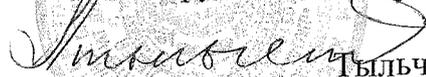


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Хакасия
«Школа-интернат для детей с нарушениями слуха»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ РХ «Школа-интернат
для детей с нарушениями слуха»


Тыльченко Л.В.

« 28 » 08 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ
«МЫ ЗА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

на 2020-2025 гг.

г. Абакан

Содержание

1. Информационная карта	3
2. Пояснительная записка	4
3. Учебно-тематический план	9
4. Содержание Программы	10
5. Список литературы, используемый педагогом	16
6. Список рекомендуемой литературы для детей и родителей	17
7. Перечень оборудования, необходимого для реализации Программы	18

Информационная карта

<p>Наименование программы</p>	<p>ПРОГРАММА дополнительного образования «Мы за здоровый образ жизни» для детей с нарушениями слуха 6-12 класс.</p>
<p>Основная цель программы</p>	<p>Работа по сохранению и укреплению нравственного, психического и физического здоровья</p>
<p>Задачи программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся. 2. Расширить кругозор школьника в области физической культуры. 3. Выявить неблагоприятные факторы, способствующие возникновению и распространению вредных привычек среди школьников. 4. Способствовать созданию благоприятной среды для осознанного выбора ведения здорового образа жизни. 5. Создать и внедрить новые формы работы с родителями с целью сохранения и укрепления психофизического здоровья детей.
<p>Сроки реализации программы</p>	<p>Начало- 2020 г. Окончание- 2025 г.</p>
<p>Исполнитель программы</p>	<p>Социальный педагог Дитенберг Наталья Сергеевна</p>
<p>Ожидаемый результат</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сохранение и развитие здоровья учащихся. 2. Социальная адаптация детей с нарушениями слуха. 3. Повышение уровня осведомлённости о человеческом организме и поддержании его в состоянии здоровья, у детей с нарушениями слуха . 4. Формирование представлений о здоровом образе жизни у учащихся школы-интерната. 5. Повышение осознанного отношения к семейным ценностям и построение взаимоотношений внутри семьи.

Пояснительная записка

Забота о здоровье - одна из важнейших задач каждого человека. Среди всех земных благ здоровье – ценный дар, данный человеку природой, заменить который нельзя ничем. Особенно актуально это в отношении детей с нарушениями слуха, которые находятся в сложной жизненной ситуации. Многочисленные проблемы медицинского, социального, психологического плана, не всегда правильное отношение окружающих к ребёнку-инвалиду вызывают необходимость оказания активной психолого-педагогической поддержки родителям и ребёнку со стороны образовательного учреждения. Педагогический коллектив школы считает, что укрепление здоровья учащихся будет способствовать более успешному решению основной задачи школы - качественному обучению детей. Очень важно предоставить ребёнку возможность широкого практикования самостоятельных действий, в том числе и для сохранения своего собственного здоровья. В связи с этим в нашем учреждении Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Республики Хакасия «Школа-интернат для детей с нарушениями слуха», возникла идея скоординировать усилия взрослых на активизацию самого субъекта воспитания – ребенка. Была создана Программа «Мы за здоровый образ жизни» для формирования у школьников знаний о здоровом образе жизни и привития навыков ответственного отношения к нему, профилактики вредных привычек.

Цель Программы: работа по сохранению и укреплению нравственного психического и физического здоровья.

Задачи:

1. Создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся.

2. Расширить кругозор школьника в области физической культуры.
3. Выявить неблагоприятные факторы, способствующие возникновению и распространению вредных привычек среди детей в социальной среде школы.
4. Способствовать осознанию подростком ведения здорового образа жизни, заботиться о поддержании здоровья.
5. Создать новые формы работы с родителями с целью сохранения и укрепления психофизического здоровья детей.

Основными методическими **принципами** Программы являются:

- принцип доступности;
- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип социально-адаптирующей направленности (формирование социальной компетентности и психологической подготовленности к самостоятельной жизни);
- принцип развивающего обучения, заключающийся в том, что обучение должно вести за собой развитие ребенка.

Основные формы работы:

- беседы;
- интерактивные игры;
- дискуссии;
- конференции;
- дебаты по темам;
- спортивные конкурсы;
- конкурсы рисунков, проектов и газет;
- индивидуальные консультации;
- групповая работа;
- тестирование.

Основные методы работы:

- метод переубеждения (предоставление учащимся убедительных аргументов, включающий критический анализ своих поступков);
- метод переключения (занятие подростка трудом, учебной, спортивной, новой общественной деятельностью);
- метод наглядности (наглядно-зрительный, наглядно-действенный, наглядно-слуховой).

Для решения данных задач программа «Мы за здоровый образ жизни» была построена по 3 направлениям:

- пропаганда здорового образа жизни;
- профилактика асоциальных явлений;
- совместная работа с семьями учащихся.

1. Пропаганда здорового образа жизни

Главные идеи:

- сохранение собственного здоровья – одна из основных обязанностей человека;
- образ жизни человека, отношение к своему здоровью определяет здоровье будущих поколений;
- социальное благополучие и успешность невозможны без сохранения физического и психического здоровья;
- воспитание привычки к занятиям физкультурой и спортом с целью оздоровления своего организма;
- стремление к воспитанию в ребенке с нарушениями слуха воли, характера, стремления к достижению невозможного.

