

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ТОГУРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ  
ГЕРОЯ РОССИИ СЕРГЕЯ ВЛАДИМИРОВИЧА МАСЛОВА»

«ПРИНЯТО»  
на педагогическом совете  
Протокол № 28  
от 19.08.2024



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ «Тогурская  
СОШ» \_\_\_\_\_ О.А.Пшеничникова  
приказ № 272 от 19.08.2024

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА  
Направленность (Социально-гуманитарная)

Клуб волонтеров «Будьте здоровы!»

**Возраст обучающихся:** 7 - 10 лет

**Уровень:** стартовый

**Срок реализации:** 4 года

**Количество часов в год:** 66 часа

Автор-составитель:  
Прилуцкая Татьяна Александровна,  
учитель начальных классов

Настоящая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Будьте здоровы!» включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы, тематическое планирование и календарный учебный график. Пояснительная записка отражает общие цели и задачи изучения, место в структуре учебного плана, а также подходы к отбору содержания, к определению планируемых результатов и к структуре тематического планирования, примерные виды деятельности и формы занятий. Деятельность школьного клуба волонтеров организуется по следующим направлениям: воспитание гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека; воспитание нравственных чувств и этического сознания; воспитание трудолюбия; формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни; воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание); воспитание ценностного отношения к прекрасному. Ресурсы и возможности волонтерской группы «Будьте здоровы!» органично включены в сферу деятельности образовательного учреждения.

Содержание обучения представлено тематическими блоками, которые предлагаются для обязательного изучения в каждом классе на уровне начального общего образования. Содержание обучения в конце четвертого года обучения завершается перечнем универсальных учебных действий (познавательных, коммуникативных, регулятивных), которые возможно формировать с учётом возрастных особенностей обучающихся. Программа обеспечивает достижение учащимися начальной школы определённых личностных и метапредметных результатов. Даны критерии эффективности реализации программы «Будьте здоровы!».

### **1.1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Будьте здоровы!» ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания, с учётом рабочей программы воспитания обучающихся на уровне начального общего образования МБОУ «Тогурская СОШ им. С.В. Маслова».

Происходящий по всему миру рост осознания того, что добровольчество вносит важный вклад, как в экономическое, так и в социальное развитие, способствует сплочению общества, укреплению доверия между людьми, свидетельствует о том, что основные идеи и ценности добровольчества становятся важнейшими приоритетами человечества в новом тысячелетии. Волонтерское движение – институт воспитания семейственности, честности, справедливости, дружбы, верности, милосердия, вдохновения, ответственности, созидательности, терпимости, трудолюбия, умеренности и добра. Оно представляет собой добровольную консолидированную социально полезную деятельность открытого объединения детей. В ходе волонтерской работы обучающимся предоставляется возможность удовлетворить свои потребности в социально приемлемой форме, узнать себя, разрешить собственные проблемы, получить новые знания, приобрести необходимые навыки личностной ответственности, улучшить собственные коммуникативные способности. Актуальность программы обусловлена необходимостью формирования здорового образа жизни в детской среде. Здоровьесберегающие технологии прочно вошли в

учебно-воспитательный процесс МБОУ «Тогурская СОШ им.С.В.Маслова» и являются одним из перспективных направлений работы педагогического коллектива. Современная концепция пропаганды здорового образа жизни и профилактики рискованного поведения предполагает, что дети – в лице волонтеров – тоже принимают в этом участие и проявляют не меньшую инициативу, чем взрослые. Новизна программы состоит в том, что в процессе реализации программы воспитанники не только получают объективную о правилах ЗОЖ, но и сами формируют стиль жизни сверстников вне семьи. Программа волонтерского объединения «*Будьте здоровы!*» ориентирована на развитие личности ребёнка, в частности, на раскрытие таких качеств, как инициативность, самовыражение, способность к нестандартным решениям, творчество. Волонтеры руководствуются в своей деятельности одним общим *принципом* — безвозмездно помогать людям.

