

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение г. Хабаровска «Средняя школа № 40»
имени Маршала Советского Союза Жукова Георгия Константиновича (МАОУ «СШ № 40» им. Г.К. Жукова)

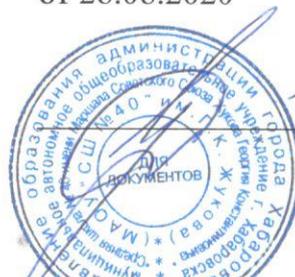
Юридический адрес: Российская Федерация, 680032, город Хабаровск, улица Школьная, 17,
тел. 8 (4212) 38-24-89, факс 8 (4212) 38-24-89, e-mail: khb_s40@edu.27.ru, сайт: http://khbs40.ru
ИНН/КПП 2724921930/272401001, ОКПО 39284858, ОГРН 1022701284693

РАССМОТРЕНА
На заседании лаборатории
Воспитания протокол № 1
От 27.08.2020 г.

УТВЕРЖДЕНА
директором
МАОУ «СШ № 40» им. Г.К. Жукова
от 28.08.2020



Руководитель лаборатории
/Ю.И.Манушкова/



/М.Д.Сунозов/

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИ-
ВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ПЕРЕМЕНКА»**

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень программы: стартовый
Возраст учащихся: 6-12 лет
Срок реализации: 1 месяц

Составитель:
Ю.И. Манушкова,
Заместитель директора по учебно-воспитательной работе

г. Хабаровск, 2021

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

Пояснительная записка

Предложенная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Переменка» является модифицированной, изменена в связи с современными требованиями к учебному и воспитательному процессу и следующими нормативными документами:

1. Конституция Российской Федерации.
2. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации».
3. Проект Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года.
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09–3242, методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы).
5. Приказ Министерства просвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
6. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
7. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Хабаровском крае от 05.08.2019 г.
8. Распоряжение министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 г. № 1321 «Об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края».
9. Приказ КГАОУ ДО РМЦ № 338П от 26.09.2019 г. об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае.
10. Устав МАОУ СШ № 40.

Классификация программы

Направленность: социально-гуманитарная

Программа: одноуровневая, модифицированная, комплексная, включает раздел «Здоровый образ жизни», краткосрочная.

Уровень усвоения: стартовый.

Актуальность программы

Одной из задач воспитательного процесса является задача формирования мотивации здорового образа жизни. От здоровья и жизнерадостности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Желание быть здоровым и соблюдать здоровый образ жизни должно занимать центральное место в формировании и сохранении здоровья каждого человека и воспитываться с раннего детства.

Идея программы состоит в том, что в ходе игры и двигательной активности ее участники расширят свои представления о полезных привычках и научатся и закрепят навыки проведения веселых разминок и ежедневной зарядки.

Смена видов деятельности, чередование периодов физической и интеллектуальной активности, предусмотренные в программе, позволят создать для разностороннего развития, отдыха и оздоровления детей в летний период.

Педагогическая целесообразность

Программа «Переменка» разработана для реализации в летний период для школьников в возрасте от 7 до 12 лет, посещающих оздоровительный лагерь с дневным пребыванием детей на базе школы. Она учитывает психологические и возрастные особенности школьников данной возрастной группы.

Важным в реализации программы является синтез видов деятельности. Ребята получают возможность разнообразить эмоциями общение со сверстниками и взрослыми, развить уверенность в себе, научиться взаимодействию с окружающими, проявить свои творческие способности в игровой и совместной деятельности.

Отличительные особенности

Программа является комплексной.

Занятия организуются в разновозрастной группе, сформированной из участников городского оздоровительного лагеря, организованного на базе МАОУ СОШ № 40.

Разделы программы включают в себя обучающие и развивающие занятия направления «Здоровый образ жизни», совместную творческую деятельность и представление ее результатов на итоговом мероприятии для городского оздоровительного лагеря.

Адресат программы: учащиеся 7-12 лет.

Набор производится на добровольной основе, принимаются все желающие. Противопоказаний по здоровью для освоения программы не имеется. Наличие определенной физической и практической подготовки не требуется.

Объем программы и сроки усвоения

Срок реализации программы: 1 месяц.

Обучение по программе организуется с 1 по 30 июня 2021 года, 4,5 недели.

Форма обучения – очная.

Объем программы и режим работы

Период	Продолжительность занятия	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов по программе
1 год обучения	1 час	2	2	4,5	9
Итого по программе					9

Продолжительность одного академического часа - 45 минут

Формы организации занятий

Основной формой организации образовательного процесса является групповое занятие. Количество учащихся в группе – 10-25 человек.

Виды деятельности:

- познавательная деятельность;
- игровая деятельность;
- художественное творчество;
- досуговое общение;
- оздоровительная деятельность.

Программа предусматривает сочетание индивидуальных и коллективных форм организации работы на занятиях.

Цель программы:

Знакомство младших школьников с основами здорового образа жизни в процессе занятий досуговой деятельностью в городском оздоровительном лагере.

