

Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»
МУ ДО «ЦППМСП»

Рекомендована:
Педагогическим советом
МУ ДО «ЦППМСП»
Протокол № 4
«29» 05 2025г.



Утверждаю:
Директор МУ ДО «ЦППМСП»
Т.В. Балыгина
Приказ
№ 119 от «25» 05 2025г.

Принята: Методическим
советом МУ ДО «ЦППМСП»
Протокол № 8
«27» 05 2025г.

Дополнительная общеобразовательная программа –
дополнительная общеразвивающая программа
«Школа здоровья»

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень сложности содержания – стартовый
Возраст учащихся – 12-18 лет
Срок реализации – 1 год
Составитель:
Манов А.Д. – педагог
дополнительного образования

Сыктывкар
2025

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Школа здоровья» (далее - программа) для учащихся образовательных организаций разработана в соответствии с государственной образовательной политикой, государственной культурной политикой и современными нормативными документами в сфере образования:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>;

- Федеральным законом от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551;

- Указом Президента РФ от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 и на перспективу до 2036 г.» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1>;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

- Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=414971&ysclid=li332oga8j212129265>;

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/71770012/?ysclid=li334hz4m9109405043>;

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHIBitwN4gB.pdf>;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

- Постановлением главного 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 [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;

- Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://ioe.hse.ru/data/2020/07/17/1597041961/%D0%A4%D0%9F%20%D0%A3%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf?ysclid=1wqaqzz3d9837583036>;

- Постановлением Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>;

- Планом мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576>;

- Решением Совета МО ГО «Сыктывкар» от 10.12.2019 № 44/2019-619 «О внесении изменений в решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» до 2030 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>;

- Методическими рекомендациями Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/.pdf?ysclid=li33hznzjce205693060>;

- Примерной программой воспитания, утвержденной на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;

- Уставом МУ ДО «ЦППМиСП» » [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/Documents/ustav.pdf>;

- Лицензией на осуществление деятельности МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://cppmisp.ucoz.com/Documents/licenzija_na_obrazovatelnuju_uslugu.pdf;

- Положением об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам МУДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://cppmisp.ucoz.com/Documents/polozhenie_ob_org_i_osusch_obr_deyat-szhatyj-szhat.pdf.

Уровень программы: стартовый (ознакомительный). Реализация программы на стартовом уровне направлена на формирование культуры здорового образа жизни. Данная программа знакомит учащихся с базовыми понятиями здоровья, здорового образа жизни, гигиены, с гигиеной репродуктивной системы. Учащиеся изучают особенности индивидуального здоровья, функциональные возможности организма, соблюдения правил гигиены и рационального питания; как сохранить репродуктивную систему в подростковом возрасте и о способах профилактики заболеваний,

передаваемых половым путем.

Направленность программы: социально – гуманитарная.

Актуальность программы обусловлена приоритетным направлением государственной политики в области образования – на сохранение здоровья школьников. Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников является одной из важнейших задач современной школы. Требование сохранения здоровья учащихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам образования и реализуется в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации.

Указом Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» одной из национальных целей устанавливается «Сохранение населения, укрепление здоровья и повышение благополучия людей, поддержка семьи». Стратегией социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года одним из приоритетных направлений развития социально экономической политики республики, также определяется укрепление здоровья населения, популяризация здорового образа жизни, снижение преждевременной смертности. В качестве основных мер и задач по реализации указанного направления обозначено сохранение и укрепление здоровья детей и подростков.

Освоение учащимися программы способствует реализации одной из национальных целей развития Российской Федерации и стратегического направления социально-экономического развития МО ГО «Сыктывкар» и Республики Коми - укрепление здоровья населения.

Состояние здоровья и развитие общества во многом определяется уровнем популяционного здоровья подростков, которые составляют значительную часть в структуре населения, оказывают значительное влияние на здоровье нации в целом и формируют её культурный, интеллектуальный, производственный и репродуктивный потенциал. Именно школа, как важнейший социальный институт должна обеспечить учащемуся возможность сохранения здоровья за период обучения, сформировать у него необходимые знания и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать эти знания в повседневной жизни.

