делать», «Настоящий друг», «Мой портрет в лучах солнца», «Передай ритм по кругу», «Портрет группы». Дискуссия на тему занятия.

Тема: «Чего я боюсь?».

*Практическая часть:* упражнения «Чего я боюсь?», «На ошибках учатся», «Рисуем слово», «Интервью с педагогом», обсуждение.

Тема: «Конфликт или взаимодействие»

*Практическая часть:* упражнение «Назови чувство», «Конфликт или взаимодействие», «Как разрешать конфликтные ситуации», дискуссия.

Тема: «Работа с негативными переживаниями», «Ставим цели» через тренинговые игры, рефлексию.

*Практическая часть:* упражнения «Как реагировать на обидное замечание?», «Рисуем обиду», «Знакомство с закрытыми глазами», релаксация.

Упражнения «Определи, насколько ты веришь в себя, в свои силы?», «Инь и Янь», «Ставим цели».

Теоретические часы – 2, практические – 8, всего- 10.

Формы занятий - тренинговые игры, упражнения, беседы, наблюдения.

Способы проверки - беседа, наблюдение, рисование, анкетирование.

Занятия в форме тренинга предполагают общение в круге, сидя на стульях. Также используются предметы: мяч, кукла, листы бумаги, карандаши и т.п.

**Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ».**

На занятиях идёт обсуждение составляющих здоровья. Личная гигиена и формирование здорового образа жизни. Беседа с девочками об особенностях развития женского организма, о сущности менструального цикла, о правилах личной гигиены и использовании индивидуальных гигиенических средств в период менструации (отдельно от мальчиков). Беседа с мальчиками, если будет запрос. Беседы о профилактике заболеваний глаз, пищеварительной и сердечно-сосудистой систем организма. Соревнования на свежем воздухе «Играем в Городки». Самоорганизация и организация на игру детей младшего школьного возраста.Подведение итогов, чаепитие.

Теоретические часы – 14, практические – 4, всего- 18.

Формы занятий – беседы, практические упражнения, тренинговые игры, упражнения, соревнования.

Способы проверки – беседа, чаепитие.

Мальчики и девочки на занятиях общаются с педагогом об особенностях физиологического развития, задают вопросы, подходят индивидуально. Рассказ о разных формах профилактики заболеваний глаз, органов пищеварения, сердечно-сосудистой системы. Тренировка выносливости через забытые игры, в том числе русскую спортивную игру «Городки».

**Модуль «Воспитание силы воли и профилактика вредных привычек».**

Модуль предполагает проводить профилактику употребления психоактивных веществ подростками через умение уверенно отказаться, сказать «Нет» и через воспитание силы воли, способов саморегуляции, уверенности в себе.

Диагностирование волевых качеств подростков. Режим дня и воспитание силы воли. Просмотр видеороликов на тему воспитания силы воли. Тренинговые упражнения на воспитание силы воли. Тренинг «Умей сказать нет!»

Закрепление по теме.

Теоретические часы – 6, практические – 24, всего- 30.

Формы занятий – рассказ, показ фильма, тренинговые игры, беседы, практические упражнения. Способы проверки - тест, анкетирование.

В начале модуля проводится диагностика с целью мотивации детей на воспитание в себе силы воли и упорства. Затем тренинговые игры, беседы с обучающимися, задания для самостоятельной работы с целью формирования в себе этого качества личности. Также отрабатываются приёмы уверенного отказа от вредных предложений: покурить, выпить, сесть в машину к незнакомому человеку, взять пакет у чужого человека, совершить противоправное действие и т.п. Обсуждение.

**Модуль «Первая доврачебная помощь».**

Подростки теоретически и практически узнают, как правильно действовать, если укусила змея, пчела, собака, как действовать при укусе клеща, солнечном или тепловом ударе, а также при носовом или другом кровотечении. Поведение школьника при оказании первой доврачебной помощи. Правила вызова скорой помощи.

Познавательная игра «Секретное задание» (в форме квеста).

Теоретические часы – 4, практические – 6, всего- 10.

Форма занятий - беседа, показ действия, упражнения.

Способы проверки - практические действия, квест.

Сначала рассказывается о поведении во время несчастного случая с целью быстрой и правильной первой доврачебной помощи пострадавшему, а затем практические пробы – рассказ и частичный показ. Квест «Секретное задание» предполагает закрепление полученных знаний в ходе игры.

**Итоговое занятие.** Тестирование, действие.

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Базовый уровень*

**Третий год обучения:** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| **1.Введение в тему** | **2** | **-** | **2** |
| **2. Модуль «Экология и здоровье, средства и системы оздоровления»** Источники загрязнения воды.  Методы очистки воды.  Самомассаж, основы организации.  Самомассаж отдельных участков тела.  Практическое занятие | **5**  2  1  1  1  - | **5**  -  1  1  1  2 | **10**  2  2  2  2  2 |
| **3. Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ»**  Общественная и личная гигиена.  *Занятия для девушек:*  Анатомо-физиологические особенности женского организма.  *Занятия для юношей:*  Анатомо-физиологические особенности мужского организма.  Основные пути передачи инфекционных заболеваний.  Соревнования на свежем воздухе «Зимние забавы» | **11**  1  4  4  2  - | **3**  1  -  -  -  2 | **14**  2  4  4  2  2 |
| **4. Модуль «Профилактика вредных привычек»**  *Профилактика табакокурения.*  История. Состав табачного дыма и табачных смол. Органы – мишени для табака.  Способы отказа от пробы сигарет.  Показ фильма  Тренинг «Умей сказать нет!»  Разработка и изготовление листовки-совета «Сам себе хозяин или как курить бросить».  *Профилактика употребления алкоголя*  Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков.  Отношение к алкоголю и последствия его употребления у различных народов.  Опыты и демонстрация влияния алкоголя на живые организмы и растения.  Показ фильма  Тренинг «Умей сказать нет!»  Разработка и изготовление листовки «Если тебе предложат алкоголь»  *Профилактика наркомании и токсикомании*  История возникновения и причины наркомании и токсикомании.  Наркотическое опьянение. Признаки.  Видеофильм «Право на жизнь». Изготовление пресс-релиза «Беда зовётся – наркомания» | **15**  *7*  2  2  -  2  1  *6*  2  1  -  -  1  2  *2*  1  1  -  - | **17**  *2*  -  -  1  -  1  *9*  **-**  1  1  2  1  4  *6*  -  -  2  4 | **32**  *9*  2  2  1  2  2  *15*  2  2  1  2  2  6  *8*  1  1  2  4 |
| **5.Модуль «Первая доврачебная помощь»**  Травмы, виды травм  Оказание помощи при повреждении мягких тканей  Выпуск стенгазет «Травмы и виды травм»  Кровотечение, их виды, опасность, способы остановки кровотечения  Практическое занятие. | **4**  2  -  1  1  - | **8**  -  2  3  1  2 | **12**  2  2  4  2  2 |
| **6.Итоговое занятие** | **1** | **1** | **2** |
| **Итого:** | **38** | **34** | **72** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Базовый уровень*

***Третий год обучения.***

**Введение в тему.**

Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в учреждении. Обсуждение плана работы на год, на полугодие.

**Модуль «Экология и здоровье, средства и системы оздоровления»**

*Источники загрязнения воды.* Влияние загрязнённой воды на состояние здоровья. Природные загрязнения. Обусловлены круговоротом воды в природе, который не отделим от круговорота вещества. Это непрерывный процесс, происходящий в атмосфере, гидросфере, верхней части твердой литосферы и в биосфере Земли. Переходя из одного агрегатного состояния в другое, вода постоянно растворяет, накапливает и переносит огромное количество химических соединений, продукты выветривания горных пород, вулканическую пыль, споры, бактерии и т.д. Техногенные загрязнения**.** Техногенными источниками загрязнений являются населенные пункты, промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Все вместе они "поставляют" в биосферу как вполне обычные виды загрязнений, так и ядовитые, трудно разложимые химические соединения и радионуклиды. Выпадая с осадками, по пути "обогащаясь" всей таблицей Менделеева, часть воды собирается в поверхностных источниках водозабора, другая пополняет подземные запасы.

*Методы очистки воды*. Фильтрование. Сорбция. Мембранные технологии. Сравнительные данные по эффективности очистки питьевой воды различными водоочистителями.

*Самомассаж, основы организации*. История массажа. Массаж в жизни человечества имеет свое происхождение с древнего мира и всегда являлся эффективным способом воздействия на человеческий организм с целью не только его оздоровления, но и его омоложения. Массаж используется не только людьми, но и животными, как естественный навык оказания помощи. Методики и техники массажа. Самомассаж незаменим как оздоровительный метод. Его можно проводить при различных дискомфортных состояниях (чиханье, кашель, насморк, икота). В зависимости от самочувствия можно менять его характер и дозировку. Самомассаж отдельных участков тела. Правила при освоении приемов, отрицательные стороны самомассажа. Пять основных приемов классического массажа: поглаживание, разминание, растирание, поколачивание и вибрация.

*Практическое занятие*. Самомассаж лица, шеи и плеч.

