

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ПОИСК»

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная программа
«Здоровое лето»

срок реализации: летний период для учащихся
10-18 лет

Направленность: социально-педагогическая

Утверждена методическим советом
составитель:

«02» декабря 2016г. № 458

Протокол № 3

Председатель: Шейфер - Грушко

Автор-

педагог
дополнительного
образования А. А.
Брызгалин

Нефтеюганск

2016 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Лето – это прекрасная пора отдыха и бесконечного удовольствия от новых впечатлений. А для множества родителей это еще и время организации летней программы для своего ребенка. И первоочередной целью, конечно же, является максимальное оздоровление детского организма.

Именно летом у детей есть прекрасная возможность получить заряд здоровья на весь год. Многие родители задолго до наступления тепла начинают заботиться о том, где и как ребенок проведет лето. Конечно, лучший вариант – это отправить ребенка за город к родственникам либо в лагерь к морю. К сожалению, далеко не у каждой семьи есть такая возможность и не всякий ребенок может самостоятельно организовать полезный и интересный досуг.

Предоставленные сами себе дети в лучшем случае проводят лето «за компьютером», а в худшем - подвергаются влиянию улицы, дорожнотранспортным происшествиям, несчастным случаям и невольно попадают в группы риска.

Таким образом, разработка данной программы вызвана следующими факторами:

- невозможностью ребенка самостоятельно распланировать свой досуг в период летних каникул;
- повышением спроса родителей и детей на организованный отдых школьников;
- ростом правонарушений и асоциальных действий подростков в летний период;
- спадом творческой активности детей в летний период;
- модернизацией старых форм работы с детьми в каникулярный период и введением новых;
- необходимостью использования богатого творческого потенциала школьников и педагогов в реализации цели и задач программы.

Направленность программы

Программа «Здоровое лето» выполняет интегративную функцию в системе образовательного пространства города Нефтеюганска и соответственно направлена на:

- создание условий для развития личности ребенка;
- развитие мотивации личности к познанию и творчеству;
- приобщение учащихся к общечеловеческим ценностям;
- создание условий для социального, культурного и профессионального самоопределения;

- создание условий для творческой самореализации личности ребенка, ее интеграции в систему мировой и отечественной культуры;
- интеллектуальное и духовное развитие личности ребенка;
- профилактику вредных привычек и приобщение к здоровому образу жизни.

Новизна программы заключается в:

- построение курса обучения на основе проблемно-деятельностных технологий и проектных форм работы. На смену позиции пассивного усвоения знаний приходят диалоговые формы работы, дискуссионные столы, творческие мастерские по разработке и проведению деловых игр, интеллектуально-познавательных и спортивно-оздоровительных мероприятий с использованием различных источников информации;
- активное включение учащихся в учебный процесс в роли субъектов и организаторов;
- реализации социальной практики;
- развивающем обучении (технологии проблемного, проектного обучения, учебной деловой игры) и интеграции личностноориентированного и компетентностного подходов к нему;
- в учёте содержания программы особенностей и закономерностей психического и умственного развития школьников конкретного возраста с ориентацией их на осмысленное, самостоятельно инициируемое действие, направленное на усвоение смыслов как элементов личностного опыта.

Полученные на занятиях теоретические знания учащиеся применяют на практике, взаимодействуя с социальными партнёрами, (детские сады, пришкольные лагеря с дневным пребыванием детей) а так же, в рамках социальных проектов, при подготовке творческих работ, проведении деловых и ролевых игр, интеллектуально-познавательных и спортивнооздоровительных мероприятий и т.д.

Гарантируется возможность выбора любой темы, где ребенок сможет реализовать свои потребности, получить разнообразные знания, умения и навыки и применить их в повседневной деятельности.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная программа обновляется с учетом развития науки, техники, культуры, социальной сферы. Это отражается в содержании воспитательных мероприятий. 2015-2016 учебный год приурочен 85 - летию образования ХМАО - Югры. Поэтому в содержании учебных занятий присутствует региональный компонент.

Актуальность

Актуальность проблемы здорового воспитания детей в настоящее время несомненна. Школьникам, перенесшим какие-либо заболевания или часто и длительно болеющим, особенно необходима двигательная активность, благотворно влияющая на ослабленный организм.

Так же среди учащихся велик процент с неудовлетворительным состоянием здоровья, избыточной массой тела, предрасположенностью к частым заболеваниям, нарушениями осанки и опорно-двигательного аппарата, нервно-психическими отклонениями, кардиологическими, нарушениями зрения.

Растущий организм особенно нуждается в мышечной деятельности, поэтому недостаточная двигательная активность может привести к развитию целого ряда заболеваний.

Программа «Здоровое лето» соответствует конкретному заказу родителей (законных представителей) на воспитание физически и морально здоровой, социально-активной личности.

Цель программы: создание комфортной мотивирующей среды для выявления и развития способностей и профессиональных склонностей учащихся, их самореализации, самообразования, самовоспитания и успешной социализации.