Состояние здоровья российских подростков сегодня существенно снижается. Наибольший рост заболеваемости отмечается по классам так называемых «школьных» болезней наиболее зависимых от образа жизни: нарушения и заболевания опорно - двигательного аппарата (в основном – различные виды нарушения осанки), нарушения зрения, болезни органов пищеварения. Причинами развития этих нарушений являются неправильный режим питания, сна и отдыха, снижение двигательной активности, неконтролируемое использование различных гаджетов. В настоящее время особую обеспокоенность вызывает состояние нервно-психического здоровья подростков. За 10 лет общая заболеваемость психическими расстройствами и расстройствами поведения подростков в возрасте 15-17 лет увеличилась на 11,3%.

Нервно-психические расстройства (неврозы, проблемы в работе вегетативной нервной системы, астено-невротический синдром, синдром дефицита внимания и гиперактивности), нарушения работы сердечно-сосудистой системы (артериальная гипертензия, нарушения ритма сердца), болезни органов зрения (дальнозоркость, близорукость, астигматизм) чаще отмечаются у учащихся 8–11 классов. На становление здоровья подростков большое влияние оказывают условия и образ жизни. Социальные изменения, произошедшие в России за последние 20 лет (миграция населения, материальное расслоение общества, высокое число разводов и гражданских браков),

обострили такие проблемы, как увеличение числа подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, недостаточное количество структур, оказывающих медико-социальную помощь. По некоторым данным, около 20 % всего детского населения РФ находится в трудной жизненной ситуации.

По данным Министерства здравоохранения и социального развития России, состояние здоровья детей и подростков в Российской Федерации характеризуется следующими показателями:

- из 13,4 миллионов детей школьного возраста более половины – 53 процента – имеют ослабленное здоровье;
- две трети подростков в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания;
- общая заболеваемость детей в возрасте до 14 лет возросла за последние пять лет на 16 процентов, а юношей и девушек в возрасте 15-18 лет - на 18 процентов;
- продолжается рост показателей болезней органов дыхания, сердечно-сосудистой, нервной системы, крови и кровеносных органов, врожденных аномалий и анемий;
- лишь 10 процентов выпускников образовательных учреждений могут быть отнесены к категории здоровых.

Результаты анкетирования, проведенные за последние три года педагогами МУ ДО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» в муниципальных образовательных организациях, и статистические данные органов здравоохранения Республики Коми, подтверждают проблемы состояния здоровья старших подростков: около 38% уже начинают жить половой жизнью, причем около 7% регулярной, вследствие чего растет число урогенитальных инфекций и инфекций передающихся половым путем (ИППП) среди учащихся города.

Поэтому современным подросткам так необходима своевременная комплексная медико-психолого-педагогическая помощь, неотъемлемой частью которой должно стать воспитание ценностного отношения к здоровью. Формирование у подростков привычки ведения здорового образа жизни и принятие мер по лучшей защите учащихся от рисков для здоровья имеют решающее значение для здоровья населения и социальной инфраструктуры страны в будущем, а также для предотвращения проблем со здоровьем в зрелые годы.

Отличительные особенности программы.

Программа способствует развитию научного кругозора, углублению естественнонаучных знаний, поддержанию познавательного интереса; возможности формирования у учащихся ответственного, экологически грамотного поведения в обществе, как социально и личностно значимого компонента образованности человека, овладения знаниями о здоровье. Преимущество данной программы от подобных программ выражено в интеграции теории и практики. Активно сочетаются познавательные задания с практической деятельностью, необходимой для развития гигиенических навыков учащихся. Программа ориентирована на становление мотивационной сферы, норм гигиенического поведения, реализацию освоенных учащимися знаний и представлений в его реальном поведении.

Адресат программы.

Содержание программы предназначено для учащихся 5-11-х классов.

