



Департамент социального развития
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры

Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного округа – Югры
«Центр социальной помощи семье и детям «Вега»

«Вместе весело шагать»

(профилактическая программа по формированию навыков
здорового образа жизни для детей младшего школьного возраста
города Ханты-Мансийска и Ханты-Мансийского района)

Автор:
А.А. Кузьменкова,
социальный педагог отделения
психолого-педагогической помощи.

Ханты-Мансийск
2011

**Паспорт профилактической программы по формированию навыков здорового образа жизни для детей младшего школьного возраста города Ханты-Мансийска и Ханты-Мансийского района
«Вместе весело шагать»**

Наименование учреждения с указанием территориальной принадлежности	Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа — Югры «Центр социальной помощи семье и детям «Вега», г. Ханты-Мансийск
Наименование программы	«Вместе весело шагать»
ФИО автора (ов)/составителя (ей) с указанием должностей	Кузьменкова А.А., социальный педагог отделения психолого-педагогической помощи
Должностное лицо, утвердившее программу, дата утверждения	Директор Центра «Вега» Шмурыгина С. К., 27.01.2011г.
Направление защиты прав детей (на защиту каких прав детей направлена программа)	Статья 6 - обеспечивают в максимально возможной степени выживание и здоровое развитие ребенка; Статья 27 - признают право каждого ребенка на уровень жизни, необходимый для физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития ребенка;
Инновационность программы (аргументация)	Программа «Вместе весело шагать» - новый подход к организации педагогических условий воспитания ребёнка. Основная цель занятий - обеспечение наиболее благоприятных условий для гармоничного развития, самореализации и социализации каждого ребенка. Основные принципы полностью согласуются с базовыми принципами современного педагогического процесса: принципом развития личности за счет ее собственной активности, ориентация на субъект - субъектное взаимодействие, принципов непрерывности, открытости, гуманизации, индивидуализации. Новизна программы: индивидуальный подход к каждому ребенку основан на принципах педагогики сотрудничества и личностно-ориентированного взаимодействия с детьми. План работы включает в себя все виды деятельности, использование запланированного, ситуативного и косвенного методов общения с детьми.
Целевая группа	Несовершеннолетние от 8 до 11 лет (от 10 до 15 несовершеннолетних)
Цель программы	Создание социально-педагогических условий, позволяющих детям овладеть навыками общения в социуме, через комплекс мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни.
Сроки реализации программы	С 10.02.2013 по 24.05.2013

Актуальность программы

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач страны, которые регламентируется и обеспечивается такими нормативно-правовыми документами, как Закон РФ "Об образовании" (ст.51), "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения", а также Указами Президента России "О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации", "Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации" и др.

Как известно, здоровье человека на 20% зависит от наследственных факторов, на 20% - от природного окружения, на 10% - от уровня здравоохранения и на 50% - от образа жизни человека.^[1] В связи с этим, проблема сохранения здоровья и воспитания потребности в здоровом образе жизни у детей представляет особый интерес для исследователей и является чрезвычайно актуальной.

Вопросы формирования и воспитания потребности в здоровом образе жизни детей рассмотрены в многочисленных работах Н.П. Абаскаловой, Н.М. Амосова, В.К. Бальсевича, И.И. Брехмана, М.Я. Виленского, Г.К. Зайцева, А.Г. Комкова, Г.М. Соловьева, Л.Г. Татарниковой, О.Л. Трещевой и др.

Современные условия жизни и профессиональной деятельности предъявляют исключительно высокие требования к состоянию здоровья, психической устойчивости, физическому развитию, подготовленности человека. Эффективность творческой, профессиональной, спортивной деятельности полностью обусловлена здоровьем человека. За последние десятилетия появилось много новых программ по воспитанию и образованию детей младшего школьного возраста, основное внимание в них уделяется обновлению интеллектуального содержания образования, а вопросы социально-эмоционального развития ребенка раскрыты недостаточно.

