

**АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УДМУРТСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВАЛЕНТИНА ГЕОРГИЕВИЧА СТАРИКОВА»**

Рассмотрено на заседании
методического объединения
« 16 » августа 2023 г.
протокол № 1

Согласовано
Зам. руководителя по ВР Е.А. Кривеня _____
«17» августа 2023г.

Утверждаю:
Руководитель Удмуртского кадетского корпуса:
_____/Т.А. Караваева/
приказом №150-ос от 30.08.2023г.

**Рабочая программа воспитания
«ЗДОРОВЬЕ»
для обучающихся основного общего образования
автономного общеобразовательного учреждения
«Удмуртский кадетский корпус Приволжского федерального округа
имени Героя Советского Союза Валентина Георгиевича Старикова»
(ФГОС 2021 г.)**

Воспитатели:

Гришина Т.Г., воспитатель 1 квалификационной категории;
Варламова Н.В., воспитатель 1 квалификационной категории;
Буранова Н.Г., воспитатель 1 квалификационной категории;
Хасанянова Ф.М., воспитатель 1 квалификационной категории;
Талбутдинова М.А., воспитатель;
Васева А.А., воспитатель;
Протасова О.П., воспитатель

2023 год

Пояснительная записка «Здоровье»

Основные направления:

- психическое и физическое здоровье;
- культура сохранения собственного здоровья и здоровья родных и близких людей;
- традиции и обычаи нации и семьи по сохранению здоровья;
- гигиена, гармония души и тела;
- воля и волевые качества человека для сохранения здоровья;
- семейный уклад и традиции семей, ЗОЖ, как норма жизни в семье;
- защищенность ребенка в семье.

Цель:

1. Создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений обучающихся, и, прежде всего, ценностных отношений:
 - к здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир;
 - к окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества;
 - к самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и само реализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее;
 - отношение к семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья;
 - к труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.

Задачи:

- развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья;
- формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;
- воспитание сознательного отношения к сохранению собственного здоровья, стремления к выполнению режима дня, правильному питанию, интереса и привычки к регулярным занятиям спортом;
- знакомить учащихся с опытом и традициями предыдущих поколений по сохранению здоровья нации;

- воспитание уважения к людям, занимающимся спортом, стремящихся к здоровому образу жизни;
- обучать правилам поведения в экстремальных условиях, связанных с угрозой жизни и здоровью;
- обучать подростков способам овладения различными элементами ЗОЖ, спортивно-оздоровительной деятельности. Помощь в осуществлении ими самостоятельного планирования, организации, проведения и анализа наиболее значимых для них дел и проектов спортивно-оздоровительной и санитарно-просветительской направленности.

Реализация:

- сотрудничество с медицинским персоналом школы и медицинскими учреждениями города с целью изучения состояния физического здоровья учащихся класса;
- сотрудничество с родителями учащихся и учителями-предметниками;
- сотрудничество с психологом школы для изучения психофизиологического состояния учащихся и возможной коррекции здоровья учащихся;
- сотрудничество с психологической службой школы, организующей консультативную индивидуальную и групповую работу, работу с родителями;
- сотрудничество с общественными и правовыми организациями в целях сохранения психического и физического здоровья и благополучия ребенка;
- организация внеклассных мероприятий, формирование положительного отношения к занятиям физкультурой и спортом;
- спортивные мероприятия и соревнования;
- день здоровья;
- занятия в спортивных кружках и секциях;
- инструктажи по технике безопасности по ПДД, противопожарной безопасности;
- проветривание кабинета;
- влажная уборка;
- работа по профилактике простудных заболеваний.

Участники программы: кадеты среднего звена, педагогический коллектив, родители, медицинские работники школы и лечебных учреждений города, педагоги дополнительного образования.

Оценка эффективности:

- количество реализованных мероприятий;
- количество лиц, вовлеченных в процесс реализации данной программы.

Ожидаемый результат:

Реализация данной программы позволит:

- привить устойчивое сознание здорового образа жизни;
- учащимся иметь теоретические и практические знания, умения и навыки, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровья;
- познакомить учащихся с лучшими нравственными традициями спорта;
- вовлечь значительное число учащихся в процесс физического самосовершенствования.

