

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «РАДУГА»
НИЖНЕКАМСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
МБУ ДО «ЦДТ «Радуга» НМР РТ
Протокол № 4
от «29» августа 2024 года

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МБУ ДО «ЦДТ «Радуга» НМР РТ
_____ Г.Р. Батталова
Приказ № 94
от «29» августа 2024 года



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат: 1737650006B2529D4BD45FC751A07B56
Владелец: Батталова Гульназ Расюловна
Действителен с 11.10.2024 до 11.01.2026

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«САМОСТОЯТЕЛЬНЫЕ ДЕТИ»

Направленность: социально-гуманитарная
Возраст обучающихся: 12 - 15 лет
Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор-составитель:
Хохлова Надежда Анатольевна,
педагог дополнительного образования

КАМСКИЕ ПОЛЯНЫ 2024

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр детского творчества «Радуга» Нижнекамского муниципального района Республики Татарстан
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «SaMoСтоятельные дети»
3.	Направленность программы	социально-гуманитарная
4.	Сведения о разработчиках	
4.1.	Ф.И.О. должность	Хохлова Надежда Анатольевна, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст учащихся	12 - 15 лет
5.3.	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная, общеобразовательная, общеразвивающая одноуровневая
5.4.	Цель программы	Формирование у подрастающего поколения мотивированного стремления к здоровому образу жизни, принятие активной жизненной позиции, нетерпимость и неприятие к алкоголизму, наркомании и другим негативным формам зависимости.
5.5.	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Уровень программы – базовый. Обучающиеся через участие в акциях и мероприятиях пропагандируют здоровый образ жизни, ведут агитационную работу.
6.	Формы и методы образовательной программы	Словесные: рассказ, чтение, беседа, диалог, лекция. Практико-ориентированной деятельности: репетиция, составление докладов. Наблюдения: проведение наблюдений, фото-видеосъемка. Проблемного обучения: эвристическая беседа, создание проблемных ситуаций. Проектные и проектно-конструкторские: разработка проектов, моделирование ситуации. Метод игры: дидактические, развивающие, познавательные, подвижные; на развитие внимания, памяти, воображения; игра-конкурс; ролевая игра; деловая игра.

		<p>Наглядные: картинки, рисунки, плакаты, фотографии;</p> <p>таблицы, схемы, чертежи, графики;</p> <p>демонстрационные материалы: модели, видеоматериалы.</p> <p>Психологические и социологические: анкетирование, психологические тесты, создание и решение различных проблемных ситуаций.</p>
7.	Формы мониторинга результативности	<p>- промежуточная аттестация (круглый стол);</p> <p>- аттестация по завершении освоения программы (защита индивидуальных проектов, творческая работа «Чему я научился в объединении?»).</p>
8.	Результативность реализации программы	<p>По окончании курса обучения по программе у обучающихся будут сформированы полезные привычки, как альтернатива вредным привычкам.</p> <p>По окончании курса обучения по программе обучающиеся будут владеть теоретической базой знаний по ведению здорового образа жизни.</p> <p>В результате обучения по программе обучающиеся научатся вести пропаганду ЗОЖ среди своих одноклассников, друзей и родственников, смогут рассказать о вреде алкоголизма, табакокурения и т.д.</p>
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	« _____ » _____ 2024 года
10.	Рецензенты	<ul style="list-style-type: none"> • Методист высшей категории МБУДО «ДТДиМ им.И.Х.Садыкова» НМР РТ Шернина Наталья Николаевна • Методист высшей категории МБУ ДО «ЦДТ «Радуга» НМР РТ Сорокин Алексей Витальевич

Оглавление

№		страница
1.	<i>Пояснительная записка</i>	5
2.	<i>Учебный (тематический) план</i>	9
3.	<i>Содержание программы</i>	12
4.	<i>Планируемые результаты освоения программы</i>	16
5.	<i>Организационно-педагогические условия реализации программы</i>	17
6.	<i>Формы аттестации / контроля</i>	17
7.	<i>Оценочные материалы</i>	18
8.	<i>Методические материалы</i>	18
9.	<i>Список литературы</i>	19
10.	<i>Приложение. Календарный учебный график</i>	20

Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «SaMoСтоятельные дети» имеет социально-гуманитарную направленность, профиль социальная адаптация.

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года N 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;

3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;

4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;

5. Приказ Минпроса России от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

6. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.)

7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

8. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;

9. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции. / Сост. А.М.Зиновьев, Ю.Ю. Владимирова, Э.Г. Демина - Казань: РЦВР, 2023;

10. Устав Муниципального бюджетного учреждения «Центр детского творчества «Радуга» НМР РТ.

Актуальность программы

В настоящее время к числу наиболее актуальных проблем относится пропаганда ЗОЖ среди подрастающего поколения.

Самое драгоценное для человека - это здоровье. Его невозможно купить ни за какие деньги, но сформировать его и сохранить на долгие годы может каждый из нас. Парадоксально, но для детей это утверждение звучит совсем не актуально. Наверное, от того, что они его просто имеют и не задумываются о болезнях, о неприятностях, связанных со здоровьем. Как же уберечь молодых от необдуманных, легкомысленных шагов, последствия от которых дадут о себе знать намного позднее? Один из ответов прост: если дети находятся в здоровой физической и психологической обстановке, которая без слов пропагандирует принципы здорового образа жизни и побуждает практически выполнять их, то возрастает вероятность того, что это перейдет в их взрослую жизнь. Поэтому наша задача, как взрослых и дальновидных людей - помочь ребятам раз и навсегда выбрать здоровый образ жизни как одно из основных условий укрепления физического, психологического, духовного и социального здоровья человека.

