

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАЛИНИНСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТАНИЦЫ КАЛИНИНСКОЙ

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 8  
от «21» 11 2025 г.

Утверждаю  
Директор МБУ ДО  
ДДТ ст.Калининской  
Н.П.Косик  
Приказ № 17  
от «21» 11 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«Поколение ЗОЖ»**

Уровень: ознакомительный  
Срок реализации программы: 6 дней (12 часов)  
Возрастная категория: от 5 до 15 лет  
Состав группы: от 10 человек  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная  
Программа реализуется на бюджетной основе  
ID номер в АИС «Навигатор»: 73951

Автор-составитель:  
Рассолова Анастасия Николаевна  
педагог дополнительного образования

ст. Калининская  
2025г.

## Содержание

|                                                                                                           |                                                                               |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Нормативно-правовая база</b>                                                                           |                                                                               | <b>3</b>  |
| <b>Раздел №1 «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»</b> |                                                                               | <b>6</b>  |
| 1.1.                                                                                                      | Пояснительная записка                                                         | 6         |
| 1.2.                                                                                                      | Цель и задачи программы                                                       | 9         |
| 1.3.                                                                                                      | Содержание программы                                                          | 10        |
| 1.3.1.                                                                                                    | Учебный план                                                                  | 10        |
| 1.3.2.                                                                                                    | Содержание учебного плана                                                     | 11        |
| 1.4.                                                                                                      | Планируемые результаты освоения программы                                     | 11        |
| <b>Раздел №2 «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»</b>            |                                                                               | <b>13</b> |
| 2.1.                                                                                                      | Календарный учебный график                                                    | 13        |
| 2.2.                                                                                                      | Рабочая программа воспитания                                                  | 13        |
| 2.3.                                                                                                      | Условия реализации программы                                                  | 15        |
| 2.4.                                                                                                      | Формы контроля и аттестации                                                   | 15        |
| 2.5.                                                                                                      | Оценочные материалы                                                           | 16        |
| 2.6.                                                                                                      | Методические материалы                                                        | 16        |
| 2.7.                                                                                                      | Порядок проверки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы | 19        |
|                                                                                                           | Список литературы                                                             | 20        |
|                                                                                                           | Приложение                                                                    | 21        |

### **Нормативно-правовая база**

Нормативно-методические основы разработки дополнительной общеобразовательной программы «Поколение ЗОЖ» представлены в следующих нормативно-правовых документах:

1. Федеральный закон 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г. «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
2. Федеральный Закон от 21 июля 2014 г. № 212-ФЗ «Об основах общественного контроля в Российской Федерации».
3. Федеральный Закон «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» от 13 июля 2020 г. № 189-ФЗ.
4. Федеральный закон от 28.12.2022 № 568-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с принятием Федерального закона «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере».
5. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2024 г. № 309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года».
6. Постановление Правительства Российской Федерации от 13 февраля 2021 г. № 183 «Об утверждении Положения о структуре реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере и порядке формирования информации, включаемой в такой реестр, а также Правил исключения исполнителя государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере из реестра исполнителей государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере в соответствии с социальным сертификатом на получение государственной (муниципальной) услуги в социальной сфере».
7. Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. №1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Национальный проект «Молодёжь и дети» (разработан в соответствии с Указом Президента Российской Федерации от 7 мая 2024 года №309 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года и на перспективу до 2036 года»).
9. Федеральный проект «Мы вместе (Воспитание гармонично развитой личности)» в рамках национального проекта «Молодёжь и дети».
10. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р).

11. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 1 июля 2025 г. № 1745-р «О внесении изменений в Концепцию развития дополнительного образования детей до 2030 года, утв. распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р, и утверждении плана мероприятий по реализации Концепции».

12. Письмо Минобрнауки РФ «О направлении методических рекомендаций по организации независимой оценки качества дополнительного образования детей» № ВК-1232/09 от 28 апреля 2017 г.

13. Приказ Минпросвещения России от 3 сентября 2019 г. № 467 (ред. от 21.04.2023) «Об утверждении Целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей».

14. Приказ Минтруда России от 22.09.2021 г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (зарегистрирован Минюстом России 17 декабря 2021 г., регистрационный № 66403).