**Модуль «Развитие навыков личной гигиены и ЗОЖ».**

*Общественная и личная гигиена.* Значение состояния зубов и полости рта для здоровья человека; меры сохранения зубов; уход за полостью рта, зубами (с приглашением врача-стоматолога).

*Практическая часть*: чистка зубов, массаж дёсен.

*Анатомо-физиологические особенности женского организма (занятия для девушек)*

Физиологические изменения в период полового созревания: специфическое оволосение, изменение в функциях кожи, увеличение грудных желёз. Беседа о гигиеническом режиме девушки ежедневно, при менструации. Беседа о сущности беременности и основных способах контрацепции.

*Анатомо-физиологические особенности мужского организма (занятия для юношей)*

Физиологические проявления в период созревания: эрекция, поллюции. Уход за телом: профилактика фимоза, баланопостита. Беседа о путях избавления от юношеской гиперсексуальности.

*Основные пути передачи инфекционных заболеваний.* Возможные источники заражения. Для развития и распространения инфекции необходимо выполнение 3-х основных звеньев эпидемиологической цепочки: источник инфекции; механизм передачи инфекции; восприимчивый организм. Для предотвращения распространения инфекций необходимо знать условия, способствующие реализации механизма передачи инфекции, а именно пути передачи инфекции. Механизмы передачи инфекции:алиментарный (фекально-оральный); воздушно-капельный; контактный; гемоконтактный (кровяной).

*Практическая часть.* Соревнования на свежем воздухе «Зимние забавы».

**Модуль «Профилактика вредных привычек»**

*Профилактика табакокурения.* История распространения табакокурения. Курение как один из вариантов наркомании. Состав табачного дыма и табачных смол. Органы – мишени для табака. Основные причины начала курения. Пагубное воздействие никотина на организм человека. Оценка курения как фактора риска развития заболеваний. Реальная степень зависимости современной молодежи от курения. Влияние курения на разные стороны жизни общества. Способы преодоления табакокурения.

*Практическая часть.* Показ фильма. Тренинг «Умей сказать нет!». Разработка и изготовление листовки-совета «Сам себе хозяин или как курить бросить».

*Профилактика употребления алкоголя.* Происхождение алкоголя и различных спиртных напитков. Отношение к алкоголю и последствия его употребления у различных народов.Воздействие алкоголя на организм человека при употреблении напитков. Метаболизм алкоголя. Признаки алкоголизма. Алкоголь - угроза нации и генное оружие. Государственное регулирование распространения алкоголя. Избавление от зависимости и профилактика. Опыты и демонстрация влияния алкоголя на живые организмы и растения. Понятие и особенности детского алкоголизма, его исследование в разных странах. Пути протекания детского алкоголизма, психология приобщения к алкоголю, влияние алкоголя на организм ребёнка.

*Практическая часть.* Показ фильма. Тренинг «Умей сказать нет!». Разработка и изготовление листовки «Если тебе предложат алкоголь»

*Профилактика наркомании и токсикомании*. История возникновения и причины наркомании, психическая и физическая зависимость как ее последствия. Разновидности наркотиков, их особенности. Признаки наркотического опьянения. Патогенетические механизмы токсикомании. Наркотические и токсические вещества как средства порабощения личности. Инстинкт самосохранения. Беседа «Дорога 100 печалей». Выяснение знаний и отношения подростков к наркомании. Содержание и организация профилактики наркотической зависимости среди подростков в семье и школе.

*Практическая часть.* Тренинг противодействия сомнительным предложениям. Видеофильм «Право на жизнь». Изготовление пресс-релиза «Беда зовётся – наркомания»

**Модуль «Первая доврачебная помощь»**

*Травмы, виды травм.* Изолированная, множественная, сочетанная и комбинированная травма. Травматизм – совокупность травм, повторяющихся при определенных обстоятельствах у одинаковых групп населения за определенный отрезок времени. Различают травматизм производственный, автодорожный, бытовой, спортивный и др. Раны - повреждения мягких тканей с нарушением целостности кожных покровов. Виды ран по механизму повреждения бывают: резаные, колотые, рубленые, ушибленные, огнестрельные, укушенные. По состоянию краев различаются линейные, рваные, лоскутные, скальпированные раны. По глубине поражения раны бывают поверхностные, глубокие и проникающие в полость (грудную, брюшную, суставную). Оказание помощи при повреждении мягких тканей.

*Практическая часть:* выпуск стенгазет «Травмы и виды травм»

*Кровотечение, их виды, опасность, способы остановки кровотечения.* Кровотечение - это истечение крови из сосудов, наступающее чаще всего в результате их повреждения. Свертывание крови. Кровоточивость. Последствия кровотечений. Наружные и внутренние кровотечения. Средства остановки: давящая повязка, жгут (косынка, носовой платок, галстук).

*Практическая часть:* тренировочные упражнения при остановке венозного кровотечения.

**Итоговое занятие.** Тестирование.

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Углубленный уровень*

**Четвертый год обучения:** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год

**Объединение «Пробуждение»**

(добровольческий отряд)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| **1.Введение в тему** | **2** | **-** | **2** |
| **2.Модуль «Проведение групповых занятий со сверстниками по пропаганде ЗОЖ»**  **-** Ориентация участников в предстоящей деятельности, углублённое изучение собственных мотиваций (мотивационный блок);  - Тренинг по развитию коммуникативных навыков  - Практическая работа по формированию навыков самостоятельного проведения занятий | **6**  2  2  2 | **6**  2  2  2 | **12**  4  4  4 |
| **3. Модуль «Социальное проектирование»**  - Понятие «Добровольчество»  - Технология проведения акции, флешмоба.  - Проведение акций  **-** Понятие «Социальный проект»  - Разработка социального проекта (проба)  - Реализация проекта, анализ | **8**  2  2  -  2  2  - | **20**  **-**  2  6  -  8  4 | **28**  2  4  6  2  10  4 |
| **4. Коллективно-творческое дело.**  - Понятие КТД, технология его подготовки и проведения  **-** Упражнения натренировку внимания, памяти, правильной речи.  - Упражнения навладение телом, умение вжиться в роль.  - Упражнения на овладение навыками коммуникативного взаимодействия  - Разработка КТД  **-**  Проведение КТД, анализ | **5**  4  -  -  -  1  - | **23**  -  4  4  4  7  4 | **28**  4  4  4  4  8  4 |
| **5. Итоговое занятие** | **1** | **1** | **2** |
| **ИТОГО:** | **22** | **50** | **72** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Углубленный уровень*

***Четвертый год обучения.***

**Введение в тему.**

Инструктаж по технике безопасности. Повторение правил поведения в учреждении. Обсуждение плана работы на год, на полугодие.

**Модуль «Проведение групповых занятий со сверстниками по пропаганде ЗОЖ».** Ориентация участников в предстоящей деятельности, углублённое изучение собственных мотиваций (мотивационный блок). Тренинг по развитию коммуникативных навыков

*Практическая работа* по формированию навыков самостоятельного проведения занятий.

**Модуль «Социальное проектирование».**

*Понятие «Добровольчество»*Понятие и характеристика добровольчества, роль добровольческого движения в социализации личности. Зарубежный опыт возникновения волонтерского движения и российская история благотворительности. Организация работы добровольчества в Пермском крае.

*Технология проведения акции, флешмоба.* Определение цели и задач.  Выделение целевой аудитории.  Определение тематических направлений, этапов акции и их содержания. Составление сценария. Информационная поддержка акции. Материально-техническое обеспечение акции. Определение этапов подготовки. Флешмобы как один из путей развития пропаганды здорового образа жизни среди молодежи. Основные принципы флешмоба: спонтанность в широком смысле, отсутствие централизованного руководства, избранного командира (лидера), отсутствие каких-либо финансовых или рекламных целей, деперсонификация - участники флешмоба во время акции не должны никак показывать, что их что-то связывает.

*Практическая часть:* проведение акции, флешмоба.

*Понятие «Социальный проект».* Типы проектов. Социальный проект - это программа реальных действий, в основе которой лежит актуальная социальная проблема, требующая разрешения. Технология создания: от идеи до реализации. Этапы. Постановка проблемы (противоречие между идеальной и реальной ситуацией). Целеполагание. Мозговой штурм. Разработка и создание социального проекта.

*Практическая часть:* реализация проекта, анализ.

**Модуль «Коллективно-творческое дело».**

*Понятие КТД, технология его подготовки и проведения.* Понятие «Коллективное Творческое Дело» было введено в обиход Игорем Петровичем Ивановым, как социальная деятельность детской группы, направленная на создание нового продукта (творческого продукта). При этом не важно, если этот или похожий продукт уже был когда-либо создан, главное, чтобы детская группа, создавала его впервые. В основе лежит три основные идеи:

Коллективное (совместная работа взрослых и детей).

Творческое (нестандартное, нешаблонное, создаваемое в совместной творческой деятельности детей и взрослых).

Дело (занятие, действие, мероприятие как забота об улучшении жизни).

КТД - форма работы, которая направлена на:

 Развитие творческих способностей.

 Развитие интеллектуальных способностей.

 Реализацию коммуникационных потребностей.

 Обучение правилам и формам совместной работы.

