

**Описание дополнительной общеразвивающей программы
«Дорога здоровья» в ОДОД ГБОУ школы №203
Красносельского района Санкт-Петербурга на 2023-2024 учебный год**

Дополнительная общеразвивающая программа «Дорога здоровья» разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ школы №203.

Основные характеристики программы

Направленность программы

Направленность программы – социально-гуманитарная.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей 7 лет, любого пола, не обладающих специальными знаниями.

Актуальность программы

Формирование ЗОЖ является главным рычагом первичной профилактики укрепления здоровья учащихся через изменение стиля и уклада жизни, его оздоровления с использованием гигиенических знаний в борьбе с вредными привычками, преодолением неблагоприятных сторон, связанных с жизненными ситуациями.

Общая цель всей деятельности в данном направлении – не только научить ребенка объективно оценивать свои действия и поступки (соответственно особенностям своего возраста), а развить веру в свои возможности и силы, адекватно реагировать на сложную жизненную ситуацию и делать свой собственный выбор. Помочь ему достигнуть социально-значимых результатов в жизни, и получить грамотно и своевременно дозированную информацию о разрушающем эффекте вредных привычек не только на организм человека, но на саму жизненную ситуацию.

Уровень освоения программы

Уровень освоения программы – общекультурный.

Срок и объем реализации программы

Программа рассчитана на один год обучения, 72 учебных часа.

Цель программы

Формирование убеждения о необходимости приобщения к здоровому образу жизни, создание наиболее благоприятных условий для формирования у младших школьников отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи программы

Обучающие:

- знакомство с основами здорового образа жизни;
- формирование компетентности обучающегося в сфере здоровья – понимание роли здоровья в обеспечении активной и продолжительной жизни.

Развивающие:

- развитие любознательности;
- приобретения знаний об основных факторах риска;
- формирование духовного здоровья учащихся.

Воспитательные:

- Формирование мотивации на сохранение и укрепление здоровья;
- формирование навыков общения и работы в группе;
- воспитание ответственности.

Планируемые результаты освоения учащимися программы

Личностные результаты:

- стремление к дальнейшему совершенствованию;
- умение регулировать эмоциональное состояние и контролировать свое

поведение

- формирование гражданской идентификации.

Метапредметные результаты:

- *коммуникативные*

- умение конструктивно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми;

- *регулятивные*

- умение самостоятельно принимать решения и нести ответственность за них;

- *познавательные*

- умение применять полученные знания в повседневной жизни.

Предметные результаты:

- *знания*

- расширение объёма знаний о здоровье и здоровом образе жизни;

- *умения*

- улучшение поведения, направленное на здоровый образ жизни;

- *навыки*

- способность дифференцировать свои эмоциональные состояния и распознавать

эмоциональные состояния окружающих

Отличительные особенности программы

Данные занятия представляют собой совокупность рисуночных заданий, тестов, психогимнастических упражнений, направленных помочь подросткам освоить разные виды творческого и осмысленного времяпрепровождения и расширить их временную перспективу. Именно с помощью творческих заданий можно удовлетворить потребность ребенка в «путешествиях», в стремлении найти другой мир, где его понимают, его любят, принимают, мир в котором он герой, способный вынести тяготы и боль жизни. Изучение учащимися других миров на наших занятиях, начинается для них с познания такого близкого, однако такого незнакомого мира – самого себя. Акцент в работе педагога-психолога стоит на

ф

о

р

м

и

р

о

в

а

н

и

и

у

п

о

д

р

о

с

т

к

а

о

с

о

з

н