

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Пензенской области**

**Отдел образования Тамалинского района**

**МБОУ СОШ с. Ульяновка**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании  
ШМО классных  
руководителей  
Руководитель

\_\_\_\_\_  
Стряпчева А.С.  
Протокол № 1 от «30» 08.24 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по ВР

\_\_\_\_\_  
Стряпчева А.С..  
Приказ № 51/3 от «30» 08  
24 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

\_\_\_\_\_  
Цыбьяков А.А.  
Приказ № 51/3 от «30» 08  
24 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**внеурочной деятельности по курсу школьного**

**волонтерского отряда волонтеров-медиков**

**"В ритме сердца "**

Паспорт рабочей программы внеурочной деятельности школьного волонтерского отряда юных медиков «В ритме сердца.»

Название программы	Рабочая программа внеурочной деятельности школьного волонтерского отряда юных медиков «В ритме сердца.»
Основания для разработки программы	- Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.2012 года № 273-ФЗ; Федеральный закон РФ «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» от 11.08.1995 № 135-ФЗ с изменениями; - Устав МБОУ СОШ с.Ульяновка;
Предметная область	Естественнонаучное образование
Ф.И.О. учителя, реализующего программу	Горячева Галина Владимировна
Год разработки	2024г.
Классы	10-11
Цель	способствовать формированию ценностей культуры здоровья школьников, через развитие волонтерского движения в школе
Задачи	- углубить и расширить предметные компетенции обучающихся о здоровье, его составляющих; о пагубном воздействии на организм вредных привычек; - способствовать развитию компетенций ЗОЖ, его преимуществ; - расширить знания об опасных заболеваниях современного мира и способах их профилактики; - развивать волонтерское движение как новую форму занятости детей, способствующую профилактики вредных привычек, массовых заболеваний, формированию здорового образа жизни; - создать условия, позволяющие членам волонтерского отряда раскрыть свои способности и оказывать позитивное влияние на сверстников; - мотивировать учащихся, в том числе состоящих на различных видах учета и детей семей «группы риска», на добровольческую деятельность в

	волонтерском движении, формировать сплоченный детский коллектив волонтеров
Формы занятий	Групповые, парные, индивидуальные
Сроки и этапы реализации программы	<p>Программа реализуется 1 год по этапам:</p> <p>1 – й этап стартовый: сентябрь – октябрь – Организация волонтерского движения;</p> <p>2 – й этап активный: ноябрь – апрель – Апробация новых форм организации занятости детей, для профилактики вредных привычек, воспитания здорового образа жизни, самодисциплины в профилактике опасных заболеваний;</p> <p>3 – й этап: май – июнь совершенствование и распространение волонтерского движения (вожатые в лагере с дневным пребыванием детей)</p>
Ожидаемые результаты освоения программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Повышение мотивации к сохранению здоровья, соблюдению здорового образа жизни, профилактику опасных заболеваний среди школьников через активную работу волонтерского движения.</li> <li>2. Вовлечение в работу волонтерского отряда «Мы выбираем здоровье!» учащиеся стоящие на всех видах учета и детей из семей «группы риска», что будет способствовать организации их досуга.</li> <li>3. Участие в мероприятиях не только школьного, но и более высоких уровней, посвященных здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек и опасных заболеваний.</li> <li>5. Организация сотрудничества обучающихся с медицинскими работниками школы, студентами медицинского колледжа, медицинского университета.</li> <li>6. Развитие шефской работы через мероприятия направленные на формирование культуры здоровья участниками волонтерского движения в начальной школе и 5-7 классах основной школы, в лагере с дневным пребывание детей во время каникул</li> </ol>

## Пояснительная записка

«Тот, кто ничего не делает для других,  
ничего не делает для себя» Гёте

Современные школьники охвачены стремительной глобализацией, цифровизацией, развитием социальных сетей, виртуальная реальность для многих из них стала главной реальностью, что способствует подмене общечеловеческих ценностей, быстрому взрослению. Повсеместная реклама соблазнов жизни не простое испытание для не укрепившегося сознания. Пока ребенок находится в тесном контакте с родителями, ему легче справиться с этими соблазнами, но взрослея, он старается стать более независимым и тогда ежедневно ему приходится делать правильный выбор, отстаивать свою жизненную позицию, которая основывается на знании и собственном приобретенном опыте. Но удастся ему это только тогда, когда жизненная позиция будет активной, а приобретенный опыт положительный.