Задачи:

Обучающие:

1. Освоение системы знаний по профилактике вредных привычек и приобщению к здоровому образу жизни.
2. Овладение умениями получать и критически осмысливать информацию, анализировать, систематизировать полученные данные; осваивать способы познавательной, коммуникативной, практической деятельности, необходимой для участия в жизни общества и государства.
3. Формирование опыта применения полученных знаний и умений для решения типичных задач в области ЗОЖ.

Развивающие:

1. Развитие метапредметных учебных действий, духовно-нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, самосовершенствование учащихся обеспечивающее их социальную успешность, развитие творческих способностей, развитие способностей личностного самообразования и общения, развитие рефлексивных и исследовательских способностей.

Воспитательные:

1. Воспитание общероссийской идентичности, гражданской ответственности, правового самосознания, толерантности, уважения к социальным нормам, приверженности к гуманистическим и демократическим ценностям, закрепленным в Конституции РФ.
2. Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, осознанного отказа от вредных привычек и приобщения к здоровому образу жизни.

Возраст учащихся Программа рассчитана на возраст учащихся 10-18 лет.

Сроки реализации программы

Программа рассчитана на летний период обучения. Расчет часов, согласно учебному плану МБУ ДО ЦДО «Поиск», 4 часа в неделю в месяц 20 часов.

Формы и режим занятий

Основные формы образовательного процесса:

Групповое учебное занятие продолжительностью 45 минут (2 часа в день, 10 минут перемена).

Планируемые результаты Обучающиеся узнают:

- об особенностях деятельности обучающихся в рамках программы «Здоровое лето» в объединении «Новая цивилизация»;
- о возможностях применения в социальной практике приобретённых теоретических знаний;
- о правилах техники безопасности при проведении массовых интеллектуально-познавательных и спортивнооздоровительных мероприятий;
- о последовательности подготовки деловых и ролевых игр, интеллектуально-познавательных и спортивнооздоровительных мероприятий и т.д. Обучающиеся научатся: • работать в группе;
- самостоятельно разрабатывать программы и сценарии деловых и ролевых игр, интеллектуально-познавательных и спортивнооздоровительных мероприятий;
- организовывать и проводить деловые и ролевые игры, интеллектуальнопознавательные и спортивно-оздоровительные мероприятия; применять полученные теоретические знания в социальной практике.

Периодичность оценки результатов программы

Для оценки уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы проводится посредством **текущего контроля и итоговой аттестации.**

Текущий контроль выявляет степень сформированности практических умений и навыков учащихся в выбранном ими виде деятельности. Текущий контроль может проводиться в форме наблюдения, индивидуальное собеседование, групповая беседа, опрос.

Текущий контроль осуществляется без фиксации результатов.

Итоговая аттестация – проводится по завершению всего объёма дополнительной общеобразовательной программы с целью установления уровня её освоения:

- высокий – программный материал усвоен учащимся полностью, учащийся имеет высокие достижения;
- средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок;
- ниже среднего – усвоение программы в неполном объеме, допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях.

Итоговая аттестация проводится в следующих формах: тестирование, доклад, защита творческих работ и проектов, итоговое мероприятие.

Учебный план

№	Раздел общеобразовательной программы	Количество часов
1.	Вводное занятие.	2
2.	Экшен-тренинг на командообразование и сплочение коллектива.	2
3.	Подвижные игры на воздухе.	2
4.	Подвижные игры в помещении.	2
5.	Интеллектуально-развлекательные игры в помещении.	2
6.	Спортивно-оздоровительные игры на воздухе.	4
7.	Аттестация.	2
8.	Воспитательные мероприятия.	2
9.	Итоговое занятие.	2
ИТОГО:		20

Содержание программы

РАЗДЕЛ 1. Вводное занятие.

Тема 1.1. Вводное занятие. Инструктаж по ОТ и ПБ. (см. ИОТ-22-11 и ПБ).

Презентация: «Общие требования. Особенности обучения по программе «Здоровое лето». **Раздел 2. Экшен-тренинг на командообразование и сплочение коллектива.** **Тема 2.1.** Разработка программы экшен-тренинга.

Работа в проектных группах. Мозговой штурм. Письменное оформление. Презентация и публичная защита.

Тема 2.2. Подготовка атрибутов и инвентаря. *Разработка и оформление атрибутики. Подготовка необходимого инвентаря.*

Тема 2.3. Социальная практика. *Выход в социум (организация и проведение разработанного мероприятия).*

Раздел 3. Подвижные игры на воздухе.

Тема 3.1. Разработка сценария игры. *Работа в проектных группах. Мозговой штурм. Письменное оформление. Презентация и публичная защита.*

Тема 3.2. Подготовка атрибутов и инвентаря. *Разработка и оформление атрибутики. Подготовка необходимого инвентаря.*

Тема 3.3. Социальная практика. *Выход в социум (организация и проведение разработанного мероприятия).*

Раздел 4. Подвижные игры в помещении.