В наше время в подростковой среде очень остро стоит проблема ранней наркотизации и алкоголизма, для борьбы с которой и был создан в 2009 году республиканский антинаркотический проект «SaMoСтоятельные дети». Основой деятельности объединения является образовательная программа «Мы – здоровая нация!».

Отличительные особенности программы

Своеобразием данной программы является активная природоохранная деятельность, осуществляемая через участие в городских экологических акциях и организацию экопикников с воспитанниками других объединений центра. Здоровый образ жизни людей на занятиях рассматривается как часть здоровой жизни природы на планете Земля. Главный принцип агитационной работы «Покажи пример!» применяется и здесь, так как простое чтение лекций и сообщение информации детям большого результата не дают. По этой причине в программе делается акцент на пропаганду здорового образа жизни, вписанного в обычную жизнь обычного школьника, у которого есть свои увлечения, интересы.

Новизна

Преимущество данной программы выражено в том, что дети ведут агитационную работу по нескольким направлениям:

- работа с населением через участие в республиканских акциях движения «SaMoСтоятельные дети»;
- работа со школьниками села через участие в муниципальных природоохранных и эколого-просветительских мероприятиях; «Живи, родник!», «Поможем реке!», «Марш парков», «Освободим Землю от мусора»
- работа с родителями через участие в родительских собраниях – классных, общешкольных;
- организация и проведение экопикников в объединении или участие в их проведении с целью пропаганды ЗОЖ и природосообразного поведения на природе.

Суть работы по данной программе состоит в том, чтобы подросток сам выявил свои «вредные привычки», от которых хочет отказаться. Это не только табакокурение, употребление алкоголя и психоактивных веществ, но и плохие оценки, сквернословие, зависимость от компьютера и телевизора, то есть все то, что мешает формированию цельной, гармонично развитой личности. Способствуют этому встречи с психологами, врачами, родителями и просто интересными людьми. Беседы, диспуты с воспитанниками других объединений помогают раскрыть проблемы подросткового возраста и подумать над их решением.

Для лучшей мотивации обучающемуся предлагается подписать контракт об обязательствах по отказу от выбранной привычки. Вместе с ребенком контракт подписывают родители и педагог, что усиливает контроль за его исполнением. Подростки публично принимают обязательства, что также становится дополнительным стимулом. Если в течение месяца ребенок добросовестно выполняет все пункты контракта, то становится участником движения «SaMoСтоятельные дети». Для более плодотворной работы нужно тесное сотрудничество с родителями подростков, хорошо знающих его достоинства и недостатки. Программа предусматривает общение и взаимодействие с родителями через проведение родительских встреч, их участие в проведении акций.

Отдельным образовательным блоком выделено знакомство ребят с особенностями своего организма, психики, с биологическими основами здорового образа жизни. Практическая часть направлена на формирование активной позиции по адекватному выражению своих взглядов и принципов среди сверстников.

Цель программы: формирование у подрастающего поколения мотивированного стремления к здоровому образу жизни, принятие активной жизненной позиции, нетерпимость и неприятие к алкоголизму, наркомании и другим негативным формам зависимости.

Задачи программы:

Обучающие:

- приобретение обучающимися знаний о здоровом образе жизни и влиянии алкоголя, наркотиков, табакокурения на молодой организм;

Развивающие:

- развитие мотивации к пропаганде здорового образа жизни среди сверстников создание такого образовательного пространства, где здоровый образ жизни, интересные полезные увлечения, стремления к социальному благополучию становились бы нормой среди детей и молодежи;

Воспитательные:

- формирование общественной активности личности, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни;

- привитие воспитанникам навыков здорового образа жизни.

Адресат программы

Программа адресована детям в возрасте от 12 - 15 лет, желающим через тематические акции и мероприятия пропагандировать здоровый образ жизни, а также включиться в природоохранную деятельность.

Наполняемость в группе составляет 15 человек.

Объем программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы – 144 часа.

Формы организации образовательного процесса

Занятия проводятся по группам, индивидуально или всем составом. Группы формируются из обучающихся одного возраста. Состав группы обучающихся – постоянный.

Виды занятий: встречи с интересными людьми, встречи с родителями, практические занятия, беседы, диспуты, обсуждения, викторины, экскурсии, презентация, защита проектов.

Виды аттестации обучающихся:

- промежуточная;

- аттестация по завершении освоения программы.

Формы подведения итогов реализации программы:

Промежуточная аттестация проводится в середине учебного года в декабре месяце, форма - круглый стол.

Аттестация по завершении освоения программы проводится в конце учебного года.

Форма – защита индивидуальных проектов, написание творческого эссе «Чему я научился в объединении?».

Способы отслеживания результатов работы обучающихся по программе:

1. Педагогический контроль:

- входной (форма – беседа);
- текущий (основная форма – наблюдение, собеседование, опрос, контрольные работы);
- итоговый (основная форма – анализ эссе «Чему я научился в объединении?»)

2. Анализ участия в работе объединения, определяющий рост обучающегося.