- 12-13 лет – период между детством и юностью называется подростковым. Это один из наиболее кризисных возрастных периодов, связанный с бурным развитием всех ведущих компонентов личности и физиологическими перестройками, обусловленными половым созреванием. В этот период важно проводить работу по совершенствованию гигиенических навыков и профилактике возможных отклонений в

здоровье.

- 14-15 лет – этот возрастной период связан не только с мощными эндокринными перестройками, делающими организм подростка особенно чувствительным к воздействию неблагоприятных условий внешней среды, но и подверженным влиянию вредных для здоровья привычек. На фоне социальной и соматической акселерации, свойственной современным подросткам, их вегетативные системы жизнеобеспечения оказываются более инертными, что ведет к напряжению их деятельности не только при нагрузках, но и в повседневной жизни. В этом возрастном периоде необходимо проводить работу по профилактике «школьных» болезней.

- 16-18 лет – это период перехода от зависимого детства к самостоятельной и ответственной взрослости, что предполагает, с одной стороны, завершение быстрого физического созревания, а с другой — достижение социальной зрелости. У старшеклассников ухудшение здоровья связывают с нарушениями обмена веществ и психоэмоциональным напряжением, обусловленным как образовательным процессом, так и вредными привычками. Всё сочетание факторов низкого психосоматического здоровья и интеллектуального развития обуславливает значительные нагрузки, которые предъявляет обучение к организму учащихся и к их здоровью. В данном возрастном периоде наблюдается ухудшение репродуктивного здоровья; рост употребления наркотических веществ и алкоголя; происходит увеличение случаев заражения инфекциями, передаваемыми половым путем, числа аборт, нарастают проблемы юного материнства. Перечисленные выше проблемы и определяют содержание программного материала для старшеклассников.

Проблема формирования определенных жизненных ориентаций, в том числе ценностного отношения к здоровью, в процессе школьного обучения является одной из ключевых проблем становления жизненного пути учащихся.

Представленные ориентиры и проблемные зоны в области психического и социального развития подростков и юношей в равной степени актуальны для всех категорий учащихся, в том числе, для учащихся с отклоняющимся (девиантным) поведением и учащихся, состоящих на различного вида профилактических учетах (ВШУ, КПДН, ОПДН), а так же учащихся с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ), с инвалидностью, инвалидов, инклюзивно включенных в образовательный процесс классных коллективов.

Для учащихся с ОВЗ, детей - инвалидов, инвалидов всех нозологических групп характерным является следующее: особенности приема, переработки, хранения и использования информации; специфическое формирование понятий; снижение темпа деятельности; снижение работоспособности при длительных умственных и физических нагрузках; трудности адаптации к новым условиям; ограничения возможностей полноценного социального взаимодействия.

Срок освоения программы: учебная программа рассчитана на 14 часов. В 5,6 классах - 4 часа; 7,8 классах - 4 часа; 9,10,11 классах – 6 часов. Программа реализуется в течение учебного года в группах, сформированных на основании договоров о безвозмездном оказании услуг между муниципальными образовательными организациями и МУДО «ЦППМиСП».

Форма обучения – очная. В период невозможности организации образовательного процесса в очной форме (карантин, активированные дни и т.п.) может быть организовано дистанционное обучение.

Формы организации образовательного процесса – групповая, парная, индивидуальная.

Вид занятий – комбинированное занятие деятельностного типа.

Режим занятий – продолжительность занятий до 45 минут в соответствии с расписанием реализации программы в общеобразовательной организации.

1.2. Цель и задачи программы.

Цель программы – формирование ценностного отношения к здоровью и культуры здорового образа жизни учащихся.

Задачи программы – задачи программы определяются в соответствии с заявленными возрастными категориями.