15. Письмо Минпросвещения России от 31.01.2022 № ДГ-245/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»).

16. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

17. Письмо Минпросвещения России от 27.03.2023 N 06-545 «О направлении информации» (вместе с «Информационно-методическим письмом об организации в соответствии с Законом о социальном заказе реализации дополнительных общеобразовательных программ (за исключением дополнительных предпрофессиональных программ в области искусств)»).

18. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.03.2025 № 253 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере общего, среднего профессионального образования и соответствующего дополнительного профессионального образования, профессионального обучения, дополнительного образования детей и взрослых, организации отдыха и оздоровления детей, а также оказания им при этом необходимой помощи» (зарегистрирован 15.05.2025 № 82197).

19. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

20. Постановление Главного государственного санитарного врача 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».

21. Постановление Главного государственного санитарного врача от 17.03.2025 №2 «О внесении изменений в санитарные правила и нормы СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача от 28.01.2021 №2.

22. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3442.

23. Методические рекомендации «Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной программы», разработанные ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания».

24. Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны (Письмо Минпросвещения России от 29.09.2023 N АБ-3935/06 «О методических рекомендациях»).

25. Распоряжение главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 11 августа 2022 г. № 329-р «Об утверждении плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 – 2024 годы), в Краснодарском крае».

26. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, разработанные региональным модельным центром дополнительного образования детей Краснодарского края.

27. Устав МБУ ДО ДДТ ст. Калининской.

28. Локальные акты МБУ ДО ДДТ ст. Калининской.

## Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

### 1.1. Пояснительная записка

Программа «Поколение ЗОЖ» имеет **физкультурно-спортивную направленность** и по сроку реализации является краткосрочной. Содержание программы направлено на укрепление здоровья учащихся, развитие двигательной активности и формирование потребности в здоровом образе жизни у учащихся.

Программа имеет **ознакомительный уровень** и призвана познакомить учащихся с основами здорового образа жизни, здорового питания, ежедневных физических нагрузок, режима труда и отдыха, развивать спортивные навыки.

В процессе реализации программы, учащиеся учатся выносливости, командному взаимодействию, высоким моральным качествам, дисциплинированности и трудолюбию. Формируются такие навыки как ловкость, скоростно-силовые способности, гибкость, умение анализировать поставленные задачи и условия выполнения действия, спортивное трудолюбие, способность преодолевать специфические трудности.

**Актуальность** программы заключается в том, что приоритетной задачей Российского государства признана всемирная поддержка физической культуры и массового спорта, как важной основой оздоровления нации. Здоровье подростка представляет собой критерий качества современного образования. Данная программа как раз и направлена на решение этих задач.

**Отличительной особенностью** образовательной программы является организация учебного процесса, который включает в себя не только занятия с педагогом, но и активную самостоятельную тренировочную деятельность.

**Новизна.** Концептуальная новизна программы заключается в интеграции различных образовательных областей физкультурно-спортивной направленности и дает ребенку возможность разностороннего физического развития, продуктивного внедрения в образовательный процесс здоровьесберегающих и оздоровительных технологий, комплексного воздействия различных видов двигательной активности, с целью совершенствования физических показателей; в раскрытии творческого потенциала личности; в социализации личности в коллективе и развития гармоничной личности в условиях сотворчества в детском коллективе.

**Педагогическая целесообразность** данной программы заключается в том, что она обеспечивает обучение, воспитание и развитие учащихся, формирование человека и гражданина, интегрированного в современное общество. Данная программа интегрирует основные стороны воспитания: идейное, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое и значительно расширяя кругозор учащихся.

**Отличие программы** заключается в том, программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: физкультурой, окружающим миром, биологией, валеологией. Программа составлена в соответствии с современными нормативными правовыми актами и государственными программными документами по дополнительному образованию, требованиями новых методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ и с учетом задач.

Большое внимание уделяется **региональному компоненту**. Учащиеся знакомятся с традиционными казачьими спортивными состязаниями. Также знакомятся с культурным национальным наследием Кубани и его развитием. Это способствует формированию гражданской идентичности и национального самосознания подрастающего человека, гражданина своей страны.