Цель :

Формирование у учащихся понимания значимости здоровья для собственного самоутверждения.

Задачи:

- знакомить учащихся с традициями и обычаями бережного отношения человека к собственному здоровью;
- создавать условия для формирования у учащихся культуры сохранения собственного здоровья;
- формировать у учащихся отношение к мужскому и женскому здоровью как бесценному дару природы;
- создавать возможность учащимся демонстрировать свои достижения и усилия по сохранению здоровья.

2.Профилактика асоциальных явлений

Цели: адаптация детей с нарушениями слуха в социуме;
формирование нравственных личностных качеств учащихся.

Задачи:

1. Вовлечение учащихся в позитивную деятельность, адекватную интересам и психофизическому состоянию.
2. Формирование личной ответственности подростка за свое поведение.
3. Привлечение родителей для совместной организации досуговой деятельности.

3.Совместная работа с семьями учащихся

Цель: привлечение семей учащихся к заинтересованному активному участию в жизни ребенка с нарушениями слуха.

Задачи:

1. Изучить образ жизни семьи.
2. Выяснить особенности семейного воспитания.
3. Выявить положение детей в системе внутрисемейных отношений
4. Пропагандировать здоровый образ жизни.

5. Включать семью в воспитательный процесс ребенка- инвалида.
6. Работа с родителями по обучению их методам семейного воспитания.

Ожидаемые результаты:

- сохранение и развитие здоровья учащихся;
- социальная адаптация детей с нарушениями слуха;
- обеспечение и достижение допустимого здоровья и здорового образа жизни;
- познание детьми с нарушениями слуха своего организма и поддержание его в здоровом состоянии;
- формирование у подростков представлений о здоровом образе жизни. Удовлетворение разнообразных дополнительных запросов детей во внеурочное время;
- усвоение ценности семьи и семейных отношений.

Учебно - тематический план

№	Тема	Общее кол-во	В том числе	
			Теоретические (час)	Практически (час)
1.	Вводное занятие «Знакомство с самим собой».	2	1	1
2.	Обследование семей и изучение возможности семьи.	9	2	7
3.	Изучение истории своего рода	12	4	8
4.	Развитие культуры семейных отношений.	6	3	3
5.	«В здоровом теле - здоровый дух»	8	4	4
6.	Профилактика вредных привычек «Судим пагубные привычки»	9	4	5
7.	Инфекционные болезни и их профилактика	5	2	3
8.	«Все в твоих руках»	8	4	4
9.	«Всеяд семьёй за здоровьем»	5	2	3
	Всего:	64	26	38

Содержание Программы

1. Вводное занятие

«Знакомство с самим собой»

Помочь детям с нарушением слуха правильно относиться к себе и другим людям. Воспитывать в себе хорошие качества и развивать свои способности, для активной социализации и интеграции в общество слышащих.

2.Обследование семей и изучение возможности семьи

- Анкетирование родителей, детей.
- Беседы с родителями.
- Сочинения о семье.
- Рисунки «Мои родители», для раскрытия творческого потенциала, развития способностей.

3.Изучение истории своего рода

- Составление и описание генетических древ.
- Создание семейного альбома.
- Подготовка и празднование семейных праздников, памятных дат.
- Праздники родителей с детьми: Новый год, 8 Марта, День защитников отечества.

Для поддержания престижа материнства, активизации роли отца, улучшения межличностных взаимоотношений.

4.Развитие культуры семейных отношений

Практические занятия с детьми, имеющих нарушения слуха:

1. Создание домашнего уюта.
2. Разведение комнатных растений, разведение полезных растений и трав.
3. Уход за домашними животными.

Круглый стол на тему «Ребенок и окружающий мир».

Провести обмен опытом по обучению и воспитанию детей с нарушенным слухом для оптимального развития детей и их адаптация в обществе. Совершенствование и распространение лучшего опыта семейного воспитания. Даются такие понятия как стиль семейного воспитания, родительская любовь, безусловное принятие ребенка, как правильно разрешать конфликты с ребенком и т.д. В основу практических заданий так же вошли методики выявляющие особенности детско-родительских отношений, а так же некоторые упражнения с элементами тренинга, направленные на формирование и развитие чувства родительской любви. Овладение родителями теоретическими знаниями об особенностях психо-физического развития детей с нарушенным слухом, основными знаниями по коррекционной работе с ребёнком

5.«В здоровом теле - здоровый дух»

- Игра «Плохо-хорошо» (о режиме дня, гигиене сна)

Ознакомить детей с режимными моментами школы-интерната.

Знания о режиме дня, знания о гигиене труда и отдыха, практическое научение умению отдыхать – помогут детям правильно распределить свое время в течение дня, следовательно, избежать переутомления

- Игра «Полезные и неполезные» (о правильном питании)

Рассказ о значении витаминов в жизни каждого человека с использованием наглядности. К каким последствиям приводит дефицит витаминов. Объяснить причины ухудшения здоровья, получить мотивацию на здоровый образ жизни, включится в активную деятельность по сохранению и формированию своего здоровья посредством правильного питания.