Поэтому в настоящее время основная воспитательная задача школы заключается в формировании у подростков социальной и личностной компетентности.

Актуальность данной программы заключается в том, что она способствует формированию у подростков навыков социальной и личностной компетентности, позволяющих им противостоять давлению негативного социального окружения. Включенность в волонтерское движение позволяет подросткам решить большинство собственных психологических проблем, определиться с будущей профессией, повысить кругозор и общую осведомленность о последствиях нездорового образа жизни, не соблюдению профилактических мер при массовых заболеваниях. Формированию данной компетентности способствует сплоченный коллектив волонтеров, который на личном примере показывает преимущества здорового образа жизни, оказывает позитивное влияние на сверстников при выборе ими жизненных ценностей.

Цель программы: способствовать формированию ценностей культуры здоровья школьников, через развитие волонтерского движения в школе.

Задачи:

- углубить и расширить предметные компетенции обучающихся о здоровье, его составляющих; о пагубном воздействии на организм вредных привычек;
- способствовать развитию компетенций ЗОЖ, его преимуществах;
- расширить знания об опасных заболеваниях современного мира и способах их профилактики;
- развивать волонтерское движение как новую форму занятости детей, способствующую профилактики вредных привычек, массовых заболеваний, формированию здорового образа жизни;
- создать условия, позволяющие членам волонтерского отряда раскрыть свои способности и оказывать позитивное влияние на сверстников;
- мотивировать учащихся, состоящих на различных видах учета и детей семей «группы риска», на добровольческую деятельность в волонтерском движении, формировать сплоченный детский коллектив волонтеров.

Особенности программы.

Программа внеурочной деятельности школьного волонтерского отряда юных медиков «В ритме сердца!» имеет естественно - научную направленность с практической ориентацией.

Представленная рабочая программа разработана для учащихся 14-17 лет, она реализуется первый год, 34 часа, 1 раз в неделю, по этапам:

- 1 – й этап стартовый (в течение учебного года): организация волонтерского движения;
- 2 – й этап активный (ноябрь – май): апробация новых форм организации занятости детей, для профилактики вредных привычек, воспитания здорового образа жизни, соблюдения самодисциплины в условиях пандемии;
- 3 – й этап (июнь): совершенствование и распространение волонтерского движения (вожатые в лагере с дневным пребыванием детей).

Новизна программы заключается в апробации новых форм организации занятости детей:

- программа способствует вовлечению учащихся, стоящих на разных видах учета, на добровольной основе.

Формы и методы работы: лекции, беседы, круглые столы, радио-выпуски, викторины, акции, флешмобы, тренинги, марафоны, видео-лекторий, выставки, спектакль, игры, презентации, конференции.

Программа включает и раскрывает основные содержательные линии:

- «Культура здоровья»;
- «Вредные привычки»;
- «Основы ЗОЖ, его составные части»;
- «Здоровый психологический климат в школе и семье»;
- «Кибербезопасность школьников в интернет-пространстве»;
- «Опасные заболевания человечества, их профилактика и роль самодисциплины в борьбе с пандемией».

