**Дополнительная общеразвивающая программа**

 **«ДОРОГА К ДОБРОМУ ЗДОРОВЬЮ»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | * Педагоги дополнительного образования:

 *Павлюкова Светлана Александровна* *Устюгова Елена Николаевна** Направленность: *Естественно-научная*
* Уровень: *Ознакомительный*
* Продолжительность обучения: *2 месяца (8 недель)*
* Форма обучения: *Заочная*
* Особые условия для поступления: *Нет*
* Срок реализации программы: *05.03.2026 – 23.04.2026*
* Расписание занятий: *1 раз в неделю по 4 часа*
* Возраст обучающихся: *11-18 лет (5-11 класс)*
* Количество обучающихся для поступления: *80*
* Количество групп: *2*
* Участники программы: *Учащиеся Пермского края*
* Место проведения занятий: *дистанционно/заочно*
 |

**АННОТАЦИЯ К ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**

Программа представляет интерес для детей, желающих **расширить свой кругозор в сфере здорового образа жизни, узнать формулу жизненного успеха.** Набор на программу общедоступный.

Изменения экономических и социокультурных условий нашего общества определяют повышение значимости здоровья человека как показателя качества жизни. Актуальность программы «Дорога к доброму здоровью» обусловлена увеличением числа детей, приобретающих хронические заболевания в период обучения в школе. Программа дополнительного образования детей «Дорога к доброму здоровью» способствует повышению уровня информированности детей по вопросам здоровья и способам его сбережения. Новизна программы заключается в том, что она актуализирует для обучающихся формулу:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *Успех в жизни* | *=* | *Ресурсы человекам**(материальные, духовные, социальные)* | *+* | *Созидательный стиль жизни;* |

Программа знакомит детей с понятиями «самосохранительное поведение», «саморазрушительное поведение», моделями и результатами такого поведения.

Она вовлекает обучающихся в игровую практику, мотивирующую на деятельность по сохранению здоровья. Интересные учебные материалы, разнообразные игровые задания, в том числе, творческие задания по разработке семейных мастер-классов по здоровому образу жизни, по составлению персональной программы здоровья обеспечивают интерактивность, доступность, вовлечение в образовательный процесс ближайшего окружения обучающихся, актуализацию и практическое применение знаний о здоровом образе жизни.

При поступлении на программу обучающиеся проходят вводную диагностику в форме дистанционной игры «Нооспринт» (дистанция «Дорога к доброму здоровью», викторина). Образовательный процесс организуется в форме краевой интернет-игры. Игра включает восемь этапов: «Здоровье – главная ценность жизни», «Гигиена-подруга здоровья», «Питание и здоровье», «Движение-кладовая жизни», «Зона риска: выход есть…», «Моя программа здоровья: семейные традиции ЗОЖ», «Моя программа здоровья: эмоциональный интеллект», «Моя программа здоровья: медицинские профессии». На электронные адреса обучающихся в соответствии с календарно-тематическим планом направляются учебные материалы, ссылки на игровые задания на сервисе Online Test Pad, коды доступа к игре и инструкции по работе с дистанционным сервисом. Продолжительность 1 этапа – 1 неделя. В течение недели обучающиеся в любое удобное время изучают учебные материалы, затем могут зайти на интернет-сервис и выполнить игровые задания. Для коммуникации используются дистанционные сервисы, электронная почта, Дзен канал, мессенджер Вк. В рамках программы школьники знакомятся с актуальными информационными ресурсами по здоровому образу жизни и здоровьесбережению, получают практический опыт работы с российским дистанционным интернет-сервисом Online Test Pad, что способствует развитию ИКТ-компетенций.

По итогам освоения дополнительной общеразвивающей программы «Дорога к доброму здоровью» проводится итоговая аттестация. Форма проведения аттестации – интернет-игра. Подведение итогов проводится среди обучающихся, освоивших образовательную программу, выполнивших игровые задания, по сумме баллов. Рейтинг определяется в двух возрастных категориях (5-8 классы, 9-11 классы). Участники, ставшие победителями (1-е место) и призёрами (2-е, 3-е места), награждаются дипломами победителей или призеров (электронные документы). Участники, не занявшие призовых мест, получают сертификаты участников игры (электронные документы).