*Практическая часть:* проведение КТД. Тренировка внимания, памяти, правильной речи. Владение телом, умение вжиться в роль.Практические занятия. Анализ.

**Итоговое занятие.** Круглый стол, презентация итогов деятельности волонтёрского отряда.

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Углубленный уровень*

**Пятый год обучения:** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц, 72 часа в год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| 1. **Вводное занятие.** | **2** | **-** | **2** |
| **2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни»**  - Сопротивление групповому давлению.  - Разработка классных часов среди подростков и молодёжи по профилактике вредных привычек  - Проведение классных часов. | **6**  2  4  **-** | **12**  2  4  6 | **18**  4  8  6 |
| **3. Модуль «Информационные технологии в работе добровольцев»**  **-** Новостная статья, пресс-релиз.  - Понятие социальной рекламы.  - Социальный плакат.  -Социальный видеоролик. | **8**  2  2  2  2 | **16**  2  4  6  4 | **24**  4  6  8  6 |
| **4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев»**  **-** Помощь ветеранам и пожилым людям.  - Помощь детям-сиротам.  **-** Технология общения и работы с людьми с ограниченными возможностями.  - Работа с подростками девиантного поведения. | **7**  1  2  2  2 | **13**  5  2  2  4 | **20**  6  4  4  6 |
| **5. Модуль «Лидерство в добровольческой деятельности»**  - Лидер. Типы лидерства.  - Рефлексия. | **4**  2  2 | **2**  **-**  2 | **6**  2  4 |
| **6. Итоговое занятие** | **1** | **1** | **2** |
| **ИТОГО:** | **28** | **44** | **72** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Углубленный уровень*

***Пятый год обучения.***

**Вводное занятие.** Организационные вопросы деятельности добровольческого объединения. Инструктаж по технике безопасности, планы на год, деятельность общественного объединения добровольцев, управление деятельностью добровольцев.

**Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни».**

Сопротивление групповому давлению. Разработка и проведение классных часов среди подростков и молодёжи по профилактике вредных привычек (компьютерная зависимость, переедание, курение и алкоголь).

**Модуль «Информационные технологии в работе добровольцев».**

*Новостная статья, пресс-релиз.* Правила написания новостной статьи. Новостные материалы выполняют функции: включение, побуждение к коррекции, ориентирование, оповещение. Умение донести главную суть при помощи ограниченного количества слов. Пресс-релиз - анонс — короткое сообщение (не более одной страницы) о предстоящем мероприятии с приглашением журналистов принять в нем участие.

*Практическая часть:* составление пресс-релиза к акции, написание новостной статьи в газету.

*Понятие социальной рекламы.* Социальная реклама: особенности, сущность, виды. Социальная реклама – это информация, распространенная любым способом, в любой форме и с использованием любых средств, адресованная неопределенному кругу лиц и направленная на достижение благотворительных и иных общественно полезных целей, а также обеспечение интересов государства (ФЗ РФ «О рекламе» ст. 3) Отличительные признаки, специфика, роль в решении злободневных проблем общества.

*Практическая часть:* составление и презентация социальной рекламы.

*Социальный плакат.* Общая история развития социального плаката. Плакаты советских художников во время Великой Отечественной войны. Плакат как средство социальной рекламы и пропаганды. Зарубежный опыт развития плаката. Основные формы визуального образа: фотография, листовка.

*Практическая часть:* рисование социального плаката.

*Социальный видеоролик.* Эмоциональный аспект рекламного воздействия. Видеоролик в ряду социальной рекламы: общая концепция, актуальность, сценарный план, режиссерская разработка, формат съемки, редактирование; себестоимость. Использование художественно-выразительных средств в создании рекламного видеопродукта. Технолого-методические особенности в создании видеоролика.

*Практическая часть:* просмотр социальных видеороликов, анализ.

**Модуль «Специальная подготовка добровольцев».**

*Помощь ветеранам и пожилым людям.* Возрастные особенности пожилых людей. Необходимая поддержка, внимание, оказание помощи в доставке продуктов и медикаментов.

*Практическая часть*: акция

*Помощь детям-сиротам.*Беседа о сиротстве. Особенности проживания детей-сирот в детских домах. Органы опеки и попечительства, их функции.

*Практическая часть*: просмотр видеосюжетов, анализ.

*Технология общения и работы с людьми с ограниченными возможностями.* Понятие инвалидности, степени тяжести ограничений жизнедеятельности. Механизм реализации государственной политики в отношении людей с ограниченными возможностями. Содержание технологий, используемых для эффективной социальной поддержки и помощи инвалидам. Социальная работа в семьях с детьми с ограниченными возможностями. Проблемы жизнедеятельности людей с ограниченными возможностями и пути их решения.

*Практическая часть*: посещение общества «Надежда» (люди с ОВЗ)

*Работа с подростками девиантного поведения.* Понятие девиантного поведения подростков, причины, условия и факторы. Новые подходы к борьбе с различными формами девиантного поведения подростов и их эффективности.

*Практическая часть*: тренинг

**Модуль «Лидерство в добровольческой деятельности».**

Лидер. Типы лидерства. Рефлексия.

**Итоговое занятие.** Круглый стол, презентация итогов деятельности волонтёрского отряда. Итоговое занятие предполагает тестовые задания по всему курсу.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Учебный план**  **на 2023-2024 учебный год**  **дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**  **«Шаги к здоровью»**  **социально-гуманитарной направленности** | | | | | | | | | |
| ***Наименование тем*** | ***Количество часов*** | | | | | | | ***Форма***  ***занятий*** | ***Форма***  ***подведения итогов*** |
| ***Всего*** | | ***В том числе*** | | | | |
| ***теория*** | | ***практика*** | | |
| **Углублённый уровень**  **Объединение «Пробуждение» (добровольческий отряд)**  **Шестой год обучения** 4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 144 ч в год | | | | | | | | | |
| 1.Вводное занятие | | 2 | | 2 | | | - | Беседа | Опрос |
| 2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни» | | 34 | | 8 | | | 26 | Практическая работа, игра, тренинги, рефлексия | Дискуссия  Мероприятия в рамках РДДМ |
| 3. Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев» | | 30 | | 12 | | | 18 | Работа в малых группах,  Упражнения | Практическая работа |
| 4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев» | | 46 | | 4 | | | 42 | Работа в профилактических кругах, индивид работа | Практика |
| 5.Модуль «Лидерство и командная работа  в добровольческой деятельности» | | 30 | | 6 | | | 24 | Сопровождение | Практика мероприятий |
| 6.Итоговое занятие. | | 2 | | - | | | 2 | Круглый стол. | Презентация. |
| **ИТОГО** | | **144** | | **32** | | **112** | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование тем*** | ***Количество часов*** | | | | | | | ***Форма***  ***занятий*** | ***Форма***  ***подведения итогов*** |
| ***Всего*** | | ***В том числе*** | | | | |
| ***теория*** | | ***практика*** | | |
| **Ознакомительный уровень**  **Краткосрочная программа «Сделай свой выбор!» -22 часа**  **Первый год обучения** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц. | | | | | | | | | |
| 1.Вводное занятие | | 2 | | 2 | | | - | Беседа | Опрос |
| 2.Диагностика | | 6 | | 1 | | | 5 | Практическая работа, рефлексия | Обсуждение по желанию |
| 3. Мир профессий | | 6 | | 2 | | | 4 | Работа в малых группах,  Упражнения | Практическая работа |
| 4. Тренинговые игры, самопрезентация | | 6 | | 2 | | | 4 | Работа в профилактических кругах, индивид работа | Практика |
| 5.Итоговое занятие. | | 2 | | - | | | 2 | Круглый стол. | Презентация. |
| **ИТОГО** | | **22** | | **7** | | **15** | |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименование тем*** | ***Количество часов*** | | | | | | | ***Форма***  ***занятий*** | ***Форма***  ***подведения итогов*** |
| ***Всего*** | | ***В том числе*** | | | | |
| ***теория*** | | ***практика*** | | |
| **Ознакомительный уровень**  **Краткосрочная программа «Семьеведение» -34 часа**  **Первый год обучения** 2 часа в неделю, 8 часов в месяц | | | | | | | | | |
| 1.Вводное занятие | | 2 | | 2 | | | - | Беседа | Опрос |
| 2. Гендерные различия в отношениях к семье и браку у молодёжи. Гендерные аспекты формирования брака и семьи. | | 2 | | 1 | | | 1 | Рассказ, беседа | Рефлексия |
| 3. Семья в современном обществе. Тенденции развития. Формы и модели семьи. | | 4 | | 2 | | | 2 | Рассказ, актуализация знаний | Практическая работа |
| 4. Семейные отношения как предмет правового регулирования. Брак. Порядок заключения и расторжения брака. | | 2 | | 2 | | | - | Презентация, беседа, обсуждение | Рефлексия |
| 5.Установление происхождения детей. Усыновление (удочерение) и его отмена. Опека и попечительство. Приёмная семья. | | 2 | | 2 | | | - | Лекция | Обсуждение |
| 6. Права и обязанности несовершеннолетних. Родительские права и обязанности. | | 2 | | 1 | | | 1 | Лекция | Актуализация и анализ существующих типов семей |
| 7. Социально-экономическое положение семьи в кризисном обществе. Финансовая грамотность. | | 4 | | 2 | | | 2 | Рассказ, объяснение, диалог | Рефлексия |
| 8. Воспитательный потенциал современной семьи.  Рождение первенца и ответственное родительство. Роль отца и матери в социализации детей. | | 6 | | 4 | | | 2 | Лекция, круглый стол | Тест |
| 9. Профилактика супружеских конфликтов. | | 2 | | 2 | | | - | Тренинговые игры, разбор кейсов | Рефлексия |
| 10. Семья – как главная человеческая ценность. Православие о браке и семье. | | 6 | | 4 | | | 2 | Выступление Е.Г.Марининой, лекции | Диалог |
| 6.Итоговое занятие. | | 2 | | - | | | 2 | Круглый стол. | Эссе |
| **ИТОГО** | | **34** | | **22** | | **12** | |  |  |

**Учебно-тематический план**

**на 2023-2024 учебный год**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»** социально-гуманитарной направленности.