Задачи:

Предметные:

1. Познакомить учащихся с компонентами здорового образа жизни: режим дня, витамины, позитивный настрой.

Метапредметные

1. Научить взаимодействовать в составе творческого коллектива: понимать партнера и доброжелательно общаться.
2. Развить связь между знаниями о своем здоровье, отношении к нему, поведением и полезными привычками.

Личностные

Способствовать формированию у учащихся мотивации к ведению здорового образа жизни.

Учебный план

	Название раздела, блока, модуля	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		всего	теория	практика	
1.	Здоровый образ жизни	3	1	2	Опрос «Сформированность мотивации на ЗОЖ»
	Итого:	3	1	2	

Календарный учебный график – см. Приложение 2

Раздел 1. Здоровый образ жизни

Теория: Правила ЗОЖ. ЗОЖ и Позитив. Режим дня. ЗОЖ и витамины.

Практика:

Игровая разминка. Игра «Давайте сыграем вот так». Игра. Пословицы и поговорки о ЗОЖ . Загадки «Советы Айболита» Концертное выступление «К здоровью через танец» для ГОЛ.

Планируемые результаты реализации программы

Предметные:

Учащиеся

1. Будут демонстрировать знание режима дня.
2. Покажут знание полезных для школьников продуктов питания.

Метапредметные

Учащиеся

1. Научатся поддерживать позитивный настрой в коллективе в ходе игр, занятий, танцевальных разминок.
2. Будут демонстрировать умение ориентироваться в ситуации общения, проявлять уважение к партнерам.
3. Будут иметь представление о связи здорового образа жизни, своей физической активности, хорошего поведения и настроения.

Личностные

Учащиеся получают представление о доступных путях саморазвития в сфере развития полезных привычек, занятий физкультурой, спортом, творческими видами деятельности.

Комплекс организационно-педагогических условий

Материально-техническое обеспечение программы

Реализация программы предполагает организацию следующих условий:

1. Помещения для проведения занятий, отвечающие санитарным нормам:
- учебный кабинет,
2. Подборка информационной и справочной литературы, видео- и аудиоматериалы, наглядные и дидактические пособия.
3. Комплект аппаратуры: ноутбук, проектор (или телевизор, интерактивная доска).
4. Комплект музыкальной аппаратуры: магнитофон, колонки.

Информационное обеспечение

1. <https://ped-kopilka.ru/nachalnaja-shkola/meroprijatija-na-temu-zdorovyj-obraz-zhizni-v-nachalnoi-shkole.html?page=3>, мероприятия на тему «Здоровый образ жизни» в начальной школе
2. <https://schoolfiles.net/1340247>, Анкета мотивации на ЗОЖ

Формы аттестации

По разделам: опрос, тест.

Оценочные материалы

1. Диагностическая карта.
2. Опрос «Сформированность мотивации на ЗОЖ» (Приложение 3).

Методическое обеспечение

В ходе реализации программы применяются следующие технологии:

1. Личностно-ориентированная
2. Игровая
3. Здоровьесберегающая.

Программа предусматривает сочетание индивидуальных и коллективных форм организации работы на занятиях. Для лучшего освоения содержания программы используются различные формы занятий:

- традиционные занятия (объяснение новой темы, практическая часть, закрепление и проверка ЗУНов),
- комбинированные и комплексные занятия,
- нетрадиционные занятия (занятие – игра, «аукцион идей», практикум, репетиция, выступление),

Методы, используемые на занятиях:

- словесные: информационное ознакомление (беседа, рассказ), высказывание, обсуждение,
- наглядные – демонстрация, показ способов действий;
- практические – обучающие и тренинговые упражнения, игротехники, индивидуальная, коллективная деятельность.

Список источников

Литература для педагогов

1. Андреев, В.И. Педагогика творческого саморазвития Инновационный курс. Книга 1. / В.И. Андреев. - Казань: Изд-во Казанского университета, 1996 г. – 568 с.
2. Богданов Г. Работа над танцевальной речью. «Я вхожу в мир искусств» - № 4-2006 г.
3. Богданов, Г. Ф. Работа над танцевальной речью: учебно-методическое пособие / Г.Ф. Богданов. - Москва : Всероссийский центр худож. творчества учащихся и работников начального проф. образования, 2006 г.
4. Гиглаури, В.Т. Программа по искусству движения для детей, занимающихся хореографией, танцем или другими видами и направлениями движенческого и пластического искусства [Текст] : учебное пособие / В.Т. Гиглаури. - М.: 2007 - 13 с.
5. Франио, Г.С. Ритмика в детской музыкальной школе. [Текст] : учебное пособие / Г.С. Франио. – М.: «Пресс-соло», 1997 г.
6. Ерохина, О. В. Школа танцев для детей / О. В. Ерохина. – Ростовна-Дону: Феникс, 2003. – С. 223.

Литература для родителей

1. Михайлова М.А., Воронина Н.В. Танцы, игры, упражнения для красивого движения. - Ярославль: Академия развития, 2000 г..
2. Субботинский Е.В. «Ребенок открывает мир», Москва, 1991г.