Известно, что человек становится личностью в процессе взаимодействия с социальной средой в результате образования и воспитания, усвоение культуры конкретно-исторического общества. Восходящим в таком роде, является принцип социализации, т.е. «вхождение» ребенка в общество. Объем понятия «социализация» значительно более широкий чем «воспитание». Воспитание ставит целью, прежде всего, систему направленных влияний, с помощью которых стараются привить желательные качества и свойства, тогда как социализация включает также непредвиденные спонтанные влияния, из-за которых происходит приобщение к культуре и обретению полноправного статуса гражданина государства.^[2]

Своевременная и успешная социализация ребенка предупреждает развитие девиантного поведения, психологические проблемы в общении с людьми и самореализации будущих граждан.

Программа «Вместе весело шагать» важна и необходима, так как приносит значительные результаты в плане социализации и благополучия каждого ребенка. Формирует у детей социальные навыки поведения, уверенность в себе, понимание своих и чужих чувств, желаний и мнений.

Целевая группа:

Дети младшего школьного возраста. Оптимальное количество участников - 10-15 человек.

¹ По данным ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения, 1985 г.).

² Платонов Ю. П. Социальная психология поведения: Учебное пособие. Санкт-Петербург, 2006.

Цель программы:

Создание социально-педагогических условий, позволяющих детям овладеть навыками общения в социуме, через комплекс мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Сформировать группу несовершеннолетних от 12 до 17 лет из семей, находящихся в трудной жизненной ситуации и/или социально опасном положении;
2. Формировать у детей младшего школьного возраста умения ориентироваться в непривычной социальной среде;
3. Развивать у детей ответственное отношения к своему здоровью;
4. Формировать коммуникативную культуру, развивать умения общаться и сотрудничать; положительные жизненные установки и ценностные ориентации у детей;
5. Оценить уровень раскрытия способностей несовершеннолетних в рамках занятий, анализ эффективности программы.

Формы и методы работы

При реализации программы планируется использование разнообразных форм и методов работы (традиционные (комбинированные) занятия, игры, ролевые ситуации, конкурсы, беседы, выставки, рисование, соревнования, круглые столы, ролевые ситуации, групповые этюды).

Методы и формы могут варьироваться, модифицироваться, добавляться. Каждое занятие, цель будут требовать подчас ситуативного выбора метода.

Этапы и сроки реализации программы

1. Организационный/ диагностический этап (2 недели)

1. Теоретическая подготовка к работе по реализации программы.
2. Методическое обеспечение (тематические разработки к программе, программа, памятки, буклеты).
3. Подготовка материально-технической базы.
4. Согласование с заинтересованными учреждениями и структурными подразделениями Центра.
5. Утверждение программы.

2. Практический этап (9 недель)

1. Осуществление организационных мероприятий.
 - 1.1. Формирование группы участников программы.
 - 1.2. Проведение констатирующей диагностики участников программы.
 - 1.3. Составление заключения по результатам анкетирования.
2. Реализация программы.

3. Аналитический этап (2 недели)

1. Проведение контрольной диагностики участников программы.
2. Анализ эффективности реализации программы.
3. Создание фотоальбома по итогам реализации программы.

Направление деятельности и их содержание

Программа «Вместе весело шагать» - новый подход к организации педагогических условий воспитания ребёнка. Основная цель занятий - обеспечение наиболее благоприятных условий для гармоничного развития, самореализации и социализации каждого ребенка. Основные принципы полностью согласуются с базовыми принципами современного педагогического процесса: принципом развития личности за счет ее собственной активности, ориентация на субъект - субъектное взаимодействие, принципов непрерывности, открытости, гуманизации, индивидуализации.

Новизна программы: индивидуальный подход к каждому ребенку основан на принципах педагогики сотрудничества и личностно-ориентированного взаимодействия с детьми. План работы включает в себя все виды деятельности, использование запланированного, ситуативного и косвенного методов общения с детьми.

Содержание программы

Программа состоит из 6 модулей. В каждом модуле 3 занятия, продолжительностью 40 мин. (Приложение 1).

Осуществление программы строится на единых принципах и подходах к организации и проведению мероприятий: научно-методическая грамотность; дифференцированный, индивидуальный подход при педагогическом воздействии на участников программы, этапность проведения, системность.