*Углубленный уровень*

**Шестой год обучения:** 4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 144 часа в год

**Объединение «Пробуждение»** (добровольческий отряд)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| 1. **Вводное занятие.** | **2** | **-** | **2** |
| **2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни»** -  - участие в мероприятиях РДДМ;  - написание социального проекта. | **8**  2  6 | **26**  16  10 | **34**  18  16 |
| **3. Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев»**  - интервьюирование;  - разговор по телефону, договорённость о встрече;  - умение благодарить. | **12**  4  4  4 | **18**  6  6  6 | **30**  10  10  10 |
| **4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев»**  **-** написание статьи (отчёта) в беседе «добровольцы» по проведённому мероприятию;  - игротека – умение организовать игру с детьми;  - изготовление кормушек для птиц, наполнение кормовой базы | **4**  2  2 | **42**  14  20  8 | **46**  16  22  8 |
| **5. Модуль «Лидерство и командная работа в добровольческой деятельности»**  - Упражнения на развитие лидерских качеств.  - Команда, её составляющие, игры на командообразование.  - Рефлексия. | **6**  2  4  - | **24**  8  14  2 | **30**  10  18  2 |
| **6. Итоговое занятие** | **-** | **2** | **2** |
| **ИТОГО:** | **32** | **112** | **144** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Углубленный уровень*

***Шестой год обучения.***

**Вводное занятие.** Организационные вопросы деятельности добровольческого объединения. Инструктаж по технике безопасности, планы на год, деятельность общественного объединения добровольцев, управление деятельностью добровольцев.

**Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни».**

Часто задают вопрос, что такое РДДМ? Это - Российское движение детей и молодежи.

Это возможность стать лучшей версией себя, достойным наследником великих дел.

Быть участником Движения – это выбор сильных и готовых вписать свое имя в историю России.   
«Движение Первых» — это сотни уникальных программ воспитания и становления личности, активного и ответственного молодежного сообщества, для которого важны уважение к традициям и культурам народов России, историческая преемственность и сопричастность с судьбой страны, в которой главной ценностью была, есть и будет – семья. И мы дети, взрослые и молодежь Уральского являемся участниками движения "ПЕРВЫХ".   
  
12 НАПРАВЛЕНИЙ ДВИЖЕНИЯ:   
- Культура и искусство   
- Волонтерство и добровольчество   
- Патриотизм и историческая память   
- Спорт   
- ЗОЖ   
- Медиа и коммуникации   
- Дипломатия и международные отношения   
- Экология и охрана природы   
-Туризм и путешествия   
- Образование и знания   
- Наука и технология   
- Труд, профессия и свое дело  
  
Ценности движения, к которым мы должны стремится:   
Взаимопомощь и взаимоуважение.  
Участники Движения действуют как одна команда, помогая друг другу в учебе, труде, поиске и раскрытии таланта каждого. Плечом к плечу преодолевают трудности. Уважают особенности каждого участника Движения, создавая пространство равных возможностей.   
Единство народов в России.  
Участники Движения, являясь новыми поколениями многонационального и многоконфессионального народа России, уважают культуру, традиции, обычаи и верования друг друга. Это уникальное достояние нашей страны: народов много, Родина – одна.   
  
Историческая память.   
Участники Движения изучают, знают и защищают историю России, противостоят любым попыткам её искажения и очернения. Берегут память о защитниках Отечества.   
Добро и справедливость.   
Участники Движения действуют по справедливости, распространяют добро, считают доброту качеством сильных людей. Внутренний голос каждого говорит нам, что только добрые дела меняют жизнь к лучшему.   
Мечта.   
Участники Движения умеют мечтать и воплощать свои мечты в жизнь. Смелые мечты открывают человеку новые возможности, а человечеству – неизведанные горизонты.   
Созидательный труд.   
Каждый участник Движения своим трудом приносит пользу: создаёт новое качество своих знаний, умений и навыков, применяет их во благо своей семьи, Движения и всей страны.   
Жизнь и достоинство.   
Участники Движения в первую очередь ценят жизнь каждого человека, чувство собственного достоинства и заботятся о сохранении достоинства окружающих   
Патриотизм.   
Участники Движения любят свою Родину - Россию. Любовь к стране проявляется в делах и поступках.   
Дружба.   
Движение – источник Дружбы для каждого из участников. Вступая в Движение, каждый может найти себе друзей близких по убеждениям, увлечениям, интересам и возрасту. В Движении друзья всегда рядом.   
Служение Отечеству.   
Участники Движения объединены с Отечеством одной судьбой. Каждый на своем месте готовит себя к служению Отечеству и ответственности за его будущее.   
Крепкая семья.   
Участники Движения разделяют традиционные семейные ценности. Гордятся российской культурой отцовства и материнства. Уважают многодетность. Помогают младшим, заботятся в семье о бабушках и дедушках.  
Для того, чтобы стать участником движения, каждый из нас должен пройти регистрацию на официальном сайте: [https://будьвдвижении.рф/](https://xn--90acagbhgpca7c8c7f.xn--p1ai/)

**Проекты –**

Проектная деятельность – это совокупность действий, направленных на решение конкретной задачи в рамках **проекта**, ограниченного целевой установкой, сроками и достигнутыми результатами (или продуктами). Проблема – это сложный вопрос, требующий решения (расстояние между состояниями «Хочу» и «Могу»). Идея – это мысль, переходящая в действие.

В осуществлении проектной деятельности выделяются следующие этапы:

1.Проблематизация

2.Целеполагание

3.Планирование деятельности

4.Осуществление деятельности

5.Презентация проекта

6.Рефлексивный этап

**Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев»**

**1.Интервьюирование**— процесс сбора первичного материала с помощью метода интервью.

Интервью — это разговор между двумя и более людьми, в ходе которого интервьюер получает от собеседников ответы на интересующие его вопросы.

**7 правил проведения эффективного собеседования**

* Поймите, какого человека вы ищете ...
* Подготовьте список вопросов ...
* Создайте благожелательную атмосферу с первых минут собеседования ...
* Контролируйте кандидата ...
* Не затягивайте собеседование ...
* Записывайте ответы кандидата и свои выводы ...
* Заканчивайте **интервью** на хорошей ноте ...

**Игра «Корреспонденты»**

 Цель: формирование коммуникативной компетентности школьников. Совершенствование умения задавать вопросы, как сверстникам, так и взрослым.

   Материал: микрофон, игрушечная камера или телефон.

   Ход проведения: Педагог обращает внимание детей, на то, что к ним приехали корреспонденты, которые хотят взять интервью.

  Например, у мальчика, который победил в шашечном турнире. Корреспондент выбирает место для интервью.

   Приглашает интервьюера. Корреспондент задает заранее запланированные вопросы, а интервьюер отвечает на них. Чуть подальше от них интервью «снимает оператор». Когда все вопросы будут заданы и получены ответы, корреспондент благодарит интервьюера.

**Игра "Кто больше задаст разных вопросов".**

     Цель: Развитие вопросительности.

    Материал: карточки с символами обозначающие разные вопросы - "Кто это?", "Что это?", "Какого цвета?", "Какой формы?", "какого размера?", "Почему?", "Для чего?", "Где?", "Что делают?", фишки соответствующего цвета, несколько предметов (4-5, расположенных на столе).

            Ход проведения. Карточки с символами раскладываются в поле зрения детей. Ведущий говорит: " Сегодня мы постараемся задавать разные по форме вопросы. Спрашивать нужно про предметы находящиеся у меня на столе. За каждый вопрос дается фишка соответствующего цвета. например вы спросили, какой формы этот предмет, значит получаете фишку цвета. Если зададите еще один вопрос, начинающийся со слов "какой формы?" фишку вы уже не получаете. Выигрывает тот, кто получит больше фишек разного цвета".

1. **Разговор по телефону, договорённость о встрече.**

Основные шаги при проведении переговоров:

* завладеть вниманием собеседника;
* представиться и представить свою компанию;
* объяснить причину звонка;
* произнести вопросительное или оценочное утверждение;
* назначить конкретное время и место.