Программа объединения создает условия для социального, культурного и **профессионального самоопределения** учащихся. В ходе реализации программы, учащиеся знакомятся с различными спортивными профессиями (в области физкультурно-спортивной деятельности), тренер, врач спортивной медицины, комментатор, арбитр, фитнес- тренер.

**Значимость программы для социально-экономического развития муниципального образования и региона в целом.**

Согласно Стратегии социально-экономического развития муниципального образования Калининский район до 2030 года, одной из стратегических целей является накопление человеческого капитала - мотивированных людей, умеющих находить баланс между консервативным и прогрессивным, ценящих здоровье, семью и дружеское общение. Для реализации этой цели необходимо выполнение такой задачи, как предоставление возможности каждому человеку на протяжении всей жизни самостоятельно выбирать и приобретать необходимые компетенции, создавать индивидуальную траекторию обучения, развивать и реализовывать свой потенциал. Именно эту задачу и призвана решать данная программа через развитие творческих способностей, привитие традиционных российских ценностей, проведение соответствующих воспитательных мероприятий начиная с раннего школьного возраста.

**Адресат программы.** Возраст детей, на которых ориентирована программа, имеет диапазон от 5 до 15 лет. Состав детского объединения - постоянный. Набор в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей) в соответствии с локальным актом (правилами приема, перевода, отчисления и восстановления учащихся), согласия родителей (законных представителей) на обработку персональных данных, копии свидетельства о рождении или паспорта, договора об образовании (сотрудничестве) между муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования домом детского творчества

станции Калининской и родителями (законными представителями) учащегося, медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

В объединение могут приниматься учащиеся без требований к предварительной подготовке.

Программа предусматривает возможность **обучения детей с разными образовательными потребностями**: детей с высокой мотивацией к предметной области программы, талантливых и одаренных детей, детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Форма обучения** – очная.

**Режим занятий**- 5 раза в неделю по 2 академических часа, количество часов в неделю - 10 часов, 12 часов за весь период обучения (6 дней).

**Особенности организации образовательного процесса.** Основной формой обучения является занятие. Группы формируются как разновозрастные, так и разновозрастные. Для учащихся 5-7 лет продолжительность академического часа составляет 30 минут, для учащихся 8-14 лет – 45 минут. Виды занятий определяются содержанием программы. При этом используются беседы, дискуссии, учебные игры, конкурсы, практические занятия, тренинги, походы, круглые столы и др. Занятия проводятся с полным составом группы, при этом по мере приобретения опыта учащимся делается больший упор на индивидуальные формы работы.

Одно из главных условий успеха обучения детей и развития их творчества – это **индивидуальный подход к каждому ребенку**. Важен и принцип обучения и воспитания в коллективе. Он предполагает сочетание коллективных, групповых, индивидуальных форм организации на занятиях. Коллективные задания вводятся в программу с целью формирования опыта общения и чувства коллективизма.

Для качественного развития программой предусмотрено:

- предоставление ребенку свободы в выборе деятельности, в выборе способов работы, в выборе тем;
  - система постоянно усложняющихся заданий с разными вариантами сложности. Это обеспечивает овладение приемами творческой работы всеми учащимися;
  - в каждом задании предусматривается исполнительский и творческий компонент;
  - создание увлекательной, но не развлекательной атмосферы занятий.
- Наряду с элементами творчества необходимы трудовые усилия;
- создание ситуации успеха, чувства удовлетворения от процесса

деятельности;

- объекты творчества обучающихся имеют значимость для них самих и общества.

Реализация программы может осуществляться с использованием **электронного обучения, дистанционных образовательных технологий** в соответствии с положением об организации образовательного процесса с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и учащимися. Образовательный процесс в этом случае предусматривает значительную долю самостоятельной работы учащихся. Обучение с использованием дистанционных образовательных технологий может реализовываться комбинированно с традиционной формой обучения.

В обучении с применением ЭО и ДОТ могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- виртуальная экскурсия;
- практическое занятие;
- тест;
- викторина;
- самостоятельная работа.