3. Устный опрос (беседа, собеседование)

4. Анализ мотива прихода (ухода) учащегося в объединение.

5. Фиксация и обобщения детских практических достижений в таблице.

6. Анализ участия в конкурсе проектов.

7. Анкетирование.

При реализации данной программы могут использоваться дистанционные образовательные технологии, электронное обучение. Связь с обучающимися осуществляется посредством системы мгновенного обмена текстовыми сообщениями для мобильных и иных платформ с поддержкой голосовой связи и видеосвязи – WhatsApp.

Срок освоения программы

Программа рассчитана на 9 месяцев обучения, 36 учебных недель.

Режим занятий

Согласно требованиям СП 2.4. 3648-20 (п. 2.10.2, 2.10.3, 3.6.2), продолжительность одного академического часа - 40 минут.

Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Учебный тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.	Вводная часть					
1.1	Знакомство с планом работы и задачами, правилами поведения, расписанием. Инструктаж по ТБ, ПДД	2	2		Беседы.	наблюдение
1.2	Здоровый образ жизни - часть здоровой жизни природы на планете Земля	2	2		лекция	анкетирование
1.3	Влияние вредных привычек людей на окружающую природу.	2	2		Лекция, беседа	анкетирование
2.	Проблемы молодежи. Узнай себя!					
2.1	Мое тело – какое оно?	2	2		беседа	наблюдение
2.2	Мужская репродуктивная система	2	2		лекция	наблюдение
2.3	Женская репродуктивная система	2	2		лекция	наблюдение
2.4	Акция «Здоровая пробежка»	2		2	беседа	анкетирование
2.5	Экскурсия на природу «Осенние изменения в природе»	2		2	беседа	наблюдение
2.6	Акция «Очистим природу от мусора»	4		4	экскурсия	наблюдение
2.7	Эмоции и чувства человека.	2	2		беседа	анкетирование
2.8	Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию»	2		2	беседа	наблюдение
2.9	Контроль над эмоциями	2	2		лекция	тренинг
2.10	Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию» 2 этап	2	2		беседа	Наблюдение
2.11	ВИЧ, история заболевания	2	2		лекция	наблюдение
2.12	Пути заражения и профилактика ВИЧ	2	2		лекция	наблюдение
2.13	СПИД, история заболевания	2	2		лекция	наблюдение
2.14	Пути заражения СПИДом	2	2		Лекция	Наблюдение
2.15	Профилактика СПИДа	2	2		Лекция	Анкетирование
2.16	Что такое риск?	2	2		лекция	наблюдение
2.17	Рискованное поведение	2	2		лекция	Наблюдение
2.18	Риск и его последствия	2	2		беседа	анкетирование
2.19	Антиалкогольная акция «За трезвую Россию»	2		2	беседа	наблюдение
2.20	Экскурсия в спортивный зал села «Если хочешь быть здоров...»	2		2	экскурсия	наблюдение
2.21	Гигиена	2	2		лекция	анкетирование

2.22	Инфекции, передаваемые половым путем	2	2		Лекция	Наблюдение
2.23	Наркомания	2	2		лекция	наблюдение
2.24	Антинаркотическая акция «Здоровая мама – здоровый ребенок»	2		2	беседа	анкетирование
2.25	День борьбы со СПИДОМ «Количество свечек зависит от нас»	2	1	1	беседа	наблюдение
2.26	Последствия употребления наркотиков	2	2		беседа	наблюдение
2.27	Причины наркомании	2	2		Лекция	Наблюдение
2.28	Табакокурение. Причины потребления.	2	2		лекция	Наблюдение
2.29	Алкоголь. Причины потребления	2	2		Лекция	наблюдение
2.30	Вред алкоголя и табака. Влияние их на детский организм. Круглый стол.	2	1	1	Круглый стол	Промежуточная аттестация
3	Проблемы молодёжи. Как справиться с ними?					
3.1	Я и как меня видят другие	2	2		беседа	наблюдение
3.2	Стигматизация	2	1	1	лекция	Круглый стол
3.3	Дискриминация	2	2		лекция	наблюдение
3.4	Толерантность	2	2		Лекция	наблюдение
3.5	Кризисные ситуации	2	2		Лекция	наблюдение
3.6	Акция «Подари чудо»	2		2	Лекция	анкетирование
3.7	Что делать, если неприятности	2		2	Игра	наблюдение
3.8	Когда плохо. Как справиться с плохим настроением?	2	2		Лекция	дискуссия
3.9	Немного о настоящей ответственности. Беременность	4	2	2	Лекция	наблюдение
3.10	Немного о настоящей ответственности. Роды	2	2		Лекция	наблюдение
3.11	Немного о настоящей ответственности. Аборты	2	2		Лекция	наблюдение
3.12	Немного о хитростях общения со сверстниками	2	2		лекция	наблюдение
3.13	Акция «Откажись от вредных привычек»	2		2	экскурсия	анкетирование
3.14	Контрацепция, методы и степень их надежности	2	2		лекция	наблюдение
3.15	Конфликты	2	2		Лекция	Наблюдение
3.16	Как не довести маленькую ссору до большого скандала	2	2		беседа	дискуссия
3.17	Как не стать жертвой насилия?	2	2		беседа	дискуссия
3.18	Кто может помочь в критических ситуациях?	2	2		беседа	наблюдение
3.19	Ответы на типичные вопросы о здоровье молодежи	2	1	1	беседа	анкетирование