**Внимание!** Оптимальная продолжительность звонка — 3 минуты.

1.Самый простой способ завладеть вниманием ‒ поздороваться и назвать собеседника по имени.

2.Далее следует назвать себя, наименование отряда и обязательно акцентировать сферу его деятельности. Это особенно актуально, если название отряда не «на слуху».

3. В качестве причины звонка должно стать лаконичное: «Я звоню Вам договориться о встрече». Не следует пытаться в телефонном разговоре продать товар или услугу.4.Вопросительное или оценочное утверждение поможет расположить собеседника к дальнейшему разговору и повысит его лояльность. Пример оценочного утверждения: «Я уверен, что Вы заинтересованы в сотрудничестве с нами, в передаче житейского опыта».

5. Предложение встретиться должно быть четким, не предполагающим обсуждение возможности события. Следует говорить об этом, как об уже достигнутой договоренности, по которой уточняются только нюансы: «Вас устроит вторник, в 16.00?».

6. Прощаясь с собеседником, необходимо поблагодарить его за уделенное внимание. Неважно, является ли собеседник мужчиной или девушкой, необходимо придерживаться доброжелательно-официального тона, не допуская фамильярности и панибратства.

|  |  |
| --- | --- |
| Основные проблемные ситуации в процессе телефонных переговоров | |
| **Проблемная ситуация** | **Пример ответов звонящего** |
| Нужного человека нет на месте. | Когда лучше перезвонить? |
| Клиент отказывается встретиться лично и просит выслать презентацию или факс. | Разумеется, мы можем выслать вам информацию электронно, но в этом случае вам придется потратить много времени, чтобы разобраться в расчетах. Удобнее прояснить все нюансы при короткой встрече. |
| Клиент занят или не может разговаривать. | Я понимаю, скажите, когда я могу вам перезвонить? |
| Клиент интересуется ценами. | Наш ассортимент очень велик, кроме того, на цену влияет объем сделки. Давайте встретимся и обсудим все детали. |
| Клиента устраивают нынешние поставщики. | Уделите мне 5 минут времени, чтобы мы удостоверились, действительно ли их условия выгоднее нашего предложения. |
| Клиент раздражен и утверждает, что никакие предложения ему не интересны. | Не буду сейчас отнимать ваше время. Разрешите перезвонить вам через несколько недель? |

Основное, что требуется при возникновении проблемных ситуаций, – придерживаться ровного и доброжелательного тона.

**Главное - уметь благодарить (**Автор: Лариса Юрьевна Белокур)

Можно быть талантливым, бездарным,  
Многое свершить , иль натворить…  
Главное — быть в жизни благодарным,  
Главное - уметь благодарить…

Быть благодарными вас не научит никто, ни родители, ни бабушки, ни дедушки, ни няни, ни учителя. К истинной благодарности, к той благодарности которая идет из глубины души, из самого центра вашего сердца, вы сможете прийти только сами. У каждого это свой собственный процесс, свой путь к себе. И он уникален. Поблагодарите себя, если вы к этому уже сейчас смогли прийти.  
Да, вас могут и родители, и учителя научить говорить «спасибо». Они вас могут приучить благодарить. Вы можете быть культурным и вежливым человеком. Но истинная благодарность в вас раскроется совсем иначе. Не в результате чьих-то поучений. В один прекрасный момент вы к ней придете сами, потому что Благодарность – это любовь.

Быть благодарным – это значит дать место в своем сердце тому, кого ты благодаришь.  
Разделиться на группы и попытаться совместно составьте список на тему: «От кого я жду благодарности и за что?».

Спрашивая и себя в том числе:  
«Умею ли я сам благодарить? Как часто я благодарю других? А себя любимого?».  
Одним из этапов на уроке была игра с вопросом:  
А за что вы благодарны сегодня? и кому? Выбери несколько человек, которые имеют особое значение в твоей жизни, и поблагодари их. Выскажи им эти слова….  
 Благодарность обогащает нас духовно. И высшим пилотажем является понимание: за что же благодарить, когда кажется, что все ужасно?  
Благодарность – это принятие. Без принятия не будет и благодарности. Принять, признать, простить, поблагодарить. И помнить, благодарности много не бывает, не скупиться ее проявлять.  
- Просмотр к/ф «Мамы», обсуждение.

- Поездка в социальный кинозал г.Нытва, просмотр фильма и обсуждение (фильмы на согласовании с Е.А.Солоницыной).

**3. Модуль «Специальная подготовка добровольцев».**

**Написание статей о мероприятиях**

 Условно статьи можно разделить на «пресс-релизы» и «пост-релизы». Пресс-релиз анонсирует мероприятие или событие, в целом для привлечения присутствия на этом мероприятии большего количества зрителей/участников.

Пост-релиз- статья по итогам проведенного мероприятия.

Статья должна иметь четкую структуру, благодаря которой она будет представлять интерес для читателя и привлечет внимание:

Статья обычно включает в себя:

·         заголовок;

·         цель и задачи мероприятия (если есть, то предыстория);

·         участники;

·         гости, выступление гостей (выдержки из высказываний участников (или их интервью);

·         коллективы, выступление коллективов;

·         3-5 шт. фотографий / видеофрагмент.

·         яркие и ключевые события;

·         итоги мероприятия.

**Примеры заголовков пресс-релизов:**

·         Солист вокальной студии «Камертон» станет участником международного конкурса

·         Ученики СОШ №12 посетят музейный комплекс «Наследие»

·         Во Дворце творчества готовится к открытию выставка рисунков

·         Организаторы акции «Взгляните в их глаза, там прячется душа» готовятся к отправке благотворительной помощи в приют «Верный друг».

**Примеры заголовков пост-релизов:**

·         ЭСТ «CREDO» стал лауреатом всероссийского конкурса в г. Тольятти

·         Обучающиеся объединения «Малышок» посетили новогоднее представление

·         В фойе Дворца творчества рисунки детей радуют посетителей

·         Театральная студия «Фантазия» и театр танца «Домино» завершили учебный год массовыми мероприятиями.

**Пример текста:**

***Во Дворце творчества им. Л.А. Кассиля стартовал марафон новогодних мероприятий!***

 Первыми зрителями яркой и веселой театрализованной программы стали самые маленькие обучающиеся Дворца из объединений «Светлячок», «Малышок», «Занимательные ступеньки» и «Радуга знаний». Не будем раскрывать всех секретов сценария, скажем одно- программа получилось насыщенной и подарила деткам новогоднее настроение и яркие эмоции!

«Мне очень понравился праздник! Мы пели, танцевали, веселились! Особенно понравился русский Богатырь»,- поделилась Эльза Байбикова из объединения «Радуга знаний».

«Программа очень понравилась и взрослым и детям. Интересные герои, яркие костюмы. Благодарим за новогодний праздник для наших детей»,- говорит Алексей Бакулин, папа Ангелины из объединения «Малышок».

Зрителями театрализованных программ и спектаклей станут все обучающиеся Дворца творчества, в том числе и детки с ОВЗ. Главные роли исполняют педагоги-организаторы учреждения и артисты театральной студии «Фантазия» Дворца, а помогают им воспитанники творческих студий и волонтеры.

- Самостоятельное написание статей добровольцами.

**Игротека.**

Добровольцы любят играть и знают много игр. Но каких? Чаще всего компьютерных. Сегодня важно научить детей дружить и социализироваться в обществе. Поэтому добровольцы будут учиться и учить играть младших детей и сверстников в активные дворовые, а также спортивные игры, объединяющие 2 и более детей. Будем использовать игры, представленные в социальных проектах «Забытые игры» и «Городошные бои», которые реализовались в МБОУ ДО «ЦДТ» п.Уральский в 2018-2019 у.г. и 2019-2020 у.г.

Перечень игр:

1. «Городки»

2. «Бадминтон»

3. «Тише едешь-дальше будешь. Стоп!»

4. «Золотые ворота»

5. «Огонь, вода, земля, воздух»

6. «Вышибалы»

7. «Хали-хало»

8. «Море волнуется раз»

9. «Шашки, шахматы»

10. «Заря-зарница»

11. «Горелки».

Каждый доброволец выбирает игру, которую он хочет освоить, которая ему близка, играет в неё сам, потом пробует объяснить её другим добровольцам и поиграть с ними. Затем проводит игру с другими детьми, осваивая роль организатора и наставника.

**Изготовление кормушек для птиц, наполнение кормовой базы.**

Зимой 2023 года мы с добровольцами участвовали в мастер-классе по изготовлению кормушек на биоразлагаемой основе в рамках проекта «Птицы родного края», которым руководила педагог дополнительного образования И.С.Долганова.

Идея изготовления таких кормушек нам очень понравилась, и я решила включить в учебный план подготовку кормов для птиц и кормушек, начиная с лета и продолжить в зимнее время.

Особенности питания птиц зимой.

1.Быстрый обмен веществ. У птиц очень быстрый обмен веществ, поэтому они потребляют очень много корма.

2.Короткий световой день. Зимой световой день стремительно сокращается, а значит, и времени на поиски пропитания тоже останется меньше.

3.Растительная пища. В природе птицы кормятся самой различной животной и растительной пищей. В зимнее время всё меняется. Насекомоядным оседлым птицам приходится переходить на растительный корм.