Электронные образовательные ресурсы, используемые при применении дистанционных образовательных технологий:

- информационно-коммуникационная платформа «Сферум» - часть цифровой образовательной среды, призванная сделать обучение, в том числе дистанционное, более гибким, технологичным и удобным;
- Nsportal.ru – социальная сеть работников образования, где создан личный мини – сайт педагога, на котором выставляются задания и полученная обратная связь от учащихся;
- Мессенджер МАХ - бесплатное и быстрое приложение для общения;
- Яндекс диск – облако, для размещения обратной связи, полученной от учащихся;
- ВКонтакте – универсальное средство для общения. Удобный инструмент для общения педагога со своими учащимися; можно выкладывать фото и видеоальбомы по темам. Рассылать интернет материалы.

Обучение с использованием дистанционных образовательных технологий может реализовываться **комбинированно** с традиционной формой обучения.

## 1.2. Цель и задачи программы

**Цель программы:** создание условий для развития двигательной активности учащихся, формирования потребности в здоровом образе жизни.

Поставленная цель раскрывается в триединстве следующих **задач:**  
**образовательные:**

- дать знания об основах здорового образа жизни;
- обогатить двигательный опыт: освоить базовые и вариативные двигательные действия (ходьба, бег, прыжки, метания и др.);
- формирование умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, формирование правильной осанки и культуры движений;
- познакомить с основами гигиены физического воспитания: режим дня, закаливание, гигиена одежды и обуви, профилактика травматизма.

***Личностные:***

- формирование умений работать в группе, команде;
- развитие мотивации к совершенствованию всестороннего физического развития;
- формировать установку на личную ответственность за свое здоровье.

***Метапредметные:***

- формирование социально-активной личности и гражданской позиции.
- развитие умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;
- развитие мотивации к овладению новыми навыками.

Основные **дидактические принципы** данной программы: доступность и наглядность, последовательность и систематичность обучения и воспитания, учет возрастных и индивидуальных особенностей детей.

### 1.3. Содержание программы

#### 1.3.1. Учебный план

| № п/п | Наименование раздела, темы       | Всего часов | Теория   | Практика  | Формы аттестации/контроля |
|-------|----------------------------------|-------------|----------|-----------|---------------------------|
| 1.    | Вводное занятие                  | 2           |          | 2         |                           |
| 2.    | Знакомство с основами ЗОЖ        | 2           | 1        | 1         | тестирование              |
| 3.    | Личная гигиена                   | 2           | 1        | 1         | круглый стол              |
| 4.    | Основы правильного питания       | 2           |          | 2         | викторина                 |
| 5.    | Спортивные игры                  | 2           |          | 2         |                           |
| 6.    | Итоговое занятие. Игра «Зарница» | 2           |          | 2         | игра                      |
|       | <b>ИТОГО</b>                     | <b>12</b>   | <b>2</b> | <b>10</b> |                           |

#### 1.3.2. Содержание учебного плана

### **1. Вводное занятие - 2 часа**

**Теория.** Знакомство с возможностями и содержанием программы.

**Практика.** Мониторинг творческих увлечений учащихся. Игры на знакомство, на выявление лидерских качеств.

### **2. Знакомство с основами ЗОЖ – 2 часа**

**Теория:** беседа «Здоровье – что это?» (определение, компоненты: физическое, психическое, социальное благополучие).

**Практика:** игра «Почему важно заботиться о здоровье с детства».

### **3. Личная гигиена – 2 часа**

**Теория:** беседа «Личная гигиена – правила на каждый день».

**Практика:** круглый стол «Гигиена в школе и дома».

### **4. Основы правильного питания -2 часа**

**Практика:** знакомство с основами правильного питания и его пользы для человека, викторина «Правильное питание».

### **5. Спортивные игры - 2 часа**

**Практика:** подвижные игры: «Съедобное – несъедобное», «Городки», «Штурм крепости», «Ручеек», традиционные казачьи игры.