Планируемые результаты освоения программы:

1. Повышение мотивации к сохранению здоровья, соблюдению здорового образа жизни, профилактику опасных заболеваний среди школьников через активную работу волонтерского движения.
2. Вовлечение в работу волонтерского отряда «В ритме сердца!» учащихся стоящие на всех видах учета и детей из семей «группы риска», что будет способствовать организации их досуга.
3. Участие в мероприятиях не только школьного, но и более высоких уровней, посвященных здоровому образу жизни, профилактике вредных привычек и опасных заболеваний.
5. Организация сотрудничества обучающихся с медицинскими работниками школы, студентами медицинского колледжа, медицинского университета.
6. Развитие шефской работы через мероприятия направленные на формирование культуры здоровья участниками волонтерского движения в начальной школе и 5-7 классах основной школы, в лагере с дневным пребывание детей во время каникул

Критерии оценки результатов освоения программы:

- повышение уровня сформированности культуры здоровья учащихся МБОУ СОШ с.Ульяновка;
- увеличение числа учащихся включающихся в волонтерскую деятельность;
- снижение количества учащихся, состоящих на различных видах учета;
- увеличение числа участников игровых конкурсов, марафонов, научно-практических конференций;
- увеличение числа выпускников, поступающих в медицинские учебные заведения;
- методические разработки интересных мероприятий.

#### Содержание программы

Программа разбита на шесть разделов:

1. «Культура здоровья» - определение и составляющие здоровья, статистика заболеваний, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.
2. «Вредные привычки» - профилактика употребления алкоголя, табакокурения, ПАВ в подростковой среде, другие вредные привычки.
3. «Основы ЗОЖ»
  - Рациональное питание - основы правильного питания, гигиенические основы культуры питания. Полезная и вредная пища.
  - Физическая активность - важность и необходимость занятий спортом для физического здоровья. Последствия пребывания тела в длительном статическом положении.
4. «Здоровый психологический климат в школе и семье» - эмоциональная составляющая здоровья. Эмоциональный интеллект.
5. «Кибербезопасность школьников в интернет-пространстве» - методы борьбы с опасными сетевыми контактами. Интернет и психическое здоровье школьников.
6. «Опасные заболевания человечества, их профилактика и роль самодисциплины в борьбе с пандемией» - опасные вирусные и бактериальные заболевания.

**Тематический план мероприятий внеурочной деятельности школьного волонтерского отряда юных медиков «В ритме сердца.»**

№ п/п	Название мероприятия	Участники мероприятия
1	Собрание активистов отряда, набор новых участников, презентация деятельности отряда	Волонтеры
2	Конкурс плакатов на формате А-4 «Здоровье – это...»	Волонтёры, учащиеся 1-11 классов (лучший плакат от класса)
3	Игра-викторина путешествие на поезде «Здоровье»	Волонтеры, обучающиеся 5-6 классов (команды по 6 человек)
4	Выпуск газет к Всемирному дню сердца «Берегите сердца»	Волонтеры, обучающиеся 8-9 классов (по 1 газете от класса)
5	Конкурс мини-сочинений «Почему ухудшается зрение»	Волонтеры, обучающиеся 6-7 классов
6	Работа волонтерской группы соц. опрос учащихся 9-11 классов «Твоё отношение к вредным привычкам».	Волонтеры, обучающиеся 9-11 классов
7	Видео-лекторий «Алкоголь – путь в никуда»	Волонтеры, обучающиеся 10-11 классов
8	Викторина «В объятиях табачного дыма»	Волонтеры, обучающиеся 8-9 классов (команда 6 человек)
9	Конкурс плакатов на формате А-4 о вредных привычках	Волонтеры, обучающиеся 5-7 классов (лучший плакат от класса)
10	Марафон здоровья «В здоровом теле – здоровый дух»	Волонтеры, учителя физической культуры, учащиеся 1-4 классов (команда)
11	Флешмоб «Здоровое поколение – будущее страны»	Волонтёры, учащиеся 10-11 классов (группа от параллели)
12	Видео-лекторий, посвященный Всемирному дню борьбы со СПИДом «Проблема ВИЧ и СПИДа в масштабах планеты»	Студентка медицинского университета для 9-11 классов
13	Защита проектов	Волонтеры, учащиеся 9-11 классов (индивидуально)
14	Лекция «Жизнь без вредных привычек» Тренинг здоровья	Студент медицинского колледжа для 10-11 классов
15	Выставка творческих работ «Ноты здоровья»	Волонтёры, учащиеся 1-4 классов (лучшие работы)
16	Конкурс плакатов о ЗОЖ	Волонтеры, учащиеся 5-6 классов (по 1 плакату от класса)
17	Викторина о ЗОЖ	Волонтеры, учащиеся 7-8 классов (команда)
18	Литературно-игровой час «Ешь правильно -знай правила»	Волонтеры, учащиеся 1-4 классов (выступления в классах)
19	Мероприятия в рамках декады наук	Волонтеры, учащиеся 1-11 классов