4.	Проблемы молодежи. Не опускай руки – будь активным!					
4.1	Видеостудия	2	2		лекция	анкетирование
4.2	Съемка видеоролика на тему «СПИД»	2		2	Съемка видео	наблюдение
4.3	Съемка видеоролика на тему «Наркозависимость»	2		2	Съемка видео	наблюдение
4.4	Съемка видеоролика на тему «Табакокурение»	2		2	Съемка видео	наблюдение
4.5	Съемка видеоролика на тему «Алкоголизм»	2		2	Съемка видео	наблюдение
4.6	Акция «Будь готов, скажи НЕТ!»	2		2	Съемка видео	наблюдение
5	Муниципальные акции движения «SaMoСтоятельные дети». Встречи с интересными людьми.					
5.1	День Земли	2	1	1	беседа	наблюдение
5.2	Встреча с врачом местной амбулатории. Беседа о режиме дня	2	2		беседа	наблюдение
5.3	Акция «Чистые берега»	2		2	экскурсия	наблюдение
5.4	Встреча с инспектором по делам несовершеннолетних. Беседа на тему «Типичные правонарушения среди подростков и их последствия»	2	2		беседа	наблюдение
5.5	День ЗДОРОВЬЯ. Флеш-моб «Танцуй, пока молодой!»	2		2	беседа	наблюдение
5.6	День ЗДОРОВЬЯ. Квест «Будь здоров!»	2		2	беседа	наблюдение
6	Природоохранная деятельность					
6.1	Акция «Сохрани первоцветы»	2		2	Экскурсия	Анкетирование
6.2	Акция «Живи, родник!»	2		2	экскурсия	анкетирование
7	Итоговые занятия					
7.1	Акция «Россия без табака»	2		2	беседа	анкетирование
7.2	Написание проектов	2		2	Беседа консультация	Наблюдение контроль
	Защита проектов	2		2	Защита проектов	Аттестация по завершении освоения программы
7.3	Контрольно-обобщающее занятие	2		2	Беседа	Творческая работа
ИТОГО		144				

Содержание программы

I. Вводная часть (6 часов).

1.1 Знакомство с планом работы и задачами, правилами поведения, расписанием. Инструктаж по ТБ, ПДД

Теория. Знакомство с детьми, обсуждение плана работы на год, инструктаж для детей по основным правилам поведения во время акция и на занятиях.

1.2 Здоровый образ жизни - часть здоровой жизни природы на планете Земля

Теория. Здоровье человека, его составляющие, факторы, влияющие на здоровье.

1.3 Влияние вредных привычек людей на окружающую природу.

Теория. Вредные привычки и причины их появления в жизни человека, их влияние на здоровье человека и планеты в целом.

II. Проблемы молодежи. Узнай себя! (62 часа).

2.1 Мое тело – какое оно?

Теория. Тело человека, его составляющие, определение основных частей тела.

2.2 Мужская репродуктивная система

Теория. Строение мужских половых органов, их основные функции.

2.3 Женская репродуктивная система

Теория. Строение женских половых органов, их основные функции.

2.4 Акция «Здоровая пробежка»

Практика. Проведение пробежки на свежем воздухе, организация участия младших, средних и старших классов.

2.5 Экскурсия на природу «Осенние изменения в природе»

Практика. Наблюдение за природой в парке села, составление таблицы «Было. Стало», написание сочинения «Мне кажется, что осень придумали для...»

2.6 Акция «Очистим природу от мусора»

Практика. Организация сбора мусора в парковой зоне села, беседа с посетителями парка о том, сколько времени перегнивает в земле мусор из различного материала.

2.7 Эмоции и чувства человека.

Теория. Влияние эмоций и чувств на настроение человека, управление эмоциями и возможность держать их под контролем.

2.8 Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию»

Практика. Проведение акции на территории села и школы, сбор подписей с населения и ознакомление с содержанием тематической листовки.

2.9 Контроль над эмоциями.

Теория. Способы контроля эмоций, тематический тренинг «Я знаю, как поступить, когда...»

2.10 Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию» 2 этап

Теория. Просмотр видеоролика «Смерть от алкоголя», статистика смертей от алкоголя по России за последние 10 лет.

2.11 ВИЧ, история заболевания

Теория. ВИЧ и признаки этой болезни, реальные истории заболевших людей.

2.12 Пути заражения и профилактика ВИЧ.

Теория. Пути заражения и методы предостережения от болезни.

2.13 СПИД, история заболевания

Теория. СПИД и его проявления, реальные истории заболевших людей.

2.14 Пути заражения СПИДом

Теория.

2.15 Профилактика СПИДа

Теория. Теория профилактики СПИДа, его источники.

2.16 Что такое риск?

Теория. Определение слова «Риск», рискованные ситуации, беседа о рисках в жизни подростка.

2.17 Рискованное поведение

Теория. Риск и возможность его оправдать, уместность рискованного поведения.

2.18 Риск и его последствия

Теория. Последствия рисков, анкетирование «Я могу рисковать, если речь идет о...»

2.19 Антиалкогольная акция «За трезвую Россию»

Практика. Изготовление агитационного плаката, проведение опроса на территории села и раздача буклетов.

2.20 Экскурсия в спортивный зал села «Если хочешь быть здоров...»

Практика. Посещение спортивного зала села, зала бокса, общение с тренером о наличии кружков для школьников, инвентаре и графике занятий.