### **6. Итоговое занятие. Игра «Зарница» - 2 часа**

**Практика:** игра «Зарница». Подведение итогов.

## **1.4. Планируемые результаты освоения программы**

Единый комплекс оздоровительных, досуговых и образовательных мероприятий программы позволяет создать среду профессиональных и социальных проб, дающих возможность ребенку приобретения практического лично значимого опыта, самореализации и саморазвития и получения следующих результатов:

#### ***образовательные:***

- даны знания об основах здорового образа жизни;
- обогащен двигательный опыт: освоены базовые и вариативные двигательные действия (ходьба, бег, прыжки, метания и др.);
- созданы условия для формирования умений самостоятельного выполнения физических упражнений, направленных на укрепление здоровья, формирование правильной осанки и культуры движений;
- дети ознакомлены с основами гигиены физического воспитания: режим дня, закаливание, гигиена одежды и обуви, профилактика травматизма.

#### ***Личностные:***

- созданы условия для формирования умений работать в группе, команде;
- созданы условия для развития мотивации к совершенствованию всестороннего физического развития;
- созданы условия для формирования установки на личную ответственность за свое здоровье.

***Метапредметные:***

- созданы условия для формирования социально-активной личности и гражданской позиции.
- созданы условия для развития умения самостоятельно мыслить и в дальнейшем самостоятельно усовершенствовать приобретенные навыки;
- созданы условия для развития мотивации к овладению новыми навыками.

Оценка результатов освоения программы может производиться в форме педагогического наблюдения на занятиях, выполнения практического задания. Подведение итогов программы проводится на последнем занятии в форме игры.

## Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»

### 2.1 Календарный учебный график

|                                                                                    |                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| Дата начала и окончания учебного периода                                           | согласно календарно-учебного графика        |
| Место проведения занятия                                                           | МБУ ДО ДДТ ст. Калининской кабинет № 23     |
| Режим занятий                                                                      | 5 раз в неделю<br>по два академических часа |
| Форма занятий                                                                      | групповые занятия с индивидуальным подходом |
| Сроки контрольных процедур                                                         | начало, конец обучения по программе         |
| Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, конкурсах, фестивалях, праздниках) | Участие в мероприятиях ДДТ (по плану)       |

Календарный учебный график (приложение №1) учебных занятий составляется на каждую группу в соответствии с положением о календарном учебном графике.

### 2.2. Рабочая программа воспитания

**Название объединения:** «Поколение ЗОЖ».

**Предлагаемое количество учащихся:** 1 группа от 10 человек.

**Учащиеся имеют возрастную категорию** детей 5 -14 лет.

**Формы работы** (индивидуальные и групповые) групповые с ярко выраженным индивидуальным подходом.

**Цель программы:** формирование у учащихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

**Задачи программы:**

**Патриотическое воспитание** - формирование патриотических, ценностных представлений о любви к Отчизне, народам Российской Федерации, к своей малой родине, формирование представлений о ценностях культурно-исторического наследия России, уважительного отношения к национальным героям и культурным представлениям русского народа.

**Нравственное воспитание** – формирование представлений о морали, об основных понятиях этики (добро и зло, истина и ложь, смысл жизни, справедливость, милосердие, проблеме нравственного выбора, достоинство, любовь и др.), о духовных ценностях народов России, об уважительном отношении к традициям, культуре и языку своего народа и народов России.

**Национальное воспитание** – формирование представления о таких

понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «социальное партнерство», понимание таких явлений как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «терроризм», «фанатизм».

**Трудовое и профориентационное воспитание** - формирование знаний и представлений о трудовой деятельности, выявление творческих способностей и профессиональных предпочтений учащихся.

**Интеллектуальное воспитание** - развитие кругозора и любознательности; воспитание познавательных интересов, формирование потребности в приобретении новых знаний и интереса к творческой деятельности.

**Семейное воспитание** - формирование ценностных представлений об институте семьи, о семейных ценностях, традициях, культуре семейной жизни.

**Эстетическое воспитание** - формирование характера и нравственных качеств, а также развитие художественного вкуса и эстетики поведения.

**Физическое воспитание** – формирование потребности в здоровом образе жизни; ориентация на целенаправленное укрепление здоровья учащихся, углубленное развитие физических качеств и способностей, оптимизация работоспособности и предупреждение заболеваемости; укрепление физического, психологического и социального здоровья (сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих).