Возрастные категории учащихся	Задачи		
	Обучающие	Развивающие	Воспитательные
11-13 лет	- расширить знания учащихся о здоровье и здоровьесбережении	- способствовать развитию медико-гигиенических навыков и привычек; - развивать способности самостоятельно и эффективно решать задачи, связанные с поддержанием, укреплением и сохранением своего здоровья для эффективного применения в жизненных ситуациях	- способствовать воспитанию выполнения режимных моментов в своей жизнедеятельности
14-15 лет	- расширить знания о здоровье, здоровом образе жизни и профилактике заболеваний	- содействовать развитию навыков, установок, привычек, способствующих физическому, психическому и социальному благополучию для эффективного применения в жизненных ситуациях	- способствовать воспитанию ценностного отношения к собственному здоровью
16-18 лет	- повысить информированность учащихся по вопросам профилактики заболеваний передающихся половым путем; - ознакомить с правилами рационального питания	- способствовать развитию компетентности учащихся в вопросах здоровьесбережения для использования в жизненных ситуациях	- способствовать воспитанию устойчивого позитивного представления о себе, особенностях психического и физического здоровья, осознанного стремления к его сохранению

1.3. Содержание программы

№	Наименование тематических разделов по возрастным категориям/тем	Кол-во часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
5 классы					
1	Гигиенические основы здоровья	2	0,5	1,5	Текущий контроль Анкетирование. Промежуточная аттестация. Анкетирование
6 классы					
2	Гигиенические основы здоровья	2	0,5	1,5	Текущий контроль. Анкетирование. Промежуточная аттестация. Анкетирование.
7 – 8 классы					
3	Осторожно ВИЧ!	2	0,5	1,5	Текущий контроль. Анкетирование. Промежуточная аттестация. Анкетирование.
9 – 11 классы					
5	Болезни, передаваемые половым путем	2	1	1	Текущий контроль. Анкетирование.
6	ВИЧ-инфекция и СПИД, как угроза всего человечества	2	0,5	1,5	
7	Питание и проблемы связанные с ним	2	0,5	1,5	Промежуточная аттестация. Анкетирование.
Итого объем программы		10	4	14	

1.3.1. Учебный план

1.3.2. Содержание учебного плана

5 класс

Тема №1. Гигиенические основы здоровья.

Теория. Образ жизни как определяющий фактор целостного здоровья человека. Физиологические особенности подросткового возраста. Основы личной гигиены (гигиенические привычки и правила, способствующие сохранению и укреплению здоровья). Ошибки и правила питания, заболевания связанные с неправильным питанием, гигиенические вопросы организации сна, режима дня, вопросы профилактики ОРВИ. Текущий контроль. Анкетирование.

Практическая работа: Игровое упражнение «Ключ к здоровью», упражнение «Запах пота – что делать?»; «Когда и как нужно чистить зубы?». Промежуточная аттестация. Анкетирование.

6 класс

Тема №1 «Гигиенические основы здоровья»

Теория. Физиологические особенности подросткового возраста. Этапы полового созревания девочек и мальчиков. Основы личной гигиены (гигиенические привычки и правила, способствующие сохранению и укреплению здоровья). Ошибки и правила питания, гигиенические вопросы организации сна, режима дня, вопросы профилактики ОРВИ. Текущий контроль. Анкетирование.

Практическая работа: Игра «Человек и его здоровье». Игровое упражнение «Собери полезный завтрак». Промежуточная аттестация. Анкетирование.

7 - 8 классы

Тема №1. Осторожно ВИЧ!

Теория. Понятия ВИЧ-инфекция и СПИД, пути заражения и передачи инфекции. Краткая характеристика заболевания. Особенности заболевания (статистика, клиника). Профилактика общественная и личная. Текущий контроль. Анкетирование.

Практическая работа: Упражнение «Ситуации, в которых необходимо сказать «Нет!», игра «Что я знаю», составление синквейна по теме. Промежуточная аттестация. Анкетирование.

9 – 11 классы

Тема №1. Болезни, передаваемые половым путем.

Теория. Краткая характеристика инфекций передающихся половым путем (пути передачи, причины распространения, профилактика). Текущий контроль. Анкетирование.