Личностные результаты должны отражать:

- бережное отношение к физическому здоровью, соблюдение основных правил здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде;
- умение владеть основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе;
- ориентироваться на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;
- сознавать и принимать свою половую принадлежность и соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учетом возраста;
- осознание ценности жизни;
- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
- соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием.

Работа с родителями:

Работа с родителями или законными представителями обучающихся осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания, которое обеспечивается согласованием позиций семьи и корпуса в данном вопросе. Работа с родителями или законными представителями осуществляется в рамках следующих видов и форм деятельности:

На групповом уровне:

- Общешкольный родительский комитет и Попечительский совет школы, участвующие в управлении образовательной организацией и решении вопросов воспитания и социализации их детей;

- семейные клубы, предоставляющие родителям, педагогам и детям площадку для совместного проведения досуга и общения;
- общешкольные родительские собрания, происходящие в режиме обсуждения наиболее острых проблем обучения и воспитания школьников;
- родительские форумы при школьном интернет-сайте, на которых обсуждаются интересующие родителей вопросы, а также осуществляются виртуальные консультации психологов и педагогов.

На индивидуальном уровне:

- работа специалистов по запросу родителей для решения острых конфликтных ситуаций;
- участие родителей в педагогических консилиумах, собираемых в случае возникновения острых проблем, связанных с обучением и воспитанием конкретного ребенка;
- помощь со стороны родителей в подготовке и проведении общешкольных и внутриклассных мероприятий воспитательной направленности;
- индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.

Содержание программы:

Даная программа предусматривает теоретические и практические занятия по вопросам сохранения физического и психического здоровья в условиях системы интерната, методам его укрепления и самосовершенствования, а также создание наиболее целостной картины и представления о семьях учащихся, о стиле взаимоотношений между детьми и родителями; о семейном укладе и традициях, духовных ценностях и нравственных приоритетах семьи, материальном положении; о традициях семьи по поддержанию ЗОЖ.

Воспитательно-тематический план:

№	Дела, события, мероприятия	параллель	Ориентировочное время проведения	Ответственный
1	Диспут «Каждый человек – гений?»	5	1 неделя октября	Воспитатели
2	Познавательный час « Когда я ем.....»	5	2 неделя ноября	Воспитатели
3	Библиотечный час « Подросток – стиль жизни – здоровье»	5	2 неделя января	Воспитатели
4	Час общения « По одежке встречаются»	5	2 неделя марта	Воспитатели
5	Спортивные игры «Спортивные увлечения в жизни моей семьи »	5	3 неделя мая	Воспитатели
6	Беседа «Режим дня. Для чего он нужен?»	6	ноябрь	Воспитатели
7	Деловая игра «Подросток – стиль жизни – здоровье»	6	декабрь	Воспитатели
8	Беседа «Что такое гигиена?»	6	март	Воспитатели
9	Беседа «По одежке встречаются»	6	апрель	Воспитатели
10	Беседа, презентации «Мой любимый вид спорта»	6	сентябрь	Воспитатели
11	Игра «Веселые старты»	6	январь	Воспитатели
12	Соревнования, игры «Я выбираю спорт!» (Урок. РФ)	6	Май	Воспитатели
13	Беседа «Воспитание характера»	7	2 неделя декабря	Воспитатели
14	Беседа «Как воспитать силу воли?»	7	3 неделя января	Воспитатели
15	Беседа-игра «От вредных привычек к здоровому образу	7	1 неделя февраля	Воспитатели

	жизни»			
16	Беседа-презентация «История популярных видов спорта»	7	3 неделя марта	Воспитатели
17	Диспут «Почему важно заниматься спортом?»	7	2 неделя апреля	Воспитатели
18	Беседа «Что нужно знать о пище и режиме питания»	7	2 неделя сентября	Воспитатели
19	Беседа «Одежда, внешний вид»	7	3 неделя октября	Воспитатели
20	Беседа «Гигиена. Три минуты на все?!»	7	2 неделя января	Воспитатели
21	Беседа-презентация «Я хочу жить»	8	3 неделя сентября	Воспитатели
22	Диспут «Ты то, что ты ешь»	8	3 неделя октября	Воспитатели
23	Круглый стол «Стресс и борьба с ним»	8	3 неделя ноября	Воспитатели
24	Диспут «Спор о вреде и пользе курения»	8	1 неделя декабря	Воспитатели
25	Игра-викторина «Рыцарский турнир ЗОЖ»	8	2 неделя февраля	Воспитатели
26	Беседа «Мудрость наших предков. Притчи о здоровье»	8	4 неделя марта	Воспитатели
27	Викторина «Герои российского спорта»	8	2 неделя апреля	Воспитатели
28	Диспут «Ты то, что ты ешь»	9	1 неделя октября	Воспитатели
29	Круглый стол «Стресс и борьба с ним»	9	2 неделя ноября	Воспитатели
30	Беседа «Мудрость наших предков. Притчи о здоровье»	9	2 неделя января	Воспитатели
31	Беседа «Движение	9	2 неделя марта	Воспитатели