**Экологическое воспитание** - формирование экологической культуры личности и общества, которая проявляется в сознательном, бережном и внимательном отношении людей к здоровью окружающей среды и человека.

**Правовое воспитание** - формирование у учащихся правовой культуры, представления об основных правах и обязанностях, об уважении к правам человека и свободе личности.

### Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Направление воспитательной работы | Наименование мероприятия               | Срок выполнения | Планируемый результат                                                          | Примечание |
|-------|-----------------------------------|----------------------------------------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 1.    | Физическое воспитание             | «Древнегреческие состязания»           | 5й день         | Формирование у учащихся потребности в двигательной активности и инициативности |            |
| 2.    | Патриотическое воспитание         | Великие спортсмены Краснодарского края | 6й день         | Формирование гордости за подвиги предыдущих поколений                          |            |

### 2.3. Условия реализации программы

**Материально-техническое** обеспечение реализации программы.

Для занятий по программе используется отдельный кабинет:

- столы;
- стулья;

**Оборудование, инструменты и материалы:**

- скакалки;
- мячи;
- обруч;

Расходный материал:

- мелки.

**Информационное обеспечение.** Интернет-источники:

<http://knmc.kubannet.ru/> Краснодарский НМЦ

<http://dopedu.ru/> Информационно-методический портал системы дополнительного образования

<http://mosmetod.ru/> Московский городской методический центр

<http://www.dop-obrazovanie.com/> сайт о дополнительном внешкольном образовании <http://www.redu.ru>

Специальная литература. Аудио-, видео-, фотоматериалы. Интернет - источники.

**Кадровое обеспечение.** Педагог, работающий по данной программе, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю детского объединения без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению "Образование и педагогика" без предъявления требований к стажу работы.

### 2.4. Формы контроля и аттестации

В ходе освоения программы применяются следующие методы отслеживания результативности: педагогическое наблюдение, опросы, выполнение практических заданий, тренировочных упражнений, и т.д. Результаты диагностики позволяют корректировать образовательный процесс, лучше узнать детей, проанализировать межличностные отношения, выбрать эффективные направления деятельности по сплочению коллектива, пробудить в детях желание прийти на помощь друг другу.

**Формой подведения итогов** реализации программы является игра.

Контроль уровня знаний и умений учащихся осуществляется путем теоретических опросов и практической деятельности.

Итоговая аттестация учащихся по краткосрочной программе не проводится.

## 2.5. Оценочные материалы

Оценка освоения программы осуществляется в ходе мониторинга результатов учащихся. Проанализировать результаты работы поможет мониторинговая деятельность, материалы по рефлексии на занятиях, отзывы детей и родителей. В ходе реализации программы ведется самооценка учащихся программы относительно эмоционального личного состояния, уровня развития коллектива.

Перечень диагностических методик:

- мониторинг результатов обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе (результаты игры);
- мониторинг личностного развития ребенка в процессе усвоения им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы (наблюдение).

## 2.6. Методические материалы

Во время реализации программы учитываются возрастные особенности учащихся: способности, возможности, потребности, а также особенности, связанные с медицинскими показаниями.

Большое значение для успешной работы имеет индивидуальный подход к учащимся на всех этапах работы. Учащиеся отличаются по своим возможностям. Поэтому одних и тех же результатов можно достигнуть, используя разные индивидуальные подходы к ребенку (подбор соответствующего задания, определенный режим работы, учет возрастных и личностных особенностей).

Каждое учебное занятие имеет цель, конкретное содержание, определенные методы организации учебно-педагогической деятельности. В процессе реализации программы применяются **следующие методы обучения:**

- словесный: объяснение новых тем, терминов и понятий, обсуждение, беседа, рассказ, анализ выполнения заданий,
- наглядный: демонстрация педагогом образца выполнения задания, использование иллюстраций, видеоматериалы, презентации, материалы с сайтов и т.д.;
- наглядный: объяснительно-иллюстративный, проблемный (педагог ставит проблему и решает вместе с детьми),
- игровой: игровые тренинги на взаимопонимание и групповое взаимодействие.