#### Примерные виды деятельности и формы занятий

*Воспитание гражданственности, уважения к правам, свободам и обязанностям человека:*  
получение первоначальных представлений о волонтерском движении в России, ознакомление с принципами деятельности волонтеров (на плакатах, презентациях, в процессе бесед);

ознакомление с деятельностью волонтеров России (в процессе бесед, просмотра видеороликов, изучения опыта деятельности различных волонтерских объединений на слётах и сборах волонтеров);

ознакомление с историей и традициями волонтерского движения в районе, школе (в процессе бесед, просмотра документальных фильмов, творческих конкурсов, фестивалей, праздников, экскурсий);

знакомство с важнейшими событиями в истории школы, района, страны (в процессе бесед, проведения классных часов, просмотра документальных фильмов, презентаций, участия в подготовке и проведении мероприятий);

знакомство с деятельностью общественных организаций патриотической и гражданской направленности, детско-юношеских движений, организаций, сообществ, с правами гражданина (в процессе активного участия в социальных проектах и мероприятиях, проводимых детско-юношескими организациями).

*Воспитание нравственных чувств и этического сознания:*

получение первоначального представления о традиционных моральных нормах россиян (в процессе бесед); ознакомление с основными правилами поведения в школе, общественных местах, обучение распознавать хорошие и плохие поступки (в процессе бесед, классных часов, просмотра видеороликов, наблюдения и обсуждения в педагогически организованной ситуации поступков, поведения разных людей); активное участие в делах благотворительности, милосердия, в оказании помощи нуждающимся, заботе о животных, живых существах, природе (в процессе социальных, благотворительных, экологических акций).

*Воспитание трудолюбия*

В процессе проведения различных мероприятий учащиеся приобретают начальный опыт участия в общественно полезной деятельности на базе школы (природоохранительная деятельность, трудовые акции).

*Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни:*  
приобретение познаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (бесед, просмотра

видеороликов, в системе внеклассных мероприятий, включая встречи со спортсменами, тренерами, представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью);

участие в агитбригадах о значении занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта, прогулок на природе для укрепления своего здоровья;

практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простейших элементов спортивной подготовки (на уроках физической культуры, в спортивных секциях школы и внешкольных учреждений, при подготовке и проведении подвижных игр, туристических походов, спортивных соревнований);

составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;

получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться оздоравливающим влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания

(здоровьесберегающими формами досуговой деятельности в процессе бесед, игровых и тренинговых программ в системе взаимодействия образовательных и медицинских учреждений);

получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, психического (душевного) и социального (здоровья семьи и школьного коллектива) - в ходе бесед с педагогами, школьными психологами, медицинскими работниками, родителями; получение знаний о негативном влиянии ПАВ на здоровье человека (агитбригады, акции, беседы с медработниками, социальными педагогами, школьным психологом)

*Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание):*

усвоение элементарных представлений об экокультурных ценностях, нормах экологической этики, об экологически грамотном взаимодействии человека с природой (в беседе, просмотре фильмов);

получение первоначального опыта экологически грамотного поведения в природе (в ходе экскурсии, прогулки, туристических походов);

получение первоначального опыта участия в природоохранительной деятельности (в школе и на пришкольном участке, экологических акциях, десантах, высадка растений, создание цветочных клумб, очистка доступных территорий от мусора, подкормка птиц и т.д.);

усвоение позитивных образцов взаимодействия с природой (при поддержке родителей расширение опыта общения с природой, заботы о животных и растениях, участие вместе с родителями в экологической деятельности по месту жительства).

*Воспитание ценностного отношения к прекрасному:* обучение видеть прекрасное в окружающем мире, природе родного края, в том, что окружает учащихся в пространстве школы и дома, сельском ландшафте (через беседы); обучение различать добро и зло, отличать красивое от безобразного, плохое от хорошего, созидательного от разрушительного (участие в сборах и слётах волонтеров, литературно-музыкальных композициях, акциях).

*Условия обучения*

- обучение организовано на добровольных началах всех сторон (дети, родители, педагоги);
- группа сформирована по возрастному признаку: дети 7-10 лет

*Формы и режим занятий:* занятия проводятся в группе 15 – 20 человек 2 раза в неделю;  
Продолжительность занятий: 2 раза x 40 мин.