- Занятие «В гостях у Мойдодыра», «Берегите зубы»

Научить детей отличать поведение, способствующее укреплению здоровья, от поведения, вредного для здоровья. Через игру раскрыть понятие «Личная гигиена».

6.Профилактика вредных привычек «Судим пагубные привычки»

- Конкурс рисунков «Вредные привычки».

Закрепление ранее пройденного материала. Развитие творческих способностей детей- инвалидов.

- «Психологическая зависимость и вредные привычки»
Проведение ролевой игры. Дает учащимся информацию о вреде табакокурения, пьянства.

- Конкурс рисунков по профилактике табакокурения

Раскрытие творческого потенциала, развитие способностей.

Закрепление пройденного материала.

7.Инфекционные болезни и их профилактика.

- Привлечение работников медицинской службы школы- интерната для проведения лекционного занятия о инфекционных заболеваниях и их профилактики, снижения уровня заболеваемости.

- Проведение мероприятия «Зимние забавы»

Выезд с учащимися и их родителями в Минусинский бор. Катание на санках, лыжах.

Цель: Пропаганда здорового образа жизни в семье. Оздоровление, снятие напряжения. Улучшение соматического и психического здоровья.

8. «Все в твоих руках»

- Конференция «Здоровье моего ребенка»
- Метод простой эффективной коррекции психических функций (массаж рук). Совместная работа родителей и детей обучающихся в школе- интернате с медицинской службой учреждения. Проводимая для общего развития детей, развития мелкой моторики, психических функций и оказывающая успокаивающее действие на детей – инвалидов.

9.«Всей семьёй за здоровьем»

- Проведение спортивного праздника «Папа, мама, я - спортивная семья».

- «Семья помогает семье»
- «Мы умеем отдыхать»

Пропаганда здорового образа жизни в семье. Оздоровление, снятие напряжения. Улучшение соматического и психического здоровья. Единение и сплочение семьи. Выработка общих позиций.

Учебно - методическое обеспечение

1. Столы, стулья, магнитная доска.
2. Учебные пособия.
3. Газеты, журналы.
4. Раздаточные материалы, требующие подготовки к занятиям.
5. Средства для рисования(письма)на доске, на ватмане.
6. Спортивный инвентарь.
7. Наглядно – иллюстративный материал по развитию речи, систематизированный по темам.
8. Слайды соответствующие темам.
9. Тематическое планирование.

Список литературы

1. Земска М. Семья и личность, М., изд. Прогресс, 1999
2. Климович В.Ю. «Детство без алкоголя». Наглядно – методическое пособие для проведения занятий с детьми 12- 14 лет. Москва-2004
3. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии». Москва - 2007
4. Леонгард Э., Самсонова Е., Иванова Е. Я не хочу молчать.
Москва -1990.
5. Молоканова Т.В. «Как помочь детям адаптироваться в лагере: психологическое сопровождение, занятия, упражнения, рекомендации. Волгоград – 2007
6. Леонгард Э., Самсонова Е., Иванова Е. Я не хочу молчать.
Москва -1990.
7. Плющ И.В., Чеснокова Г.С. Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном пространстве современной школы. Новосибирск-2008
8. Титаренко В. Я. Семья и формирование личности, М., изд. Мысль, 1987
9. «Воспитание школьников», 2006, №1, С.11-12
- 10.«Воспитание и обучение детей с нарушением развития»,2004, №4, С.5-8
- 11.«Воспитание и обучение детей с нарушением развития»,2004, №5, С.39-71
- 12.«Воспитание и обучение детей с нарушением развития»,2006, №3, С.34-59
- 13.«Воспитание и обучение детей с нарушением развития»,2009, №2, С.52-58
- 14.«Начальная школа»,2006, №8, С.90-96
- 15.«Начальная школа»,2007, №7, С.51-60
- 16.«Начальная школа»,2007, №9, С.69-74

17. «Начальная школа», 2008, №9, С.63-68
18. «Начальная школа», 2009, №2, С.43-46
19. «Классный руководитель», 2006, №5, С.23-56
20. «Классный руководитель», 2008, №3, С.33-40
21. «Классный руководитель», 2008, №7, С. 3-11

Список литературы, рекомендуемый детям и родителям.

1. Земска М. Семья и личность, М., изд. Прогресс, 1999
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. Москва - 2007
3. Леонгард Э., Самсонова Е., Иванова Е. Я не хочу молчать.
Москва -1990.
4. Плющ И.В., Чеснокова Г.С. Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательном пространстве современной школы.
Новосибирск-2008
5. Титаренко В. Я. Семья и формирование личности, М., изд. Мысль, 1987

**Перечень оборудования, необходимого для реализации
Программы.**

ТСО:

1. Компьютер
2. Мультимедиа
3. Экран
4. DVD проигрыватель
5. Телевизор

ЗУА:

1. Звукоусиливающие слуховые индивидуальные аппараты.
2. Звукоусиливающая стационарная аппаратура «Верботон-Г10».