**методы, обеспечивающие организацию деятельности детей на занятиях:**

- фронтальный – одновременная работа со всеми учащимися;
- коллективный – организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми;
- индивидуально-фронтальный – чередование индивидуальной и фронтальных форм работы;

- индивидуальный – индивидуальное выполнение заданий.

Конкретные проявления определённого метода на практике – игры, упражнения, решение проблемных ситуаций, диалог, анализ, показ и просмотр иллюстраций, работа по образцу, тренинг.

В ходе занятий учитывается индивидуальный ритм работы каждого ребенка, его возможности. Каждое занятие направляется на развитие зрительного аппарата и моторики рук, внимания, мышления, кругозора.

В процесс обучения входят просмотр фотографий, видео-выставок (наглядный метод), что обеспечивает восприятие информации с помощью различных анализаторов, повышается качество усвоения материала и мотивация к деятельности.

Занятия сочетают в себе элементы обучения с развитием творческих способностей учащихся. В программу вводятся задания, связанные с совершенствованием индивидуальных творческих способностей учащихся. Задания в каждой теме адаптированы к возрасту учащихся, сориентированы на их интересы, возможности и предпочтения. В основе многообразных форм учебных занятий имеются общие характеристики:

- каждое учебное занятие имеет цель, конкретное содержание, определенные методы организации учебно-педагогической деятельности;
- занятие состоит из отдельных взаимосвязанных этапов;
- построение учебного занятия осуществляется в определенной логике, зависящей от его цели и типа.

Учебные занятия группируются на основе единства педагогических целей на занятия по:

- получению новых знаний и умений, цель которых – первичное получение знаний,
- закреплению знаний и умений,
- обобщению и систематизации знаний и умений, применению знаний и умений с целью выработки способности переносить знания и умения в новые условия, контролю и коррекции знаний, необходимых для проведения оценки результатов деятельности каждого учащегося.

### **Педагогические технологии**

Каждое занятие состоит из вводной, основной, заключительной частей, с подведением итогов и рефлексией. Занятия определяются содержанием программы и предусматривают беседы, практические занятия, викторины, учебные игры.

К примеру, первое занятие – вводный цикл - организационно-вводное, ознакомительное. Здесь следует рассказ о программе – настрой на достижение поставленных целей, проводится собеседование с учащимися. Даются первоначальные сведения о программе, выявляются возможности при работе над ней, мотивы обучения, знания по технике безопасности и охране безопасности жизни и здоровья. Инструктаж по технике безопасности.

Все занятия должны способствовать нравственному, физическому,

умственному развитию учащихся, воспитанию гражданской идентичности и патриотизма. Из этого следует, что секрет успеха в постоянном и умелом сочетании всех этих элементов воспитания.

Практические занятия дают учащимся много полезных жизненных навыков и знаний, а во время совместной работы развивают также дух объединения. Для практики требуются тщательно продуманный план и терпение. У учащихся формируются умения и навыки самостоятельного принятия решений.

Параллельно с обучением уделяется внимание охране жизни и здоровья учащихся. С ними периодически проводятся беседы о правилах поведения на дорогах, вблизи водоемов, с незнакомыми людьми, опасностях вечерней прогулки, в случаях возникновения пожара и возможностях его предупреждения, других сложных ситуациях. Важен и аспект взаимодействия с родителями (законными представителями).

**Применение здоровьесберегающих технологий** способствует сохранению здоровья учащихся. Важным пунктом является контроль санитарного состояния помещения (влажная уборка, проветривание, освещение). Проведение инструктажей по технике безопасности, при возникновении чрезвычайных ситуаций. Регулярное использование технологий улучшает психологический климат в объединении, снижает количество пропусков занятий по болезни и приобщает детей стремиться к здоровому образу жизни. Ребята активны на занятиях, и это положительно сказывается на усвоении ими программы, качество знаний повышается. Одним из важнейших условий рациональной организации обучения является обеспечение оптимального двигательного режима, который позволяет удовлетворить физиологическую потребность в движении, способствует развитию основных двигательных качеств и поддержанию работоспособности на высоком уровне в течение всего учебного дня.

**Технология творческого сотрудничества** – это совместный поиск оптимального решения, коллективные дискуссии. Сначала организовывается групповая работа, но основная практическая часть занятий – это самостоятельный творческий поиск учащихся.