2.21 Гигиена

Теория. Происхождение слова «гигиена», ее роль в жизни молодого человека, значение гигиены для человека любого возраста.

2.22 Инфекции, передаваемые половым путем

Теория. Бактериальные, вирусные, грибковые и другие виды инфекций, осложнения.

2.23 Наркомания

Теория. Психика или соматика, патологическое влечение, особенности поведения наркомана.

2.24 Антинаркотическая акция «Здоровая мама – здоровый ребенок»

Практика. Проведение опроса родителей на территории детского сада, сбор подписей и ознакомление с агитационным плакатом.

2.25 День борьбы со СПИДОМ «Количество свечек зависит от нас»

Теория. История происхождения Дня борьбы со СПИДОМ, известные активисты движений против СПИДа и пути агитации.

Практика. Проведение акции на территории села, подписание однодневного контракта отказа от вредных привычек.

2.26 Последствия употребления наркотиков

Теория. Влияние наркотиков на мозг, ЦНС, ЖКТ...и психику человека.

2.27 Причины наркомании

Теория. Страшная проблема человечества, физиологические, психологические и социальные причины употребления наркотиков.

2.28 Табакокурение. Причины потребления.

Теория. Вред от курения, синдром зависимости от табака, синдром отмены табака, пассивные курильщики, причины потребления.

2.29 Алкоголь. Причины потребления

Теория. Основные причины алкоголизма. Социальные причины. Психологические причины. Биологические причины. Причины подросткового алкоголизма. Причины алкоголизма у женщин

2.30 Вред алкоголя и табака. Влияние их на детский организм

Теория. Просмотр видеофильма «Ранние вредные привычки».

Круглый стол по итогам просмотра фильма на тему «Ранние вредные привычки».

Вред алкоголя и табака. Влияние их на детский организм. Промежуточная аттестация.

III. Проблемы молодежи и как с ними справиться (20 часов).

3.1 Я и как меня видят другие

Теория. Беседа «Чем люди отличаются друг от друга», упражнение «Потягушки», упражнение «Я всегда боюсь, что...»

3.2 Стигматизация

Теория. Стигма, стигматизация и самостигматизация.

Практика. Проведение круглого стола с целью анализа работы в объединении

3.3 Дискриминация

Теория. Дискриминация, причины, признаки и виды.

3.4 Толерантность

Теория. Истоки формирования толерантности в общественно-исторической мысли.

Генезис взглядов и подходов к пониманию толерантности.

Толерантность как фундаментальная основа человеческого бытия.

3.5 Кризисные ситуации

Теория. Кризис, стресс, фрустрация, кризисные и критические ситуации.

3.6 Акция «Подари чудо»

Практика. Сбор средств, приобретение товаров первой необходимости для младенцев, посещение детской городской больницы (отделение отказников)

3.7 Что делать, если неприятности

Практика. Беседа на темы «Закон отражения», «В ответе за все сам», игра «Кто виноват», «Если неприятность случится, я сразу позвоню...»

3.8 Когда плохо. Как справиться с плохим настроением?

Теория. Настроение, плохое настроение и его причины. Анкетирование «все можно исправить с помощью...»

3.9 Немного о настоящей ответственности. Беременность.

Теория. Биологический материал. Плод. Этапы формирования плода.

Практика. Работа с макетом.

3.10 Немного о настоящей ответственности. Роды

Теория. Фазы родового процесса. Кесарево сечение.

3.11 Немного о настоящей ответственности. Аборты

Теория. Самопроизвольные и искусственные аборты. Последствия абортов для женского организма

3.12 Немного о хитростях общения со сверстниками.

Теория. 10 психологических хитростей, которые помогут подросткам в общении со сверстниками

3.13 Акция «Откажись от вредных привычек».

Практика. Подготовка материала акции. Работа с населением села и раздача памяток здорового человека.

3.14 Контрацепция, методы и степень их надежности

Теория. Барьерные, гормональные, естественные, химические методы контрацепции, их эффективность и противопоказания.

3.15 Конфликты

Теория. Конфликты: виды, структура, стадии протекания.

3.16 Как не довести маленькую ссору до большого скандала

Теория. Стратегия и стили поведения в конфликтной ситуации. Правила поведения и методы снятия психологического напряжения в условиях конфликта.

3.17 Как не стать жертвой насилия?

Теория. 10 советов о том, как не стать жертвой насилия, составление таблицы «Если...Что делать...Что не делать...»

3.18 Кто может помочь в критических ситуациях?

Теория. Понятие и социально-психологическое содержание кризисной и экстремальной ситуации. ПТСР как следствие экстремальной ситуации. Кризисная интервенция.

3.29 Ответы на типичные вопросы о здоровье молодежи

Теория. Роль и значение здорового образа жизни. Здоровый образ жизни - главный фактор здоровья. Проблема оптимизации здорового образа жизни – приоритетная задача социальной политики и развития общества

Практика. Игры на свежем воздухе с привлечением учителей физкультуры.

IV. Проблемы молодежи. Не опускай руки – будь активным! 12 часов

4.1 Видеостудия.

Теория. Методические рекомендации. Создание видеоролика – от замысла до съемки. Основы монтажа в редакторе Adobe Premiere.

4.2 Съемка видеоролика на тему «СПИД».

Практика. Продумывание сюжета. Подготовка инвентаря. Распределение ролей. Съемка.

