

Муниципальное образовательное учреждение «Волосовская средняя  
общеобразовательная школа №1»

ПРИНЯТО  
на педагогическом совете  
протокол от 31.08.2020 № 1

УТВЕРЖДЕНО  
приказом от 31.08.2020 № 305

Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
«Азбука здоровья»

срок реализации программы 1 год

Пличкина Вера Владимировна,  
учитель русского языка

г. Волосово  
2020

Дополнительная общеразвивающая программа  
социально-педагогической направленности  
«Азбука здоровья»

## I. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа социально-педагогической направленности «Азбука здоровья» разработана на основе:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Концепции развития дополнительного образования детей (утверждена Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04 сентября 2014 года № 1726-р),
- Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 года № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Программа включает необходимый объем знаний об общепринятых нормах поведения человека для сохранения и укрепления здоровья, включая меры профилактики заболеваний, по охране репродуктивного здоровья подростков. В ней содержится материал, направленный на обучение подростков умению оказать помощь в трудную минуту, воспитание санитарно-гигиенической культуры, культуры общения, поведения, культуры межличностных отношений. Информирование детей о вредных привычках, их профилактика.

В ходе реализации программы предусматривается формирование нетерпимого отношения к курению, наркотической зависимости, обучение ответственному поведению в критических ситуациях, формирование готовности сохранять и укреплять свое физическое и психическое здоровье.

Мероприятия, включенные в программу, способствуют оказанию реальной помощи в сохранении репродуктивного здоровья, воспитанию поколения взрослых, уверенных в себе людей, желающих сделать осознанный выбор и предназначены для работы с дезадаптивными детьми.

***Цель программы:***

***Формирование мотивационно-ценностных установок к здоровому образу жизни как основы создания семьи, ответственному родительству.***

В связи с этим в программу включены не только вопросы здоровья, здорового образа жизни, но и рассматриваются моральные, этические, культурные аспекты различных жизненных ситуаций, в которые попадают подростки в реальной жизни.

Обучение по данной программе призвано не только готовить их к семейной жизни, но и способствовать сохранению их здоровья, формированию личности воспитанников.

### **Задачи программы:**

- сформировать пространство, обеспечивая несовершеннолетних достоверной информацией по проблемам полового воспитания и сексуальных отношений;
- содействовать формированию внутренних механизмов самоконтроля, навыков ответственного поведения, системы межличностных отношений, обеспечивающих стандарт сексуального поведения, принятого в данном социокультурном сообществе;
- сформировать потребность в ответственном родительстве на основе усвоения системы нравственных целей и установок, определяющих личностную позицию человека.

**Возраст обучающихся**, на который рассчитана данная образовательная программа 16-17 лет.

**Сроки реализации** дополнительной общеразвивающей программы период – с сентября по май 1 раз в неделю, 33 часа за год.(1 учебный год)

## **II. Учебно-тематическое планирование.**

Программа состоит из 7 разделов.

1. **Раздел «Охрана здоровья»**
2. **«Предупреждение вредных привычек»**
3. **«Чувства и эмоции**
4. **«Основы общения и понимания»**
5. **«Формирование сексуальности и ее проявления в подростковом возрасте»**
6. **«Репродуктивное здоровье»**
7. **«ИППП»**

## **III. Содержание программы**

Программа состоит из 7 разделов.

**Раздел «Охрана здоровья»** и раздел **«Предупреждение вредных привычек»** - это разделы, направленные на формирование мотивации к здоровому образу жизни, развитие личностно–мотивационных установок, осознанных и закрепленных в сознании подростка принципов и навыков здорового образа жизни.

Раздел **«Чувства и эмоции»** направлен на коррекцию расстройств поведения, эмоционально-волевой сферы, нарушений психического развития. Задача раздела в концентрации внимания на изменении мнения ребенка о себе, нейтрализации агрессивных и деструктивных форм поведения, развитии эмоциональной адекватности.

Раздел **«Основы общения и понимания»** направлен на личностное развитие и реабилитацию подростка.