Требования к корму птиц:

1.Предоставлять пищу и растительного, и животного происхождения.

2.Корм не должен подвергаться термической обработке или копчению.

3.Всё, что предлагается птицам в качестве корма, не должно содержать сахара, соли или каких-либо других специй.

4.На корме не должно быть плесени и грибков, т.е. он не должен быть заведомо испорчен.

ЭКОкормушка

1.Натуральная, биоразлагаемая база. Желательно, чтобы это был какой-то бытовой отход (например, старая картонная коробка), а не специально купленная вещь.

2.Состав корма, рассчитанный на разные виды птиц: насекомоядных, зерноядных и питающихся ягодами и фруктами.

3.Полезная для птиц связующая основа.

4.Конструкция кормушки должна быть безопасна на всех этапах ее жизненного цикла.

**4.Модуль «Лидерство и командная работа в добровольческой деятельности».**

Лидер. Типы лидерства. Актуализация знаний.

Игры на командообразование: «Передай стул (палку)», «Карета»,…

Обсуждения, ответы на вопросы и обратная связь. Рефлексия.

**Итоговое занятие.** Круглый стол, презентация итогов деятельности волонтёрского отряда. Чаепитие.

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Углубленный уровень*

**Седьмой год обучения:** 4 часа в неделю, 16 часов в месяц, 144 часа в год

**Объединение «Пробуждение»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **Теория** | **Практика** | **Всего** |
| 1. **Вводное занятие.** | **2** | **-** | **2** |
| **2.Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни»** - реализация и закрытие проекта «Искорки добра»:  -история создания добровольческого отряда «Пробуждение»;  -создание видеолетописи. | **4**  2  2 | **16**  12  4 | **20**  14  6 |
| **3. Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев»**  -Дискуссия.  -Диспут  - Дебаты  -Презентация, самопрезентация | **14**  4  4  4  2 | **22**  4  4  4  10 | **36**  8  8  8  12 |
| **4. Модуль «Специальная подготовка добровольцев»**  **-** Сайт «Росмолодёжь» - как с ним работать, регистрация.  - Всероссийские конкурсы молодёжных проектов, как участвовать, разработка проекта.  -Молодёжный форум «Иволга», как зарегистрироваться, с какого возраста, чем интересен.  **-**Всероссийский конкурс «Добро не уходит на каникулы», номинации, проба разместить проект. | **16**  4  4  4  4 | **34**  4  10  12  8 | **50**  8  14  16  12 |
| **5. Модуль «Экология в добровольческой деятельности»**  - Экология как направление добровольческой деятельности.  -Экологические мероприятия: акции, выставки.  - Рефлексия групповая и индивидуальная. | **2**  2  -  - | **32**  **-**  24  8 | **34**  2  24  8 |
| **6. Итоговое занятие** | **-** | **2** | **2** |
| **ИТОГО:** | **38** | **106** | **144** |

**Содержание дополнительной общеразвивающей программы**

**«Шаги к здоровью».**

*Углубленный уровень*

***Седьмой год обучения.***

**Вводное занятие.** Организационные вопросы деятельности добровольческого объединения. Подведение итогов прошедшего учебного года, перспектива на учебный год. Инструктаж по технике безопасности, выборы и перевыборы командира отряда.

**Модуль «Деятельность добровольцев по пропаганде здорового образа жизни».**

*Проведение мероприятий в рамках проекта «Искорки добра», итоги проекта.*

Подготовка фотоальбома, видеосюжета.

**Модуль «Коммуникативные технологии в работе добровольцев».**

**Дискуссия.**

Дискуссия(от лат. discussio —рассмотрение, исследование), публичное обсуждение какого-либо спорного вопроса, проблемы в беседе, на собрании, в печати; спор.

Двумя важнейшими характеристиками дискуссии, отличающими её от других видов спора, являются публичность (наличие аудитории) и аргументированность.

Обсуждая спорную (дискуссионную) проблему, в которой каждая сторона, оппонируя мнению собеседника, аргументирует свою позицию.

Чтобы дискуссия была результативной и педагогически эффективной, необходимо, чтобы выбранная проблема имела различные варианты решения, которые заслуживают обсуждения, и относительно которых нет однозначных ответов;

была актуальной, острой, важной (для данной группы людей, региона или страны в целом);

требовала для своего решения совместных действий, организации совместной деятельности; имела личностно значимый характер (ее решение предполагает обсуждение личных приоритетов и мотивов, лежащих в основе выбора конкретных путей решения)

Главной целью дискуссии является рассмотрение и исследование спорных вопросов, проблем, различных подходов при аргументации суждений, решении заданий.

5 правил подготовки к дискуссии:

-представьте себя человеком, принимающим ответственное решение, поэтому взвешивайте каждое слово, старайтесь быть убедительным;

-определите основную проблему и подберите доказательства, факты для анализа.

-имейте в виду, что все участники процесса имеют право на собственное мнение, поэтому уважайте чужое мнение и ищите альтернативу.

-продумайте заранее ответы на возможные вопросы и варианты решения, которые могут стать основой для согласия участников дискуссии.

-будьте готовы к тому, что выбор способов решения проблемы -дело сложное и не отчаивайтесь в случае неудачи.

При проведении дискуссии необязательно делить участников на группы. Возможно приглашение лидеров, которые выразят свои точки зрения на проблему, выносимую на обсуждение, и зададут тон дискуссии.

Ведущий может назначить секретаря, который будет записывать идеи, формулируемые в ходе дискуссии.

**Диспут.**

Этот тип урока (занятия) олицетворяет собой одну из особенностей переживаемого страной времени: признание важности и полезности публичных обсуждений.

Диспут—это спор, полемика. Если к какой-то проблеме могут быть принципиально разные подходы или о ней существуют противоположные мнения, то она может стать темой занятия-диспута.

Главная ценность этого занятия состоит в том, что в нем формируется диалектическое мышление подростков. Такие занятия позволяют решать и многие другие педагогические задачи:

Во-первых, они вовлекают в непринужденный, живой разговор участников и этим помогают избежать формализма в знаниях.

Во-вторых, учат высказывать свое мнение и обосновывать его.

В-третьих, приучают к диалогу, т. е. обучают вникать в доводы оппонента, обнаруживать в них слабые места, задавать вопросы, помогающие вскрывать неверные утверждения, искать и спокойно приводить контрдоводы, а это все важно для нас сейчас в современных условиях свободы слова и плюрализма мнений.

В-четвертых, чтобы участвовать в диспуте, нужно знать фактический материал темы, и поэтому к занятию-диспуту ученик повторяет пройденное и читает дополнительную литературу.

В-пятых, уроки-диспуты активно способствуют превращению знаний в убеждения. Темы для диспута должны быть проблемными, разрешение поставленных проблем иметь варианты.

Требования, предъявляемые к стратегии диспута, довольно просты, но выполнять их нередко оказывается затруднительным.

Их всего три:

-тема диспута должна быть сформулирована четко и понятно.

-тема диспута не должна истолковываться двусмысленно.

-тема диспута должна быть неизменной на протяжении всего времени спора.

Успех в споре в значительной степени зависит от аргументов, которые приводятся в поддержку выдвинутого тезиса.

**Дебаты.**

Дебаты–такая форма организации устной публичной диалогической речи, в основе которой лежит обсуждение актуальных вопросов социального, литературного, философского характера.

В процессе дебатов сопоставляются различные (в том числе и противоположные) точки зрения, позволяющие раскрыть проблему с разных позиций.

Дебаты могут быть разной степени подготовленности, но тема, выносимая на обсуждение, должна быть известна всем заранее. Осуществляются дебаты обычно под руководством ведущего.

Ведущий вызывает у участников дебатов желание выступать, доказывать свою точку зрения, убеждать. Ведущий поддерживает контакт с участниками дебатов, обращает их внимание на соблюдение основных правил для спорящих. Особенно важно подчеркнуть, что именно ведущий направляет спор в нужное русло, не дает участникам отклониться от темы, осуществляет переход к следующей теме.

Для дебатов как формы организации публичного спора характерны следующие признаки:

а) наличие противоположных точек зрения;

б) наличие ведущего, организующего дискуссионное общение) возможно участие третьей стороны: экспертов, наблюдателей, участников, которым предстоит сделать свой выбор, встать на чью-то сторону по окончании дебатов

Начало дебатов:

Ведущий раскрывает актуальность проблемы, заинтересовывает участников обсуждения; представляет участников дебатов, создает благоприятную атмосферу для обсуждения проблемы; информирует о регламенте.

Вступительное слово ведущего всегда должно быть информативно насыщенным и при этом эмоциональным.

Добиться внимания слушателей, а также их расположения помогут и специальные приемы –введение в речь рассказа об интересном случае, цитирование известных деятелей культуры, искусства и т.д.

Речевые клише ведущего дебатов:

-нам предстоит...

-я хочу...

-мне хочется...

-я хотел бы...

-я предлагаю...

-поговорим...

-давайте обменяемся мнениями о ...

-обсудим...