4.3 Съемка видеоролика на тему «Наркозависимость»

Практика. Продумывание сюжета. Подготовка инвентаря. Распределение ролей. Съемка

4.4 Съемка видеоролика на тему «Табакокурение».

Практика. Продумывание сюжета. Подготовка инвентаря. Распределение ролей. Съемка

4.5 Съемка видеоролика на тему «Алкоголизм»

Практика. Продумывание сюжета. Подготовка инвентаря. Распределение ролей. Съемка

4.6 Акция «Будь готов, скажи НЕТ!»

Практика. Подготовка материалов для акции. Работа с населением села. Раздача шариков со смайликом.

V. Муниципальные акции движения «SaMoСтоятельные дети». Встречи с интересными людьми (12 часов).

5.1 День Земли.

Теория. Проблемы защиты окружающей среды. Экологические катастрофы.

Практика. Работа с картой, где изображены очаги экологических проблем МИРА. Составление подобной карты села.

5.2 Встреча с врачом местной амбулатории. Беседа о режиме дня

Теория. Режим дня и его значение для молодого организма, важные составляющие режимы дня. Вопросы детей.

5.3 Акция «Чистые берега»

Практика. Работа по уборке территории местного водоема.

5.4 Встреча с инспектором по делам несовершеннолетних. Беседа на тему «Типичные правонарушения среди подростков и их последствия»

Теория. Правонарушения и наказания за них. Уголовная ответственность. Вопросы детей. Статистика Нижнекамска и Нижнекамского района по правонарушениям несовершеннолетних.

5.5 День ЗДОРОВЬЯ. Флеш-моб «Танцуй, пока молодой!»

Практика. Проведение участниками отряда зарядки и игр на свежем отдыхе для учеников 1-4 классов.

5.6 День ЗДОРОВЬЯ. Квест «Будь здоров!»

Практика. Организация и проведение квеста на 7 станциях с различными заданиями для учеников 5-9 классов.

VI. Природоохранная деятельность (4 часа).

6.1 Акция «Сохрани первоцветы».

Практика. Подготовка листовок «Береги первоцветы», распространение их среди населения. Организация оформления карты «Первоцветы России»

6.2 Акция «Живи, родник!»

Практика. Составление физико-географического описания источника: описание рельефа, геологического строения, климата, растительного и животного мира исследуемой территории. Проведение исследования водного объекта (родника).

Составление паспорта родника. Выявление экологических проблем окружающей территории. Составление рекомендаций по охране родника. Выявление истории возникновения и название родника.

VII. Итоговые занятия (8 часов).

7.1 Акция «Россия без табака».

Практика. Работа с курящим населением села, раздача конфет всем курильщикам в замен на отказ от сигарет на день.

7.2 Защита проектов.

Практика. Защита индивидуальных проектов.

7.3 Контрольно-обобщающее занятие.

Практика. Подведение итогов года. Аттестация по завершении программы в форме написания творческой работы «Чему я научился в объединении?» Составление индивидуальной карты успеха участника проекта «Самостоятельные дети». Награждение активистов проекта.

Планируемые результаты освоения программы:

Личностные результаты освоения программы:

1. Формирование культуры здоровья – отношения к здоровью как высшей ценности человека;
2. Развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
3. Формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

Метапредметные результаты освоения программы:

1. Способность понимать ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевого приоритета при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействия с людьми;
2. Умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
3. Способность рационально организовывать физическую и интеллектуальную деятельность;
4. Умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
5. Формирование умения позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Предметные результаты освоения программы:

1. Смогут раскрывать содержание понятий здоровья, здоровый образ жизни;
2. Проводить аргументацию зависимости здоровья человека от состояния окружающей среды, необходимости соблюдения мер профилактики заболеваний;
3. Знать и аргументировать основные правила поведения в природе, основные принципы здорового образа жизни, рациональной организации труда и отдыха;
4. Влияние факторов риска на здоровье человека;
5. Смогут аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью.
6. Смогут обеспечивать уход за телом и жилищем;
7. Смогут взаимодействовать в группе (распределение обязанностей);
8. Смогут находить необходимую информацию на различных видах носителей;
9. Смогут презентовать результаты собственной деятельности.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации программы «SaMoСтоятельные дети» имеется учебный кабинет на базе МБОУ «Большеафанасовская СОШ» НМР РТ.

Учебное помещение соответствует требованиям санитарных норм и правил, установленных 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».

В учебном кабинете в наличии классная доска, столы и стулья для учащихся и педагога, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов. Для проведения занятий имеются следующие технические средства обучения:

- мультимедиа проектор;
- компьютер.

Перечень материалов, необходимых для проведения занятий:

- ватман;
- бумага формата А4;
- клей;
- гуашь.

Перечень канцелярских принадлежностей каждого обучающегося:

- тетрадь;
- ручка.

Одежда обучающихся – свободная форма.

Формы аттестации и контроля

Педагогический контроль включает в себя:

- наблюдение;
- мониторинг навыков, умений, знаний обучающихся через тестирования, устные опросы, срезные задания;
- отслеживание уровня умений и навыков через выполнение презентаций, разработок сценариев мероприятий, фотоотчетов, фотоальбомов;
- участие обучающихся в конкурсах социально-гуманитарной направленности, конференциях и мероприятиях муниципального, регионального и республиканского уровней.