№	Модули	Тема занятия	Количество времени	Задачи
1.	ЗОЖ	1. Знакомство. 2. Определение здорового образа жизни. 3. Полезные привычки	40 мин.	1. Установление доверительных отношений. 2. Сплочение детского коллектива. 1. Формирование представления о важности здорового образа жизни, как общественного и ответственного. 1. Формирование определенного объема знаний, представлений о здоровом образе жизни. 2. Формирование личной ответственности за свое здоровье.
2.	Правила общения	1. Почему важно уметь общаться с другими людьми 2. Основные правила общения с ровесниками и	40 мин.	1. Рассказать, что каждый человек живет в окружении других людей. 2. Объяснить, почему люди стремятся жить вместе. 3. Раскрыть суть таких понятий, как одиночество и коллективизм. 1. Учить применять основные правила общения со сверстниками и взрослыми людьми – друзьями, родственниками, учителями,

		старшими		<p>знакомыми и незнакомыми.</p> <p>2. Попробовать составить диалоги общения с окружающими людьми.</p> <p>1. Повторить основные приемы общения с незнакомыми людьми.</p> <p>2. Учить практически пользоваться правилами поведения с незнакомыми людьми, а также составлять диалоги общения с ними, соблюдая требования осторожности.</p>
3.	Общение и конфликты	<p>1.Что такое конфликты</p> <p>2.Почему возникают конфликты</p> <p>3.Как найти пути решения конфликтной ситуации</p>	40 мин.	<p>1. Объяснить, что такое конфликт.</p> <p>2. Определить, какие эмоции обычно сопровождают конфликт.</p> <p>3. Рассказать, какое поведение позволяет избежать конфликта.</p> <p>1. Сообщить основные признаки конфликта.</p> <p>2. Научить различать конфликты и ситуации, которые конфликтом не являются.</p> <p>3. Учить определять причины возникновения конфликта.</p> <p>4. Объяснить, на какие группы делятся конфликты.</p> <p>5. Уметь определять и объяснять основные источники конфликта.</p> <p>1. Учить распознавать различные виды конфликтов.</p> <p>2. Рассказать о различных стратегиях разрешения конфликтов.</p> <p>3. Учить умению находить пути решения конфликтных ситуаций, используя пятиступенчатую модель разрешения конфликта.</p>
4.	Здоровье и эмоции.	1.Твои эмоции и здоровье	40 мин.	<p>1. Объяснить, что все, что происходит в жизни, вызывает у человека различные чувства, или эмоции.</p> <p>2. Особо отметить, что эмоции могут влиять положительно или отрицательно на здоровье человека.</p> <p>3. Учить определять внутреннее состояние человека по его мимике, жестам.</p> <p>1. Вспомнить, что эмоции человека</p>

		<p>2. Положительные и отрицательные эмоции. Оптимизм и пессимизм</p> <p>3. Умеешь ли ты управлять своими эмоциями</p>		<p>могут положительно или отрицательно влиять на его жизненные установки.</p> <p>2. Объяснить, что оптимизм связан с положительными эмоциями, а пессимизм – с отрицательными.</p> <p>3. Заострить внимание на том, что оптимисты и пессимисты переживают неприятные моменты жизни по-разному.</p> <p>4. Рассмотреть, как могут сказаться на здоровье человека переживания, связанные с горем, обидой, неприятностями.</p> <p>1. Объяснить, почему нужно сдерживать слишком сильные эмоции – как положительные, так и отрицательные.</p> <p>2. Учить сдерживать слишком сильные эмоции в общении с другими людьми.</p>
5.	Школа и здоровье	<p>1. Зачем человеку нужна школа. Как научиться учиться</p> <p>2. Почему мы иногда не любим ходить в школу</p> <p>3. Как нужно слушать на уроке. Внимание и память</p>	40 мин.	<p>1. Рассказать, почему обучение в школе очень важно для каждого человека.</p> <p>2. Добиться умения аргументировано отвечать на вопрос «Нужна ли человеку школа и зачем».</p> <p>3. Заложить понимание того, что благодаря полученным знаниям человек создает сложный мир современной техники.</p> <p>1. Учить умению учиться на собственном опыте.</p> <p>2. Показать, как важно уметь анализировать причины возможных неудач в учебе.</p> <p>3. Учить преодолевать трудности и понимать, что многие проблемы можно решить самостоятельно или с помощью взрослых.</p> <p>1. Добиться понимания, в чем заключаются основные причины невнимательности на уроке, при работе с учебником и при выполнении домашних заданий.</p>