Обучающимся, освоившим дополнительную общеразвивающую программу «Дорога к доброму здоровью», прошедшим итоговую аттестацию, выдается документ об обучении установленного образца: Свидетельство об обучении. Детям также предлагается участие в различных воспитательных мероприятиях (игра «Нооспринт», краевые дистанционные игры «Зимний калейдоскоп» и «Летний калейдоскоп», викторины «День Победы» и «Путешествие по России», акции #ВниманиеКраснаякнига, «Помнить, чтобы жить!» и другие). Участники награждаются сертификатами (электронными документами). Данные документы пополняют индивидуальные портфолио обучающихся.

*Цель программы* - личностное развитие обучающихся, формирование здорового образа жизни через составление индивидуальных программ здоровья.

*Задачи программы:*

*Личностные:*

* формировать умения различать поведение, способствующее сохранению здоровья и разрушающее здоровье;
* развивать интерес к видам деятельности, позволяющей реализовать потребности в здоровом образе жизни, признании, общении, получении новых знаний;
* развивать эмоциональный интеллект;
* формировать ценностное отношение к семейным традициям здорового образа жизни, эмпатию, ответственность за личное здоровье;
* развивать интерес к профессиям в области медицины, валеологии;
* формировать информационную культуру.

*Предметные:*

* формировать у обучаюшихся представление о здоровье как главной ценности жизни, основе успешного жизненного пути, о правилах здорового образа жизни;
* расширять и углублять представления об основных компонентах здорового образа жизни – гигиене, правильном питании, двигательной активности, отказе от вредных привычек, разрушающих здоровье, эмоциональном интеллекте;
* формировать понятие о валеологии, содействовать обмену опытом применения здоровьесберегающих технологий;
* ознакомить с современными профессиями, связанными с медициной, валеологией, популяризацией здорового образа жизни.

*Метапредметные:*

* развивать логическое, абстрактное мышление;
* развивать способность применять полученные знания и умения в практической деятельности, направленной на сохранение и укрепление здоровья;
* развивать умение устанавливать межпредметные связи биологии с другими науками;
* развивать умение работать с различными информационными источниками;
* развивать коммуникативные навыки;
* развивать ИКТ-компетенции.

Ожидаемые результаты

*Личностные результаты:*

* повышение интереса к здоровому образу жизни, здоровьесбережению;
* формирование ценностной установки здорового образа жизни, здоровой семьи;
* повышение мотивации к участию в образовательных событиях, мероприятиях по теме здорового образа жизни, здоровьесбережения;
* повышение мотивации к сдаче норм ГТО;
* повышение интереса к профессиям в области медицины, валеологии.

*Метапредметные результаты:*

* умение планировать учебную деятельность в соответствии с поставленными задачами и условиями, реализовывать намеченный план;
* развитие навыков поиска, анализа, синтеза и интерпретации информации;
* умение оценивать результаты учебной деятельности, делать выводы;
* умение использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент достижения целей.

*Предметные результаты:*

* повышение уровня информированности обучающихся о здоровье, способах его сбережения, об основных компонентах здорового образа жизни;
* ознакомление с понятиями «здоровая семья», «самосохранительное поведение», «саморазрушительное поведение», моделями и результатами такого поведения;
* ознакомление с понятием «эмоциональный интеллект», структурой эмоционального интеллекта;
* ознакомление со способами развития эмоционального интеллекта;

повышение информированности о современных профессиях в области медицины и валеологии.

**Учебно-тематический план ДОП «Дорога к доброму здоровью»**

*Обозначения:* ВК - входной контроль*,* ИЗ – игровое задание,ТА - текущая аттестация,

ПА – промежуточная аттестация, ИА - итоговая аттестация

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование разделов | Итого по программе, час. | в т.ч. | Формаконтроля |
| Теория | Практика |
| 1. Здоровье – главная ценность жизни
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ВК) |
| 1. Гигиена-подруга здоровья
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ТА) |
| 1. Питание и здоровье
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ТА) |
| 1. Движение - кладовая жизни
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ПА) |
| 1. Зона риска: выход есть…
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ТА) |
| 1. Проектируем дорогу к доброму здоровью (Моя программа здоровья: семейные традиции ЗОЖ)
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ТА) |
| 1. Проектируем дорогу к доброму здоровью (Моя программа здоровья: эмоциональный интеллект)
 | 4 | 2 | 2 | ИЗ (ТА) |
| 1. Проектируем дорогу к доброму здоровью (Моя программа здоровья: медицинские профессии)
 | 4 | 1 | 3 | ИЗ (ИА) |
| Итого по ДОП | **32** | **9** | **23** |  |