	это жизнь!»			
	Спортивные игры «Спортивные увлечения в моей жизни»	9	3 неделя мая	Воспитатели

Учебно-методическое обеспечение

1. Альтшулер В.Б. Вредные привычки – угроза здоровью. М., 2010.
2. Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А., Положевич П., Прутченков А., Смирнова Г. Учебно-методическое пособие для учителей средней школы. М., 2009.
3. Ахметова И., Иванова Т., Иоффе А., Положевич П., Прутченков А., Смирнова Г. Рабочая тетрадь для учеников средней школы. М., 2009.
4. Веркин Э. Мальчишкам до 16 и старше. М., 2009.
5. Данилина А., Данилина И. Как спасти детей от наркотиков. М., 2011.
6. Дереклеева Н.И. Справочник классного руководителя. 5-11 классы. М., 2009.
7. Еременко Н.И. Профилактика вредных привычек. 5-11 классы. Волгоград, 2008.
8. Павлова О.В. Попова Г.П. Пожарная безопасность. Конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах. Волгоград, 2006.
9. Рожков М.И. Классному руководителю. Учебно-методическое пособие. М., 2011.
10. Рыбин А.Л., Маслов М.В. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. М., 2010.

Электронные образовательные ресурсы

11. Блог школьного всезнайки. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.e-parta.ru/>
12. Видеохостинг YouTube. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.youtube.com/>
13. Внеучебная деятельность и воспитание в школе (авторский сайт П.В. Степанова). [Электронный ресурс]. URL: <http://vneuchebnaya.ucoz.ru>
14. Внеклассные мероприятия. [Электронный ресурс]. URL: <http://school-work.net>
15. Для классных руководителей. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.uroki.net/docklruk.htm>
16. Добрая дорога Детства. [Электронный ресурс]. URL: www.dddgazeta.ru
17. Классный пресс-центр. [Электронный ресурс]. URL: <http://obrazets.ucoz.ru/dir/10>
18. Классному руководителю. [Электронный ресурс]. URL: http://www.debryansk.ru/~lpsch/kl_ruk/
19. Клуб классных руководителей. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.proshkolu.ru/club/classru>
20. Методическая копилка учителя, воспитателя, родителя. [Электронный ресурс]. URL: http://zanimatika.narod.ru/ZOJ_gigiena.htm

21. Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа" [Электронный ресурс]. URL: <http://old.mon.gov.ru/dok/akt/6591/>
22. Педсовет. org [Электронный ресурс]. URL: <http://pedsovet.org/>.
23. Приложение Web 2.0 [Электронный ресурс]. URL: <http://learningapps.org/>
24. Родителям и детям. [Электронный ресурс]. URL: <http://family.fskn.gov.ru/>
25. Справочник классного руководителя. [Электронный ресурс]. URL: <http://klass.resobr.ru>
26. Сеть творческих учителей. [Электронный ресурс]. URL: http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=1191&tmpl=com
27. Современный учительский портал. [Электронный ресурс]. URL: http://easyen.ru/load/klassnye_chasy/patrioticheskoe_vospitanie/111
28. Социальная сеть работников образования. [Электронный ресурс]. URL: <http://nsportal.ru/shkola/>
29. Сценарии школьных и внешкольных праздников. [Электронный ресурс]. URL: www.uroki.net/scenar.htm
30. Учебно-методический кабинет. [Электронный ресурс]. URL: <http://ped-kopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/page-2>
31. Учительский портал. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.uchportal.ru/load/90>
32. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». [Электронный ресурс]. URL: <http://festival.1september.ru>