**Технология эмоционального погружения** представляет собой синтез различных форм воздействия (зрительных, слуховых, вербальных, осязательных), активизирующих воображение у детей.

**Дифференциация** предполагает выполнение учащимся индивидуальной задачи, учитывающей его психофизиологические особенности, сложившийся опыт и жизненные притязания.

**Рефлексия:** оценивание собственных успехов и достижений, умение видеть удачу своих товарищей, ценить их и учиться прогнозировать перспективу собственного развития.

### **2.7. Порядок утверждения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Поколение ЗОЖ» обсуждается на методическом, принимается на педагогическом совете и утверждается приказом директора ДДТ.

Программа ежегодно корректируется с учетом изменяющихся условий, нормативных требований.

## Список используемых информационных источников

### для педагога:

1. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/zdorovyy-obraz-zhizni/2024/07/07/konsultatsiya-dlya-vospitateley-formirovanie-u-detey>
2. <https://www.art-talant.org/publikacii/34720-konsulytaciya-dlya-pedagogov-zdorovyy-obraz-ghizni-i-ego-osnovnye-sostavlyayuschie>
3. <https://kataeva-ds7kar.educhel.ru/articles/post/2487354>

### для родителей:

1. <https://liczejoktyabrskij-r73.gosweb.gosuslugi.ru/roditelyam-i-uchenikam/poleznaya-informatsiya/bezopasnost-detey-v-letniy-period/>
2. <https://www.livemaster.ru/topic/2365571-blog-chem-zanyat-rebenka-na-leto-20-tvorcheskih-idej>

### для детей:

1. <https://multiurok.ru/files/igra-puteshestvie-vesiolye-turisty.html?ysclid=m5dsl3gdhv332374828>
2. <https://www.1urok.ru/categories/23/articles/66325?ysclid=m5dslgxogh5833428>
3. <https://www.wikihow.com/What-to-Draw-when-You%27re-Bored>

## Приложение №1

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
дом детского творчества станицы Калининской

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_  
Коханенко Е.А.

« \_\_\_\_ »

202 г.

**Календарный учебный график  
на 2025-2026 учебный год**

Название программы «Поколение ЗОЖ»

Количество часов по программе 12

Возраст учащихся 5-14 лет

Срок реализации программы 6 дней

Педагог Рассолова Анастасия Николаевна

Планирование составлено на основе дополнительной общеобразовательной  
общеразвивающей программы педагога, утвержденной решением  
педагогического совета № \_\_\_\_ от «\_\_» 202\_\_ г.

группа 1

ст. Калининская, 2025 г.

| №<br>п/п  | Тема занятия                                                                     | Кол.<br>час. | Дата |      |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------|------|------|
|           |                                                                                  |              | план | факт |
| <b>1</b>  | <b>Вводное занятие</b>                                                           | <b>2</b>     |      |      |
| 1.1       | Игры на знакомство, на выявление лидерских качеств                               | 2            |      |      |
| <b>2</b>  | <b>Знакомство с основами ЗОЖ</b>                                                 | <b>2</b>     |      |      |
| 2.1       | Игра «Почему важно заботиться о здоровье с детства»                              | 2            |      |      |
| <b>3</b>  | <b>Личная гигиена</b>                                                            | <b>2</b>     |      |      |
| 3.1       | Круглый стол «Гигиена в школе и дома»                                            | 2            |      |      |
| <b>4.</b> | <b>Основы правильного питания</b>                                                | <b>2</b>     |      |      |
| 4.1       | Викторина «Правильное питание»                                                   | 2            |      |      |
| <b>5</b>  | <b>Спортивные игры</b>                                                           | <b>2</b>     |      |      |
| 5.1       | Подвижные игры: «Съедобное – несъедобное», «Городки», «Штурм крепости», «Ручеек» | 2            |      |      |
| <b>6</b>  | <b>Итоговое занятие. Игра «Зарница»</b>                                          | <b>2</b>     |      |      |
| 6.1       | Проведение игры «Зарница»                                                        | 2            |      |      |
|           | <b>Итого</b>                                                                     | <b>12</b>    |      |      |