Текущий контроль производится после изучения каждого раздела программы.

Промежуточная аттестация проводится в декабре месяце в форме круглого стола. После просмотра видеофильма «Ранние вредные привычки» обучающиеся проводят круглый стол по итогам просмотра фильма. Затрагиваются тема «Вред алкоголя и табака. Влияние их на детский организм». На мероприятие приглашаются специалисты и гости.

Аттестация по завершении освоения программы проводится в мае месяце в форме защиты проекта на свободную тему, а также написания творческой работы, эссе «Чему я научился в объединении?», где каждый участник объединения сможет отразить мысли по поводу пребывания в объединении, рассказать, как поменялось его отношение к своему образу жизни и образу жизни близких людей и т.д.

Оценочные материалы.

Достижения обучающимися планируемых результатов отражены в таблице и оцениваются на основе следующих составляющих:

	Фамилия Имя обучающегося: _____				
	Организационная	Информационная	Методическая.	Психологическая	Личная ответственность
Оценка					

Организационная. Самостоятельная подготовка мероприятия обучающимися с изучением сценария, его корректировкой, репетицией, формированием команды исполнителей, распределением ролей, ответственности между членами объединения, кто за что отвечает.

Информационная. Подготовка обучающимися информационных плакатов отражающих суть мероприятий, наглядности, атрибутики, костюмов.

Методическая. Разработка сценария мероприятия, подготовкой необходимой атрибутики мероприятия (костюмы, антураж, оформление).

Психологическая. Проведение обучающимися инструктажа для ведущих мероприятий и команды исполнителей, донесение до членов объединения общего сценария проведения мероприятия, подготовка ответственных за каждый её этап.

Личная ответственность - это ответственность за порученное действие, которое является звеном общего дела. Плохое выполнение порученного дела поставит под угрозу эффективность и результативность всего мероприятия.

Методические материалы

1. Сценарии акций:
 - Акция «Здоровая пробежка»;
 - Акция «Очистим природу от мусора»;
 - Акция «Мы за здоровую Россию»
 - Акция «Подари чудо»;
 - Акция «За трезвую Россию»
 - Акция «Здоровая мама - здоровый малыш»;
 - Акция «Россия без табака»;
 - Акция «Живи, родник»;
 - Акция «Откажись от вредных привычек»
2. Методические рекомендации:
 - Создание видеоролика – от замысла до съемки. Основы монтажа в редакторе Adobe Premiere;
3. Видео материалы к занятиям:
 - ВИЧ и признаки этой болезни, реальные истории заболевших людей;
 - Ранние вредные привычки;
 - Смерть от алкоголя

Список литературы

1. Александров А.А., Александрова В.Ю. Курение и его профилактика в школе. Методическое пособие для учителей и родителей. М.,1996.;
2. Трубицына Л.В. Методика проведения занятий с подростками по программе позитивной профилактики наркомании, алкоголизма и других видов асоциального поведения. М.,1995.;
3. Баярд Д. Ваш беспокойный подросток. М. 1992.;
4. Выготский Л.С. Психология. М.:ЭКСМО-ПРЕСС,2000;
5. Крайг Г. Психология развития. СПб.2000.;
6. Информационные кампании по ВИЧ/СПИДу (пособие для организаторов). – Новосибирск, 2003.;
7. Пособие для начинающего тренера, работающего в области профилактики ВИЧ/СПИД, наркозависимости и ИППП «Я хочу провести тренинг».- Новосибирск, 2001.;
8. Справочник для тренеров по системе обучения равный – равному «ВИЧ/СПИД и репродуктивное здоровье». – Рига, 2003.

**Календарный учебный график рабочей программы
дополнительного образования «SaMoСтоятельные дети»**

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1			15.00-16.30	теория	2	Знакомство с планом работы и задачами, правилами поведения, расписанием. Инструктаж по ТБ, ПДД	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
2			15.00-16.30	теория	2	Здоровый образ жизни - часть здоровой жизни природы на планете Земля	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
3			15.00-16.30	теория	2	Влияние вредных привычек людей на окружающую природу.	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
4			15.00-16.30	теория	2	Мое тело – какое оно?	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
5			15.00-16.30	теория	2	Мужская репродуктивная система	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
6			15.00-16.30	теория	2	Женская репродуктивная система	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
7			15.00-16.30	практика	2	Акция «Здоровая пробежка»	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
8			15.00-16.30	практика	2	Экскурсия на природу «Осенние изменения в природе»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
9			15.00-16.30	практика	2	Акция «Очистим природу от мусора»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
10			15.00-16.30	практика	2	Акция «Очистим природу от мусора»	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
11			15.00-16.30	теория	2	Эмоции и чувства человека.	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
12			15.00-16.30	теория	2	Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию»	каб. №8, 1 этаж	тренинг
13			15.00-16.30	теория	2	Контроль над эмоциями	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
14			15.00-16.30	практика	2	Антиалкогольная акция «Мы за здоровую Россию» 2 этап	каб. №8, 1 этаж	наблюдение