20	Профорориентационное мероприятие «Живи настоящим – думай о будущем» о медицинских профессиях	Студентка медицинского университета для обучающихся 9, 11 классов
21	Своя игра «Витамины для здоровья»	Волонтеры, учащиеся 8-9 классов (команда)
22	Спортивный конкурс «Веселые старты»	Волонтеры, команда учащихся 5-6 классов (команда 5 мальчиков и 5 девочек)
23	Защита проектов	Волонтеры, учащиеся 5-8 классов
24	«Кибербезопасность и твое психическое здоровье»	Волонтеры, учащиеся 10-11 классов (сообщение)
25	Тестирование Психологический климат в школе и семье	Волонтеры, учащиеся 9-10 классов
26	Изготовление буклетов «Семья – институт здоровья» для распространения на общешкольном родительском собрании	Руководитель волонтерского движения, волонтеры.
27	Акция, посвященная Всемирному дню борьбы с туберкулезом «Свободный вдох»	Волонтеры, учащиеся 7-8 классов
28	Минисообщения о Коронавирусе и его профилактике	Волонтеры, учащиеся 5-7 классов
29	Выпуск газеты об опасных заболеваниях, вызывающих эпидемии и пандемии	Волонтеры
30	Профорориентационная акция «Твой выбор»	Волонтеры, учащиеся 8,10 классов
31	Урок здоровья. Спортивный квест	Волонтеры, учителя физической культуры
32	Участие в городской акции «Белая ромашка»	Участники волонтерского движения (по желанию)
33	Оздоровительно-экологическая игра «Здоровье планеты - наше здоровье»	Волонтеры, учащиеся 5-6 классов (команды)
34	Спортивные соревнования, посвященные Дню защиты детей «Быть здоровым- здорово!»	Волонтеры, учителя физической культуры



Источники информации:

1. Анастасова Л.П. Биология. Формирование здорового образа жизни подростков. 6-9 класс. Методическое пособие/ Л.П. Анастасова, В.С. Кумченко, Т.А. Цехмистеренко. – М.: Вентана-Граф, 2016.
2. Безруких М.М. Как разработать программу формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в образовательном учреждении/ М.М. Безруких, Т.А. Филиппова.- М.: Просвещение,2016
3. Дрыганов И.Д. Вич не передается через дружбу. Оставайтесь людьми. М.: Фоку-Медиа, 2008.
4. Дереклеева Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья. М.: ВАКО, 2007. / Мастерская учителя.
5. Иванушкина Л. «Культура здоровья». «Здоровье детей», 2006. - №1.
6. Ковалько В.И. «Здоровьесберегающие технологии в школе. М.: «ВАКО», 2008.
7. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003. – 268 с.
8. Федорова М.З., Кумченко В.С., Лукина Т.П. Экология человека. Культура здоровья. - М.; Вента- Граф, 2003.
9. Шорыгин Т.А. «Беседы о здоровье». Методическое пособие. Творческий центр «Сфера», Москва, 2004.
10. <http://www.rusedu.ru/detail>
11. Фестиваль педагогических идей <http://festival.1september.ru/articles/509616/>





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 726242342903868691666490759959119263676517201283

Владелец Цыбьяков Александр Александрович

Действителен с 18.09.2023 по 17.09.2024

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 701031612826891639560652498134944806191634741006

Владелец Цыбьяков Александр Александрович

Действителен с 15.09.2024 по 15.09.2025