Употребляя данные речевые стереотипы, ведущий подчеркивает важность процесса обсуждения, поиска решения, обмена мнениями относительно тех актуальных проблем, которые являются темой дебатов, а не принятие какого-либо решения, утверждения какого-либо единственно правильного мнения, точки зрения.

Основная часть.

Участники дебатов высказывают разные точки зрения; обмениваются мнениями, суждениями, касаются разных аспектов проблемы; дают оценку тому или иному факту, событию, явлению; предлагают возможные пути решения проблемы и т.д.

Следующий признак, характеризующий жанр дебатов –регламентированность. Применительно к дебатам это, прежде всего, регулирование количества времени, отводимого для выступления, что служит залогом речевого равноправия между участниками. За соблюдением регламента следит

ведущий. Он должен уметь ориентироваться в обстановке: четко и быстро реагировать на речевые события, направлять спор в нужное русло, корректно прерывать говорящего в случае необходимости. Иногда остановить обсуждение просто необходимо.

Ведущий может это сделать так: «К сожалению, вынужден прервать Вас и предоставить слово ...»

Такой речевой ход позволяет соблюсти регламент, а также разрядить обстановку.

Стимулирование дискуссии:

Продолжайте... /

Прошу вас... /

Я вас слушаю... /

А что вы можете сказать об этом (по этому поводу, на эту тему)?

/ Есть ли (еще) желающие высказаться (выступить)?

/ Посмотрим на этот вопрос с другой стороны... //

Коррекция обсуждения: Извините, я перебью вас... / Извините, но здесь я хочу (хотел бы) заметить, что... / Простите, что перебиваю, но... / Я вынужден вас остановить (перебить, прервать)... / Извините, что не даю договорить, но... / Не отвлекайтесь... / Вы ушли от темы... / Вы не о том... / Вернемся к нашей теме... / Ближе к делу... / Я все-таки хотел бы вернуться к разговору о... (к вопросу, к проблеме)... //

Заключительная часть.

Ведущий подводит итоги дебатов: сообщает о разных точках зрения участников как результате проведения дебатов; благодарит за участие, предоставляет слово экспертам или независимым наблюдателям, которые должны были определить собственную позицию на основе услышанных мнений. Таким образом... / Итак... / Значит... / Одним словом... / Следовательно... / Можно сделать вывод... / Мы приходим (пришли) к выводу... / Поставим (расставим) все точки над и... / Попробуем обобщить то, что было сказано... / Суммируем то, что здесь сказали... / Подведем итоги (черту)... //«Конец речи должен закруглить ее, то есть связать ее с началом... Конец –разрешение всей речи...» (Кони А.Ф.)

От умения ведущего связать начало и концовку зависит восприятие дебатов как целостного, единого речевого жанра.

Общее впечатление от дебатов, суждение относительного того, получились ли именно дебаты, зависит от умения ведущего подводить итоги, анализировать выступления участников.

(информация взята из интернета)

**Презентация, самопрезентация.**

Самопрезентация – вербальная и невербальная демонстрация собственной личности в системе внешних коммуникаций (это то, как вы выглядите и что представляете собой в глазах вашего окружения, будь то профессиональная сфера коммуникации, или общение с родственниками, или же просто прогулка по улицам города).

Самопрезентация – это умение эффективно и выигрышно подавать себя в различных ситуациях, индивидуальный стиль общения, неповторимый образ, который не только нравится самому себе, но и привлекателен для окружающих.

Создание самопрезентации.

**Модуль «Специальная подготовка добровольцев».** АИС «Молодежь России» представляет собой единую платформу для регистрации на региональные, окружные и федеральные мероприятия и форумы, способствующую вовлечению молодежи в реализацию государственной молодежной политики.

Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодежь) рассматривает молодёжь как главный ресурс развития страны и именно на этом убеждении строит свою работу в рамках реализации государственной молодёжной политики России, создавая возможности для самореализации молодого поколения.

АИС «Молодежь России» – инновационная площадка для молодых и активных пользователей рунета.

АИС «Молодежь России» – это система учета молодежной активности по всей стране, с помощью которой любой молодой человек может зарегистрироваться на муниципальные, региональные, окружные и федеральные мероприятия, а также грантовые конкурсы.

**iВолга** — молодёжный образовательный форум (лагерь), проводящийся с 2013 года на [Мастрюковских озерах](http://cyclowiki.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%80%D1%8E%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5_%D0%BE%D0%B7%D0%B5%D1%80%D0%B0&action=edit&redlink=1) в [Самарской области](http://cyclowiki.org/w/index.php?title=%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%B0%D1%80%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D1%81%D1%82%D1%8C&action=edit&redlink=1). Организаторами Форума являются Администрация Губернатора Самарской области и Правительство Самарской области при поддержке аппарата полномочного представителя Президента Российской Федерации в Приволжском федеральном округе и [Федерального агентства по делам молодежи](http://cyclowiki.org/w/index.php?title=%D0%A4%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B5_%D0%B0%D0%B3%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE_%D0%A0%D0%BE%D1%81%D1%81%D0%B8%D0%B8_%D0%BF%D0%BE_%D0%B4%D0%B5%D0%BB%D0%B0%D0%BC_%D0%BC%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D1%91%D0%B6%D0%B8&action=edit&redlink=1).

Форум проводится в режиме автономного полевого лагеря с подготовленной инфраструктурой.

Программа Форума включает в себя учебные занятия, конвейер молодежных проектов, презентации образовательных программ, проектов, научные и образовательные конференции, тренинги и мастер-классы, круглые столы, выставки, фестивали, акции, ярмарки инициатив, соревнования, встречи с известными людьми, дискуссии, а также культурно-досуговые, спортивные и туристско-краеведческие программы, иные мероприятия.

**Всероссийский конкурс «Добро не уходит на каникулы»**

 - это конкурс для тех, кто верит в себя и в своих друзей, кто сам определяет своё настоящее и будущее, кто спешит делать добро!

К участию во Всероссийском конкурсе «Добро не уходит на каникулы» приглашаются государственные или муниципальные бюджетные или автономные общеобразовательные организации, на базе которых действуют добровольческие (волонтерские) отряды обучающихся государственных или муниципальных бюджетных или автономных общеобразовательных организаций с численным составом не менее 4 человек и не более 15 человек в возрасте от 8 до 17 лет включительно, осуществляющие свою деятельность под руководством куратора добровольческого (волонтерского) отряда (физическое лицо в возрасте от 18 лет).

Конкурс проводится в 4 номинациях:

1. Проекты, направленные на заботу о животных;

2. Проекты, направленные на оказание помощи ветеранам Великой Отечественной войны, труженикам тыла, пожилым одиноким людям, нуждающимся во внимании и уходе;

3. Проекты, направленные на оказание помощи детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей, а также детям, испытывающим проблемы с установлением дружеских контактов со сверстниками;

4. Проекты, направленные на проведение совместных мероприятий с благотворительными фондами и некоммерческими организациями в сфере добровольчества (волонтерства).

Победителям Всероссийского конкурса «Добро не уходит на каникулы» будут предоставлены субсидии (гранты) на реализацию проекта добровольческой направленности.

Для того, чтобы принять участие во Всероссийском конкурсе «Добро не уходит на каникулы» необходимо:

- разработать проект, отвечающий требованиям выбранной номинации конкурса;

- в срок до 25 апреля (включительно) подать заявку на конкурс в выбранной номинации на сайте рдш.рф.

**Модуль «Экология в добровольческой деятельности».**

Экология как направление добровольческой деятельности.

Экологическое **волонтерство**– **волонтерская** (**добровольческая**) **деятельность** в области защиты окружающей среды, направленная на формирование экологической культуры в обществе (озеленение, раздельный сбор отходов, экологическое просвещение и т.д.)

-Экологические мероприятия: акции, выставки. Участие в выставках и акциях Центра детского творчества и Станции юных натуралистов ДДТ Нытвенского г/о: «Покормите птиц зимой», «Экоёлка», «Чистый берег», «Весенние трели», «Первоцвет» (по желанию).

- Рефлексия групповая и индивидуальная.

**Итоговое занятие.** Круглый стол, презентация итогов деятельности волонтёрского отряда. Итоговое занятие предполагает тестовые задания по всему курсу.

**Краткосрочный курс «Счастье быть здоровым»**

*ознакомительный уровень*

*дополнительной общеразвивающей программы*

*«Шаги к здоровью»*

***Аннотация краткосрочного курса***

*Актуальность* курса обусловлена необходимостью интеграции школы и учреждения дополнительного образования по компетенции здоровьесбережения у детей. Курс предусматривает раздельные беседы с девочками и мальчиками о половом развитии, особенностях мужчин и женщин. Профилактика вредных привычек – курение, алкоголизм и наркомания через формирование позитивного мышления. Физкультура и спорт, режим, хорошая профессия, дружная семья, интересные путешествия – это базовые основы здорового обшества.

*Срок реализации* – 8 часов.

*Целевая группа:* подростки 12-14 лет.

*Условия организации:* курс реализуется в течение учебного года, 1 раз в месяц, 2 часа в неделю, место организации – учебный кабинет ЦДТ, классные аудитории средней школы п. Уральский

*Область применения образовательных результатов*: знания важны для гармоничного развития девушек и юношей, для половой просвещённости.