Практическая работа: Выработать правила безопасного поведения «Живи и дай жить другим».

Тема №2. ВИЧ-инфекция и СПИД, как угроза всего человечества.

Теория. Понятия ВИЧ-инфекция и СПИД, пути заражения и передачи инфекции; особенности заболевания (статистика, клиника, лечение, профилактика).

Практика. Творческая игра: «Что я знаю».

Тема №3. Питание и проблемы связанные с ним.

Теория. Основные требования к рациональному питанию. Ошибки в питании. Проблемы и болезни связанные с нарушением питания.

Практическая работа: Выработка золотых правил питания.

Промежуточная аттестация. Анкетирование.

1.4. Планируемые результаты

Возрастные категории учащихся	Результаты		
	Предметные	Личностные	Метапредметные
11-13 лет	Учащиеся: - демонстрируют знания о здоровье и здоровьесбережении	Учащиеся: - соблюдают режимные моменты в своей жизнедеятельности	Учащиеся: - владеют медико-гигиеническими навыками и привычками в повседневной жизни; - самостоятельно и эффективно решают задачи,

			связанные с поддержанием, укреплением своего здоровья в жизненных ситуациях
14-15 лет	-освоили теоретические знания о здоровом образе жизни и профилактике заболеваний; - имеют представление о путях заражения и признаках болезней передающихся половым путем	- проявляют ценностное отношение к собственному здоровью; - критически относятся к своему поведению, влияющему на состояние здоровья	-владеют навыками, установками, привычками, способствующими физическому, психическому и социальному благополучию и применяют их в жизненных ситуациях
16-18 лет	- информированы о путях заражения и признаках болезней передающихся половым путем и их профилактики; - усвоили правила рационального питания	- имеют устойчивое позитивное представление о себе, особенностях психического и физического здоровья, проявляют стремление к его сохранению	- проявляют компетентностный подход к здоровьесбережению в жизненных ситуациях

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

2.1.1. Материально-техническое обеспечение (оборудование, помещения, материалы, инструменты, используемые при реализации программы).

Все занятия по программе реализуются на базе учебных помещений муниципальных образовательных организаций.

Перечень оборудования учебного помещения: классная доска или флипчарт, столы, стулья для учащихся и педагога.

Перечень технических средств обучения: компьютер, мультимедиа-проектор.

Перечень материалов, необходимых для занятий: мел, маркеры для доски, маркеры для бумаги, стимульный материал к проведению контрольных процедур (анкеты); картотека игр и упражнений..

Учебный комплект на каждого учащегося: тетрадь, ручка.

2.1.2. Учебно-методический комплекс программы

Учебные и информационные ресурсы, дидактические материалы, учебно-методическая литература представлены в учебно-методическом комплексе программы (УМК) (Приложение №1).

2.2 Методы и технологии обучения и воспитания

В процессе проведения занятий по программе используются элементы педагогических технологий (информационно-коммуникационной,

здоровьесберегающей).

Авторами информационно-коммуникационной технологии (ИКТ) являются М.Моисеева, Е.Полат, М.Бухаркина. На занятиях педагог предлагает самостоятельно работать с информацией различных источников, разобраться в проблеме, предложить возможные варианты решения и выбрать лучший из них, что позволяет активизировать учащихся, сочетать индивидуальную, парную и групповую формы работы.

Здоровьесберегающие технологии: организационно-педагогические технологии определяют структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний. Педагог проводит практические упражнения, направленные на создание, в том числе благоприятного психологического климата в классном коллективе, чередует виды учебной деятельности (работа в группах, просмотр видеороликов, выполнение практических заданий).

В рамках проведения занятий планируется включение учащихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов, в образовательный процесс, используя следующие формы и методы работы:

- стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности (используется весь арсенал методов организации и осуществления учебной деятельности с целью психологической настройки, побуждения к освоению программного материала);

- самостоятельной работы и работы под руководством педагога;

- устного контроля и самоконтроля;

- чередования различных видов работы и переключение с одного вида деятельности на другой;

- рефлексия настроения и эмоционального состояния на всех этапах занятия.