Раздел **«Формирование сексуальности и ее проявления в подростковом возрасте»** готовит подростков к восприятию и освоению ими системы

практических умений по охране репродуктивного здоровья. Как научиться выбирать, ставить себе и другим, понимать себя и другого, ранний опыт половой жизни и риск ВИЧ-инфекций», нежелательная беременность и ответственность – предмет дискуссий и обсуждений данного раздела.

Раздел «Репродуктивное здоровье» знакомит с совокупностью органов и систем организма, обеспечивающих функцию воспроизводства (деторождения).

В разделе «ИППП» подростки познакомятся с инфекциями, передаваемыми половым путем, влиянием ИППП на организм и с мерами предосторожности.

#### **IV. Организационно - педагогические условия реализации образовательной программы.**

**Кружок работает в двух направлениях:**

- изучение теоретического материала;
- формирование практических навыков

**В кружке применяются различные формы работы:**

Основные технологии обучения:

- традиционное, или объяснительно-иллюстративное обучение;
- мультимедийные технологии.

Формы организации учебной деятельности:

- беседа, сообщение,
- диалог,
- дискуссия,
- игра – тренинг,
- практикум,
- конференция,
- круглый стол,
- ролевая игра,
- викторина,
- тестирование,
- анкетирование
- самостоятельная работа дома (по желанию учащихся).

Основные методы обучения:

- беседы;
- творческие задания;

- тесты;
- исследования;
- семинары
- практические работы;
- игры.

### **Организация образовательного процесса.**

Период – с сентября по май (1 учебный год). Занятия проводятся раз в неделю, 1 час, всего за год 33 часа. Примерная наполняемость группы – до 25 человек. К занятиям могут быть допущены девочки и мальчики 12-13 лет.

### **V. Перечень оборудования (оборудование, инструменты, материалы и приспособления):**

Наименование оборудования (инструментов, материалов и приспособлений)	Количество
Парты	13 шт
Стол учителя	1 шт
Стулья	26 шт
Доска настенная	1 шт

### **VI. Перечень технических средств обучения:**

Наименование технических средств обучения	Количество
Проектор	1 шт
Компьютер	1 шт
Экспозиционный экран	1 шт

### **VII. Перечень учебно-методических материалов:**

- Специальная литература.

### **VIII. Планируемые результаты освоения образовательной программы**

### **Ожидаемые результаты:**

В результате освоения данной программы планируется, что у несовершеннолетнего

- расширится информированность подростка по вопросам сексуальных и межличностных отношений, осознанной необходимости выбора здорового образа жизни,

- сформировать внутренние механизмы самоконтроля, навыки ответственного сексуального поведения, выбора социально приемлемых поступков и форм поведения.;

- закрепить в сознании подростков стандарт нравственных ценностей и установок, являющихся основой понятия «ответственное родительство».

#### исок литературы

1. Российская Ассоциация «Планирование семьи». Репродуктивное здоровье подростков. – М., 2005.
2. ЛАФА. Красная нить. – Стокгольм – Санкт – Петербург, 2006 год.
3. М. Г. Мойта, М. Р. душ Сантуш. Поговорим о сексуальности. – Российская Ассоциация планирования семьи.
4. С. Ван дер Дуф. Помогите, мой ребёнок взрослеет! – Nota Bene, 2005.
5. В. Дарвилл, К. Пауэлл. Детям о сексе! – М., 2009 год.
6. В. А. Лабунская, Ю. А. Меджерицкая, Е. Д. Бреус. Психология затрудненного общения. – М., 2001 год.
7. М. Холл, Б. Боденхаммер, Р. Болстед, М. Хамблетт. – Структура личности. – М., 2003 год.
8. Валкер Д. Тренинг разрешения конфликтов. – СПб, 2001.
9. Воспитание. Пособие для педагогов. //Осипова М.П., Козлович С.И., Король Е.Д.; под общей редакцией Осиповой М.П. – Минск, 2002. С.143 – 206.