Тема 4.1. Разработка сценария игры. *Работа в проектных группах. Мозговой штурм. Письменное оформление. Презентация и публичная защита.* **Тема 4.2.** Подготовка атрибутов и инвентаря. *Разработка и оформление атрибутики. Подготовка необходимого инвентаря.*

Тема 4.3. Социальная практика. *Выход в социум (организация и проведение разработанного мероприятия).*

Раздел 5. Интеллектуально-развлекательные игры в помещении. **Тема 5.1.** Разработка сценария игры. *Работа в проектных группах. Мозговой штурм. Письменное оформление. Презентация и публичная защита.* **Тема 5.2.** Подготовка атрибутов и инвентаря. *Разработка и оформление атрибутики. Подготовка необходимого инвентаря.*

Тема 5.3. Социальная практика. *Выход в социум (организация и проведение разработанного мероприятия).*

Раздел 6. Спортивно-оздоровительные игры на воздухе.

Тема 6.1. Разработка сценария игр. *Работа в проектных группах. Мозговой штурм. Письменное оформление. Презентация и публичная защита.* **Тема 6.2.** Подготовка атрибутов и инвентаря. *Разработка и оформление атрибутики. Подготовка необходимого инвентаря.*

Тема 6.3. Социальная практика. *Выход в социум (организация и проведение разработанного мероприятия).*

Раздел 7. Аттестация.

Тема 7.1. Итоговая аттестация учащихся.

Раздел 8. Воспитательные мероприятия.

Тема 8.1. «Будь здоров – без докторов!» (см. сценарий интеллектуально-развлекательной игры «Будь здоров – без докторов!»)

Раздел 9. Итоговое занятие.

Тема 9.1. Итоговое занятие.

ИТОГО: 20 часов

Методическое обеспечение

Формы проведения занятий: Проблемная лекция, Прессконференция, Семинар, Тематическая дискуссия, Групповая консультация, Защита творческой работы, Деловая игра. Практические занятия (выход в социум), Методы и приемы, применяемые на занятиях: Словесные методы обучения, методы практической работы, исследовательские методы, методы проблемного обучения, метод игры (ролевые и деловые игры).

Дидактическое обеспечение:

Наглядные пособия:

Техническое оснащение:

ПК 2 шт.;

- Ноутбук – 1 шт.; Принтер – 2 шт.;
- Проектор – 1 шт.;
- Демонстрационный экран – 1 шт.;
- Демонстрационная доска – 1 шт.;
- Спортивный инвентарь (кегли, скакалки, обручи, канат, набор верёвок, мячи, кольца и т.д.).

Список литературы

Литература и электронные ресурсы для учащихся:

1. Воронова Елена Здоровый образ жизни в современной школе. Программы, мероприятия, игры – Ростов на Дону: Феникс, 2014
2. Гуменюк Е. И., Н. А. Слисенко Будь здоров! Формирование основ здорового образа жизни у детей школьного возраста – М.: Детство, 2011
3. Назарова Е. Н., Жилон Ю. Д. Основы здорового образа жизни – М.: Академия, 2013
4. Морозов Михаил Основы здорового образа жизни – М.: ВЕГА, 2014
5. Полтавцева Н. В. Приобщаем школьников к здоровому образу жизни – М.: Сфера, 2012
6. Физическая культура и здоровый образ жизни . / Под ред. Виленского М.Я. - М.: Кнорус, 2013.
7. Физическая культура. Основы здорового образа жизни. / Под ред. Ю.П. Кобякова. - Ростов: Феникс, 2014.

Литература и электронные ресурсы для педагогических работников:

1. Амосов Н.М., «Раздумья о здоровье». – М., 1987.
 2. Антропова М.В. Режим дня, работоспособность и состояние здоровья школьников. – М., 1974.
 3. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни. – М., 1997.
 4. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. – Киев: Здоровье.
 5. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания. – М., Просвещение, 1986.
 6. Винокурова Н. Ф., Трушин В. В., Глобальная экология. -М., 1990.
 7. Здоровый образ жизни – залог здоровья./Сост. Профессор Ф.Г. Мурзакаев. Уфа: Башк. кн. изд-во, 1987.
 8. Ильющенко В.В., Берсенева Т.А. Здоровье и образование. – СПЕ., 1993.9.
- Казин Э.М., Блинова Н.Г., Литвинова Н.А. Основы индивидуального здоровья: Введение в общую и прикладную валеологию. – М., 2000.
10. Коростелев Н.Б. Воспитание здорового школьника. – М., 1986.
 11. Лаптев А.П. Береги здоровье смолоду – .М., Медицина, 1988.
 12. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведения. – М.: Изд. центр «Академия», 2001.
 13. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения/Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М., 2002.
 14. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. – М.: АРКТИ, 2003. Ф
 15. Формирование здорового образа жизни российских подростков. М., 2002. 16) Нормативно-правовые документы:
 - Всеобщая декларация прав человека;
 - Конституция Российской Федерации;
 - Гражданский кодекс Российской Федерации;
 - Уголовный кодекс Российской Федерации;
 - Кодекс РФ об административных правонарушениях; □ Семейный кодекс Российской Федерации.