*Ожидаемые результаты*: знание основ рационального питания, полового воспитания и социальных последствий алкоголизма, курения и наркомании.

*Объект оценивания*: тест по вопросам программы

***Цель курса***: создание условий для овладения основными знаниями и понятиями о значении здорового и безопасного образа жизни, формирования позитивного мышления.

***Задачи:*** - объяснить психологические и физиологические особенности женского и мужского пола;

- актуализировать знания о рациональном питании;

- сформировать здоровьесберегающие компетенции.

*Критерии и показатели оценки результата:* тест

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Ознакомительный* *уровень:* 1 год обучения

**Краткосрочный курс «Счастье быть здоровым»** (8 часов)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Тема** | **теория** | **практ** | **всего** | **Содержание** |
| 1 | **Вводное занятие.** Здоровье и его составляющие. | **1** | **1** | **2** | Инструктаж по ТБ, ППБ, правилам поведения в учреждении.  Здоровье и его составляющие. Интерактив «Ромашка здоровья». Тест «Добры ли вы?» Тест на выявление уровня тревожности.  Полезные советы на тему «Сам себе доктор».  Определение режима дня. Понятие о сбалансированном питании. Определение режима питания. Аппетит как рефлекс. Упражнения при зрительном утомлении и близорукости. Рефлексия. |
| 2 | **Основы полового воспитания** (юноши, мальчики). | **2** | **-** | **2** | Психологические особенности мужчины, юноши.  Формирование психо-сексуальных ориентаций (платонический, эротический, сексуальный компоненты полового влечения). Особенности полового созревания. Профилактика вредных привычек – курение, алкоголизм и наркомания |
| 3 | **Основы полового воспитания** (девушки, девочки). | **2** | **-** | **2** | Психологические особенности женщины, девушки.  Формирование психо-сексуальных ориентаций (платонический, эротический, сексуальный компоненты полового влечения). Особенности полового созревания. Влияние подростковых компаний на образ жизни взрослого человека. |
| 4 | **Итоговое занятие** «Быть здоровым – это счастье». | **1** | **1** | **2** | Физкультура и спорт, хорошая профессия, дружная семья. Формирование позитивного мышления через методику неоконченных предложений. Анкета «Что мешает вам быть счастливыми и здоровыми». Опросник. |
|  | **Итого:** | **6** | **2** | **8** |  |

**Краткосрочный курс «Семьеведение»**

ознакомительный уровень

дополнительной общеразвивающей программы

«Шаги к здоровью»

***Аннотация краткосрочного курса***

*Актуальность* курса обусловлена необходимостью формирования компетенции социального взаимодействия подростков и молодёжи с обществом, семьёй, друзьями. Актуальность данной программы связана с ухудшением психологической атмосферы в семье, ростом дисфункциональности и конфликтности в значительной части российских семей. Всё чаще встречаются случаи жестокого обращения с детьми, гиперпротекции и противоречивого воспитания, финансовая безграмотность. Ранее курс предполагал 8 часов программы, но этого оказалось недостаточно.

*Срок реализации* – 34 часа.

*Целевая группа:* группа подростков и молодёжи 16-18 лет в количестве 15 человек. Предполагается 10, 11 класс общеобразовательной школы п.Уральский.

*Условия организации:* курс реализуется в течение учебного года, раз в неделю по 2 академических часа, в месяц 8 часов, возможно проведение занятий на базе МБОУ СОШ п. Уральский, место организации – учебные кабинеты. Состав групп – переменный.

*Область применения образовательных результатов*: знания важны для подготовки молодёжи к браку и семейной жизни.

*Ожидаемые результаты*: формирование знаний о благополучной семье как основе крепкого государства, как главной ценности в современном обществе, систематизация знаний о браке, навыков бесконфликтного взаимодействия в семье и обществе; актуализация правил личной безопасности и сохранения здоровья.

*Объект оценивания*: эссе по вопросам программы, практические занятия.

***Цель курса***: создание условий для овладения основными знаниями и понятиями о значении семьи для человека, основах бесконфликтного взаимодействия в семье, о правилах личной безопасности и сохранении здоровья.

***Задачи:***

- сформировать понятие семейных отношений;

-семья как главная ценность в современном обществе;

-сформировать компетенции социального взаимодействия и здоровьесберегающие компетенции.

*Критерии и показатели оценки результата –* тест

**Тест «Благополучная семья – крепкая страна»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | **Критерии** | **Показатели** | **Баллы** |
| 1 | Ответы на поставленные вопросы | Ответы правильные, полные | 5 |
| Ответы не достаточно полные и раскрытые | 3 |
| Нет правильных ответов | 0 |
| 2 | Аргументация собственной позиции по вопросам семьи и общества | Наличие аргументов на все позиции | 5 |
| Нет собственной позиции | 0 |
|  | **Максимальное количество баллов** |  | **10 баллов** |

*Дидактический материал :*

- Презентация «Психологический климат в семье»;

- Презентация «Сильно дерево корнями»;

- Видеосюжет «Взаимоотношения в семье»;

- Диагностический материал по конфликтологии

**Список литературы**

1. Климов Е.Н., Климов А.Е. «Семья в современном обществе», Пермь, 1997г.
2. Википедия
3. Искусство быть семьёй, Советы психолога, г.Пермь, 2006г.
4. Г.Боровикова, «Берегиня», ИПК «Свирские огни».
5. Храмова Н.Г., Алексеева Г.Г. «Культура семьи», Москва, 2009г.
6. «Методические рекомендации по профилактике насилия в школьной среде, ГБУ ПК «ЦППМСП», г.Пермь, 2021г.
7. Книги о семье и семейных ценностях:

1.«Поющие в терновнике», Колин Маккалоу

2.«**Семейная** реликвия», Розамунда Пилчер

3. «Богач, бедняк», Ирвин Шоу,

4. «Вечный зов», Анатолий Иванов

5. «На солнечной стороне улицы», Дина Рубина

6.«Супружеская жизнь», Эрве Базен

7. «Правдивая история Деда Мороза», Андрей Жвалевский и Евгения Пастернак

1. Тюгашев Е.А., Попкова Т.В., «Семьеведение», уч.пособие, Новосибирск, 2003г

**Учебно-тематический план**

дополнительной общеразвивающей программы

**«Шаги к здоровью»**

социально-гуманитарной направленности.

*Ознакомительный* *уровень:* 1 год обучения

**Краткосрочный курс «Семьеведение», 34 часа.** (измен.)

(8 часов)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Тема** | **всего** | **теория** | **практ** | **Содержание работы** |
| 1.Вводное занятие | **2** | **2** | **-** | Введение. «Семьеведение как предмет». Инструктаж по ТБ, ППБ, правилам поведения в учреждении. Понятие брака, его функции и типы. |
| 2.Становление семьянина. Мужественность в юноше. Женственность в девушке. Первая любовь. | **2** | **1** | **1** | Становление человека как нравственно здоровой личности происходит в семье. Первая любовь - это дар возвышенного отношения.  Представления о мужественности и женственности в разном предназначении. |
| 3. Семья в современном обществе. Тенденции развития. Формы и модели семьи. | **4** | **2** | **2** | Понятие семьи. Семья как социальная структура. Типы семьи. Любовь и семья.  Стадии развития семейной структуры (практ.) |
| 4.Супружество. Муж. Жена. Любовь. | **2** | **2** | **-** | Признаки настоящего супружества. Достойный муж-честь семьи. Хорошая жена – лучший дар для мужа. Виды любви. |
| 5.Установление происхождения детей. Усыновление (удочерение) и его отмена. Опека и попечительство. Приёмная семья. | **2** | **2** | **-** | Добровольное признание отцовства и установление отцовства в судебном порядке.  Опека и попечительство. Приёмная семья. |
| 6. Основы родительского воспитания. Возрастные задачи воспитания. Права и обязанности несовершеннолетних. | **2** | **1** | **1** | Мудрая любовь, психологические знания, педагогическая интуиция, терпеливое ожидание – основы родительского воспитания. Проанализировать собственные права и обязанности. |
| 7.Социально-экономическое положение семьи в кризисном обществе. Финансовая грамотность. | **4** | **2** | **2** | Бюджет как показатель уровня жизни семьи. Потребительская корзина. Черта бедности. |
| 8.Воспитательный потенциал современной семьи.  Царская семья -образец семейной святости. | **6** | **4** | **2** | Родительство. Значение эмоциональных связей детей и родителей. Царская семья. Счастье в семье (из дневника императрицы А.Ф.Романовой). |
| 9.Профилактика супружеских конфликтов. | **2** | **2** | **-** | Конфликт. Запрещённые выражения в семейном общении. |
| 10.Семья – как главная человеческая ценность. Православие о браке и семье. | **6** | **4** | **2** | Пригласить специалистов по духовному воспитанию для беседы о православии, браке, семье. Приглашена Елена Геннадьевна Маринина, заместитель руководителя Отдела образования Пермской епархии. |
| 6.Итоговое занятие | **2** | **-** | **2** | Эссе «Моя будущая счастливая семья». |
| **Итого:** | **34** | **22** | **12** |  |