Список литературы для детей

1. Шорыгина, Т.А. Беседы о здоровье [Текст] : методическое пособие / Т.А. Шорыгина. – М.: ТЦ Сфера, 2010 - 64 с.
2. Барышникова, Т. К. Азбука хореографии / Татьяна Барышникова. - М. : Айрис-Пресс : Рольф, 1999. - 262 с.

Интернет-ссылки

4. <http://deti-ritmika.ru/> , Танцевальная ритмика Суворовой
5. Сборник игр на сплочение коллектива младших школьников Корченкова Т.В. [Электронный ресурс] URL: <https://multiurok.ru/files/sbornik-ighr-na-splochieniie-kolliektiva-mladshikh.html>.
6. <https://infourok.ru/klassniy-chas-zozhk-zdorovyu-cherez-tanec-2760137.html> Методическая разработка «Классный час «ЗОЖ

Календарный учебный график модуля «Здоровый образ жизни»

Месяц	Дата	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля	Примечания
Июнь	1.06	«К здоровью через танец». Тест (опрос). Правила ЗОЖ.	Презентация, учебная игра, тест	0,5	Входящая диагностика	
	3.06	Режим дня.	Презентация, учебная игра,	0,5		
	10.06	Игра. Пословицы и поговорки о ЗОЖ .	Учебная игра	0,5		
	15.06	ЗОЖ и витамины. Загадки. «Советы Айболита»	Презентация, учебная игра	0,5		
	17.06	ЗОЖ и Позитив. Игра «Давайте сыграем воттак»	Учебная игра	0,5		
	22.06	Игровая разминка	Динамическая разминка, учебная игра	0,5	Опрос «Сформированность мотивации на ЗОЖ»	

Измерители сформированности у обучающихся мотивации на ЗОЖ

Тест для учащихся «Правильно ли ты живешь?»
(поведенческий уровень)

Ответь на вопросы теста и подсчитай очки.

1. Как часто ты моешь руки:	а) около 20 раз в день - 0 очков; б) только перед едой и после туалета - 5 очков; в) когда сильно испачкал - 20 очков.
2. Сколько раз ты чистишь зубы:	а) 2 раза (утром и вечером) - 0 очков; б) 1 раз - 5 очков; в) вообще не чищу - 15 очков.
3. Как часто ты моешь ноги:	а) каждый вечер перед сном - 0 очков; б) когда заставит мама - 10 очков; в) только когда купаюсь целиком - 20 очков.
4. Как часто ты делаешь зарядку:	а) ежедневно - 0 очков; б) когда заставляют родители - 15 очков; в) никогда - 20 очков.
5. Как часто ты простужаешься:	а) 1 раз в 2 года - 0 очков; б) 1 раз в год - 5 очков; в) несколько раз в год - 15 очков.
6. Как часто ты ешь сладости:	а) по праздникам и воскресеньям - 0 очков; б) почти каждый день - 20 очков; в) когда я захочу - 30 очков.
7. Как часто ты плачешь:	а) не могу вспомнить, когда это было последний раз 0 очков; б) пару раз в неделю - 15 очков; в) почти каждый день - 25 очков
8. От чего ты плачешь:	а) от боли - 0 очков; б) от обиды - 10 очков; в) от злости - 20 очков.
9. Сколько ты гуляешь:	а) ежедневно от 1,5 до 2 часов - 0 очков; б) ежедневно, но меньше часа - 10 очков; в) иногда по выходным - 20 очков.
10. Когда ты ложишься спать:	а) в 21-21.30-0 очков; б) после 22 часов - 10 очков; в) после 24 часов - 35 очков.

11. Соответствует ли твой вес росту и возрасту:	а) соответствует или чуть меньше - 0 очков; б) немного больше - 10 очков; в) значительно превышает норму - 30 очков.
12. Сколько времени ты проводишь у телевизора:	а) не больше 1,5 часов, часто с перерывом - 0 очков; б) более 3 часов 10 очков; в) смотрю все, что нравится и сколько хочется 30 очков.
13. Сколько времени ты тратишь на уроки:	а) около 1,5 часов - 0 очков; б) почти 2 часа - 15 очков; в) больше 3 часов - 30 очков
14. Можешь ли ты взбежать на 5-й этаж:	а) с легкостью - 0 очков; б) под конец устаю - 15 очков; в) с трудом - 25 очков; г) не могу - 35 очков.
15. Ходишь ли ты в спортивную секцию или танцевальный кружок:	а) да - 0 очков; б) нет - 5 очков.
	<p>Теперь займемся подсчетом.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Если набралось от 0 до 20 очков - ты в полном порядке! - От 20 до 70 очков - у тебя уже появились не самые хорошие, вредные для здоровья привычки, но с ними пока не трудно бороться! - От 70 до 110 очков - ты твердо стоишь на пути разрушения своего здоровья. Сворачивай скорее! - От 110 и выше - можешь не считать! Как ты еще не развалился? Начинай борьбу за здоровье с этой же секунды!