*Сроки реализации:* образовательная программа рассчитана на 4 года обучения. Основная форма обучения – групповая работа, предполагающая развитие внутригрупповых процессов взаимодействия. В программу включены фронтальные формы работы с обучающимися. Программа «Будьте здоровы!» создана для обучающихся начальных классов. Курс рассчитан на 270 часов.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** формирование и утверждение позитивного отношения к здоровью; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.

### **Задачи:**

- создать сплочённый детский коллектив;
- дать понятие и представление о здоровье и его значимости;
- показать важность режима дня, правильного питания, гигиенических процедур для здоровья младшего школьника;
- утверждать позитивное отношение к здоровому образу жизни;
- формировать активную жизненную позицию у детей.

Деятельность участников волонтерского движения строится на следующих **принципах:**

- добровольность;
- самоуправление;
- непрерывность и систематичность;
- осознание членами волонтерского движения личностной и социальной значимости их деятельности;
- ответственное отношение к деятельности.

## **1.2.Содержание программы**

Организация деятельности волонтерского объединения осуществляется по следующим **направлениям:**

1. Воспитание уважения к правам, свободам и обязанностям человека. Ценности: *свобода и ответственность; доверие к людям.*
2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания. Ценности: *нравственный выбор; смысл жизни; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших.*
3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни. Ценности: *трудолюбие; творчество; познание; истина; созидание; целеустремленность; настойчивость в достижении целей; бережливость.*

4. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.  
 Ценности: *здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива), активный, здоровый образ жизни.*
5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание). Ценности: *жизнь; родная земля; заповедная природа; планета Земля.*
6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание). Ценности: *красота; гармония; духовный мир человека*

#### Учебный план

№ п/п	Наименование Тема (модуля)/темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
<b>Тема 1</b>					
1.	Из истории волонтерского движения в России.	32	22	10	Тестирование, практическое задание
<b>Тема 2.</b>					
2.	Познаю себя и других: здоровье психическое, физическое и социальное.	32	16	16	Практическое задание
<b>Тема 3.</b>					
3.	Учимся различать добро и зло, красивое и безобразное.	32	16	16	Практическое задание
<b>Тема 4.</b>					
4.	Акции и конкурсы.	60	16	44	Практическое задание
<b>Тема 5.</b>					
5.	Здоровый образ жизни.	34	12	22	Практическое задание
<b>Тема 6.</b>					
6	Благотворительность и милосердие.	28	12	16	Практическое задание
<b>Тема 7.</b>					
7	Экологическая деятельность волонтера	36	16	20	Практическое задание
<b>Тема 8.</b>					
8	Создание печатной продукции.	16	8	8	Практическое задание

## **1.4. Содержание учебного плана**

### **Тема 1. Из истории волонтерского движения – 32 часа.**

Теория – 22 часа. Из истории волонтерского движения в России, в школе. Практика – 10 часов. Создание волонтерской группы. Деятельность волонтеров в районе и школе. Информационный стенд.

### **Тема 2. Познаю себя и других – 32 часа**

Теория – 16 часов. Элементарные представления о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, психического (душевного) и социального (здоровья семьи и школьного коллектива). Практика – 16 часов. Психологическая подготовка волонтера.

### **Тема 3. Добро и зло, красивое и безобразное, хорошее и плохое – 32 часа**

Теория – 16 часов. Правилами поведения в школе, общественных местах. Хорошие и плохие поступки. Практика – 16 часов. Сбор волонтеров. Видеоролики.

### **Тема 4. Акции и конкурсы – 60 часов.**

Теория – 16 часов. Как организовать и провести акцию? Практика – 44 часа. «Активные перемены». Акции и конкурсы. Видеоролик.

### **Тема 5. Пропаганда ЗОЖ – 34 часов.**

Теория – 12 часов. Здоровый образ жизни. Возможности человеческого организма. Как укрепить здоровье?  
Практика – 22 часа. Режим дня. Чистота тела. Грамотное питание. Влияние ПАВ на здоровье человека. Видеоролик.