В работе с учащимися педагогом используются методы поощрения, педагогического требования, стимулирование интереса и вовлечение в учебную деятельность, индивидуальный подход.

Методы обучения: словесные (диалог); наглядные (демонстрация электронных презентаций); практические (упражнения, анализ и решение проблемных ситуаций), диагностические (тестирование, анкетирование).

Средства обучения: учебные презентации, видеозаписи, буклеты, мультимедийная система.

Программа составлена с учетом следующих принципов:

- доступности – информация дается с учетом возрастных, психологических и физиологических особенностей учащихся, а так же в соответствии с категориями учащихся с ОВЗ, в том числе детей-инвалидов; с учетом социально-экономической среды, окружающей учащихся;

- научности – информация основана на данных современных исследований в области медицины и педагогики;

- использования регионального компонента - при разработке и в ходе занятий учитываются статистические данные по городу и республике;

- дифференциации – создание благоприятной среды для усвоения норм и правил здорового образа жизни каждым учащимся;

- инклюзивная открытость – материал программы адаптирован под особенности здоровья тех учащихся, которые могут испытывать сложности при чтении, прослушивании или совершении каких – либо манипуляций с предлагаемым им материалом и для этого должен иметь специфические формы представления для облегчения его использования.

Воспитательная работа по программе отражена в приложении №3 «План воспитательной работы на учебный год». Воспитательное мероприятие по профилактике приобщения учащихся к употреблению психоактивных веществ и распространения ВИЧ\СПИД «Щит знаний» является важным

В рамках реализации программы проводится работа с родителями (законными представителями), которая проходит в форме тематических лекториев и собраний по итогам реализации каждого раздела программы (Приложение №4 «План работы с родителями (законными представителями) на учебный год»). Содержание лекториев затрагивает гигиенические вопросы, правильного питания и профилактики распространения инфекций, передающихся половым путем, в том числе и ВИЧ - инфекции. Обращается внимание на необходимость профилактической работы на уровне семьи в рамках детско-родительских отношений. Родительские собрания по итогам проведённой работы проводятся с целью активизации родителей в воспитании ценностного отношения у детей к собственному здоровью.

2.3.Формы контроля, промежуточной аттестации

Для оценки эффективности реализации программы «Школа здоровья» проводятся следующие виды контроля: текущий контроль, промежуточная аттестация.

Этапы аттестации учащихся и текущего контроля успеваемости, контрольно-измерительные материалы

Виды контроля, промежуточная аттестация	Цель	Содержание	Форма	Контрольно-измерительные материалы. Критерии.
Текущий контроль	Выявление первичных знаний, понятий по содержанию программы, готовности к работе по программе	Введение в деятельность	Анкетирование	Анкеты для учащихся:5-11 кл. Высокий уровень освоения программы– 80-100% Учащиеся ответили на 6- 7 вопросов анкеты правильно Средний уровень – 31-79%; Учащиеся ответили на 4-5 вопросов анкеты правильно Низкий – от 0 до 30 % Учащиеся ответили на 1-3 вопроса анкеты правильно.

Промежуточная аттестация	Оценка уровня освоения программы	Уровень освоения программы	Анкетирование	Анкеты для учащихся:5-11 кл. Высокий уровень освоения программы– 80-100% Учащиеся ответили на 6- 7 вопросов анкеты правильно Средний уровень– 31-79%; Учащиеся ответили на 4-5 вопросов анкеты правильно Низкий уровень – от 0 до 30 % Учащиеся ответили на 1-3 вопроса анкеты правильно.
--------------------------	----------------------------------	----------------------------	---------------	--

Оценочные материалы оформлены в приложении №2.