15			15.00-16.30	теория	2	ВИЧ, история заболевания	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
16			15.00-16.30	теория	2	Пути заражения и профилактика ВИЧ	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
17			15.00-16.30	теория	2	СПИД, история заболевания	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
18			15.00-16.30	теория	2	Пути заражения СПИДом	каб. №8, 1 этаж	Анкетирование
19			15.00-16.30	теория	2	Профилактика СПИДа	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
20			15.00-16.30	теория	2	Что такое риск?	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
21			15.00-16.30	теория	2	Рискованное поведение	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
22			15.00-16.30	теория	2	Риск и его последствия	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
23			15.00-16.30	практика	2	Антиалкогольная акция «За трезвую Россию»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
24			15.00-16.30	практика	2	Экскурсия в спортивный зал села «Если хочешь быть здоров...»	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
25			15.00-16.30	теория	2	Гигиена	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
26			15.00-16.30	теория		Инфекции, передаваемые половым путем	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
27			15.00-16.30	теория	2	Наркомания	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
28			15.00-16.30	практика	2	Антинаркотическая акция «Здоровая мама – здоровый ребенок»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
29			15.00-16.30	практика	2	День борьбы со СПИДОМ «Количество свечек зависит от нас»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
30			15.00-16.30	теория	2	Последствия употребления наркотиков	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
31			15.00-16.30	теория	2	Причины наркомании	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение
32			15.00-16.30	теория	2	Табакокурение. Причины потребления.	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
33			15.00-16.30	теория	2	Алкоголь. Причины потребления	каб. №8, 1 этаж	наблюдение

34			15.00-16.30	Круглый стол	2	Вред алкоголя и табака. Влияние их на детский организм	каб. №8, 1 этаж	Наблюдение контроль коррекция Промежуточная аттестация
35			15.00-16.30	Практика	2	Я и как меня видят другие	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
36			15.00-16.30	теория	2	Стигматизация	каб. №8, 1 этаж	Опрос наблюдение
37			15.00-16.30	теория	2	Дискриминация	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
38			15.00-16.30	теория	2	Толерантность	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
39			15.00-16.30	теория	2	Кризисные ситуации	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
40			15.00-16.30	теория	2	Акция «Подари чудо»	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
41			15.00-16.30	теория	2	Что делать, если неприятности	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
42			15.00-16.30	теория	2	Когда плохо. Как справиться с плохим настроением?	каб. №8, 1 этаж	дискуссия
43			15.00-16.30	теория	2	Немного о настоящей ответственности. Беременность	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
44			15.00-16.30	практика	2	Немного о настоящей ответственности. Беременность	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
45			15.00-16.30	теория	2	Немного о настоящей ответственности. Роды	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
46			15.00-16.30	теория	2	Немного о настоящей ответственности. Аборты	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
47			15.00-16.30	практика	2	Немного о хитростях общения со сверстниками	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
48			15.00-16.30	практика	2	Акция «Откажись от вредных привычек»	Территория сельского поселения	наблюдение
49			15.00-16.30	теория	2	Контрацепция, методы и степень их надежности	Территория сельского поселения	Наблюдение
50			15.00-16.30	теория	2	Конфликты	Территория сельского поселения	дискуссия

51			15.00-16.30	теория	2	Как не довести маленькую ссору до большого скандала	Территория сельского поселения	дискуссия
52			15.00-16.30	теория	2	Как не стать жертвой насилия?	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
53			15.00-16.30	теория	2	Кто может помочь в критических ситуациях?	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
54			15.00-16.30	практика	2	Ответы на типичные вопросы о здоровье молодежи	Пришкольная территория	Наблюдение
55			15.00-16.30	теория	2	Видеостудия	каб. №8, 1 этаж	анкетирование
56			15.00-16.30	практика	2	Съемка видеоролика на тему «СПИД»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
57			15.00-16.30	практика	2	Съемка видеоролика на тему «Наркозависимость»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
58			15.00-16.30	практика	2	Съемка видеоролика на тему «Табакокурение»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
59			15.00-16.30	практика	2	Съемка видеоролика на тему «Алкоголизм»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
60			15.00-16.30	практика	2	Акция «Будь готов, скажи НЕТ!»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
61			15.00-16.30	теория	2	День Земли	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
62			15.00-16.30	теория	2	Встреча с врачом местной амбулатории. Беседа о режиме дня	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
63			15.00-16.30	практика	2	Акция «Чистые берега»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
64			15.00-16.30	практика	2	Встреча с инспектором по делам несовершеннолетних. Беседа на тему «Типичные правонарушения среди подростков и их последствия»	каб. №8, 1 этаж	наблюдение
65			15.00-16.30	практика	2	День ЗДОРОВЬЯ. Флеш-моб «Танцуй, пока молодой!»	Пришкольная территория	наблюдение
66			15.00-16.30	практика	2	День ЗДОРОВЬЯ. Квест «Будь здоров!»	Пришкольная территория	наблюдение

67			15.00-16.30	практика	2	Акция «Сохрани первоцветы»	Пришкольная территория	анкетирование
68			15.00-16.30	практика	2	Акция «Живи, родник»	Территория сельского поселения	анкетирование
69			15.00-16.30	практика	2	Акция «Россия без табака»	Территория сельского поселения	анкетирование
70			15.00-16.30	Консультация практика	2	Подготовка проектов	каб. №8, 1 этаж	Защита проектов
71			15.00-16.30	практика	2	Защита проектов	каб. №8, 1 этаж	Аттестация по завершении освоения программы
72			15.00-16.30	практика	2	Обобщающее занятие. Написание эссе «Чему я научился в объединении»	каб. №8, 1 этаж	Творческая работа. Анализ работ