				2. Учить преодолевать свою невнимательность, сосредотачиваться на учебной работе.
6.	Знаешь, как быть здоровым, – действуй!	1. Как принимать решения, делать правильный выбор во благо здоровья 2. Как действовать, чтобы сберечь здоровье – важнейшую жизненную ценность 3. Что конкретно ты можешь сделать, чтобы быть здоровым	40 мин.	1. Учить в ситуации выбора принимать решения, способствующие сохранению и укреплению своего здоровья, здоровья близких и друзей. 1. Углубить понимание, что здоровье – важнейшая жизненная ценность для каждого человека. 2. Учить принимать решения и действовать во благо своего здоровья и здоровья других людей. 1. Учить формулировать и высказывать свои предложения по обозначенной проблеме. 2. Помочь формулировать цель, планировать и организовывать свою деятельность для ее достижения. 3. Учить оценивать результаты своей деятельности.

Ресурсы

Кадровые: Социальный педагог

Материальные:

№ п\п	Наименование	Количество
1.	Аудиоаппаратура: магнитофон, музыкальный центр	1 шт. 1 шт.
2.	Канцелярские принадлежности: простые карандаши, цветные карандаши, альбомы для рисования, ватманы, ластики печатная бумага форматов А-4, набор файлов	24 шт. 12 пач. 6 шт. 12 шт. 24 шт. 1 уп. 1 уп.
3.	Игровой материал: мягкие игрушки, мячик	5 шт.

Информационные: средства массовой информации

Ожидаемые результаты

№ п/п	Показатель	Критерий	Инструментарий
1.	Позитивное отношение и соблюдение детьми нравственных норм и правил, существующих в обществе.	- Сформирован; - Не сформирован; - Частично сформирован.	Наблюдение, анкетирование, беседа.
2.	Снижение эмоциональных нарушений; устойчивое, адекватное эмоциональное реагирование ребенка на внешние факторы.	- Сформирован; - Не сформирован; - Частично сформирован.	Наблюдение, анкетирование, беседа.
3.	Повышение коммуникативной компетентности детей в общении со сверстниками.	- Сформирован; - Не сформирован; - Частично сформирован.	Наблюдение, анкетирование, беседа.
4.	Сформированность положительных жизненных установок и ценностных ориентаций у детей.	- Сформирован; - Не сформирован; - Частично сформирован.	Наблюдение, анкетирование, беседа.

Методы оценки

В начале реализации основного этапа программы планируется провести констатирующую диагностику с целью изучения сформированности выше заявленных уровней знаний.

Заключительный этап планируется начать с проведения контрольной диагностики.

Сравнивая, полученные результаты констатирующей и контрольной диагностик и их динамику мы можем провести анализ эффективности реализации программы.

Библиографический список

1. Вербовская Е.В. Психогимнастика. Н.Новгород, 1998.
2. Воронов В.В. Технология воспитания: пособие для преподавателей вузов, студентов и учителей. Москва, 2001.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Пути к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. Санкт-Петербург, 1998.
4. Карпова Е.В. Дидактические игры в начальный период обучения. Ярославль, 1997.
5. Короткова Л.Д. Духовно-нравственное воспитание средствами авторских сказок. Методическое пособие. Москва, 2006.
6. Маханова М.Д., Решикова С.В. Мы с друзьями - целый мир (социально-эмоциональное развитие детей). Москва, 2007.
7. Минский Е.М. Игры и развлечения в группе продленного дня. Москва, 1993.
8. Платонов Ю. П. Социальная психология поведения: Учебное пособие. Санкт-Петербург, 2006.
9. Салыхова Л.И. Родительские собрания. Сценарии, рекомендации, материалы для проведения. 1-4 классы. Москва, 2007.
10. Степанов Н.Е. Планирование воспитательной работы в классе: Методическое пособие. Москва, 2006.
11. Щуркова Н.Е. Программа воспитания школьника. Москва, 1998.
12. Щуркова Н.Е., Питюков В.Ю., Савченко А.П., Осипова Е.А. Новые технологии воспитательного процесса. Москва, 1993.

Структура программы