2.4.Список литературы

1.Нормативно-правовые документы:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zakon-ob-obrazovanii.ru>;

2.-Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (последняя редакция) «О защите детей от информации, приносящей вред их здоровью и развитию» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/?ysclid=li32xe1e2j88070551;

3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://publication.pravo.gov.ru/document/0001202405070015?ysclid=lwoxhs7mfu137214852&index=1> ;

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/405245425/?ysclid=li32z1bq5o229464864>;

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/73178052/?ysclid=li330udbh8832793959>;

6. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652 «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://normativ.kontur.ru/document?moduleId=1&documentId=414971&ysclid=li332oga8j212129265>

7. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017

№ 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/71770012/?ysclid=li334hz4m9109405043>;

8. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29.05. 2015 № 996-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <http://static.government.ru/media/files/f5Z8H9tgUK5Y9qtJ0tEFnyHlBitwN4gB.pdf>;

9. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/350163313>;

10. Постановление главного 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» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://docs.cntd.ru/document/566085656>;

11. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/400289764/?ysclid=li339m2s4p438841429>;

12. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12. 2018, протокол № 3) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://ioe.hse.ru/data/2020/07/17/1597041961/%D0%A4%D0%9F%20%D0%A3%D1%81%D0%BF%D0%B5%D1%85%20%D0%BA%D0%B0%D0%B6%D0%B4%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf?ysclid=1wqaqzz3d9837583036>;

13. Постановление Правительства Республики Коми от 11.04. 2019 № 185 «О стратегии социально-экономического развития Республики Коми на период до 2035 года» [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://docs.cntd.ru/document/553237768>;

14. План мероприятий по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Коми (утвержден распоряжением Правительства Республики Коми от 06.09.2022 № 385-р) [Электронный ресурс]. – Режим доступа <https://base.garant.ru/405263135/?ysclid=li33etlq3i252804576> ;

15. Решение Совета МО ГО «Сыктывкар» от 08.07.2011 № 03/2011-61 «О Стратегии социально-экономического развития муниципального образования городского округа «Сыктывкар» до 2035 года» (с изменениями на 23 июня 2022 года) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://docs.cntd.ru/document/438993064>;

16. Методические рекомендации Министерства образования и молодежной политики Республики Коми по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Республике Коми от 19.09.2019 № 07-13/631 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sykt-uo.ru/files/.pdf?ysclid=li33hznzjce205693060>;

17. Примерная программа воспитания. Утверждена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 02.06.2020 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://form.instrao.ru>;

- Устав МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cppmisp.ucoz.com/Documents/ustav.pdf>;

18. Лицензия на осуществление деятельности МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://cppmisp.ucoz.com/Documents/licenzija_na_obrazovatelnuju_uslugu.pdf;

19. Положение об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам – дополнительным общеразвивающим программам МУ ДО «ЦППМиСП» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://cppmisp.ucoz.com/Documents/polozhenie_ob_org_i_osusch_obr_deyat-szhatyjszhat.pdf.

2.Список литературы для педагогов.

1. Дерюгина, М. Ю. Педагогические условия формирования ЗОЖ учащихся / М. Ю. Дерюгина. – М.: Мпси, 2007. – 80 с.
2. Малахов, Б. Б. Половое воспитание подростка: пособие для учителей/ Б. Б. Малахов. – М.: Знание, 2009. – 36 с.
3. Назарова, Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие/ Е.Н. Назарова, Ю. Д. Жилов. – М.: Академия, 2007. – 254 с.
4. Ишухина, Е.В. Формирование здорового образа жизни школьников/ Е. В. Ишухина – М. 2011. – 112–115 с.

2.Список литературы для учащихся.

1. Маюров, А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух: учебное пособие для учеников 7 – 11 классов / А.Н. Маюров, Я.А. Маюров. – М.: Педагогическое общество России, 2004. – 148 с.

2.Ляхович, А.В. Это надо знать: о ВИЧ\СПИД и других инфекциях, передаваемых половым путем/ А.В. Ляхович, А.С. Лозовская. – М.: Медицина для Вас, 2003. – 30 с.