### **Тема 6. Благотворительная деятельность волонтера – 28 часов.**

Теория – 12 часов. Благотворительные акции.  
Практика – 16 часов. Посильное участие в делах благотворительности, милосердия. Видеоролик.

### **Тема 7. Экологическая деятельность волонтера – 36 часов.**

Теория – 12 часов. Человек и природа. Экологическая этика. «Экологическая сказка». Практика – 20 часов. Экологически грамотное поведение в природе, природоохранительная деятельность. Видеоролик.

### **Тема 8. Создание печатной продукции – 16 часов.**

Теория – 8 часов. Листовки. Буклеты. Бюллетени.  
Практика – 8 часов. Плакат.

## 1.5 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК Приложение 1

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
-------	-------	-------	--------------------------	---------------	--------------	--------------	------------------	----------------

### 1.6. Планируемые результаты

Программа обеспечивает достижение учащимися начальной школы определённых личностных и метапредметных результатов.

#### Личностные результаты

1. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию.
2. Формирование чувства гордости за клуб волонтеров «Будьте здоровы!», осознание своей принадлежности к волонтерскому движению в районе, стране, мире.
3. Формирование нравственных ценностей российского общества.
4. Наличие собственной определенной позиции по отношению к употреблению ПАВ, готовность говорить на эту тему со сверстниками.
5. Формирование умения грамотно сформулировать заповеди здорового образа жизни; 6. Становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций.
7. Сформированность основ гражданской идентичности.
8. Принятие и освоение социальной роли волонтера, развитие мотивов волонтерской деятельности и формирование личностного смысла данной деятельности.
9. Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.
10. Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.
11. Активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания.
12. Проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
13. Умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимодействия, дружбы, толерантности.
14. Готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества.



### Метапредметные результаты

1. Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
2. Формирование навыков работы с компьютером, с различными видами информации, опыта межличностного взаимодействия, овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи волонтерской деятельности.
3. Организация спортивной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря, организация места проведения соревнований.

*Познавательные* умения характеризуют формируемые у школьника методы освоения окружающего мира:

А) владеть умениями моделирующей деятельности (работать с доступными предметными, знаковыми, графическими моделями; создавать простейшие модели);

Б) освоить информационно – технологические умения (поиск, обработка, преобразование информации; представление информации в разных видах и формах).

*Коммуникативные* умения характеризуют возможные достижения в речевом, языковом развитии учащегося и в деятельности общения;

А) Овладеть умениями воспринимать речь устную и письменную (адекватно воспринимать и осмысливать звучащую речь).

Б) Овладеть умениями строить диалогическую речь (обмениваться доступной информацией, учитывать особенности диалога и участников общения; приводить доказательства; высказывать свою точку зрения).

*Регулятивные* (организационные) умения:

А) Освоить умения планировать деятельность (намечать цель; выбирать целесообразные средства достижения цели; выбирать партнеров деятельности).

Б) Овладеть умениями анализировать (определять целесообразность действий, операций, средств; оценивать качество процесса деятельности и отношения участников к ней).

*Эмоционально – ценностные* умения характеризуют умения, отражающие эмоциональное отношение учащегося к окружающему миру во всех его проявлениях:

А) Освоить умения рефлексивной деятельности (анализировать собственные действия, поведение, чувства, способности; высказывать суждения о полученной информации; анализировать и объективно оценивать отношение к себе со стороны сверстников, пользоваться приемами самонаблюдения).

Б) Быть способным к сопереживанию (проявлять понимание чужих проблем, эмоционально реагировать на негативные проявления в детском обществе).

**В конце обучения воспитанник должен знать:**

- кто такие волонтеры;
- принципы волонтерского движения;

- историю волонтерского движения в школе;
- основы ЗОЖ;
- режим дня младшего школьника;
- последовательность подготовки и проведения акций;
- традиционные акции волонтеров;

Воспитанник **должен уметь:**

- подготавливать и проводить акции;
- отыскивать нужную информацию в различных источниках;
- сознательно пропагандировать здоровый образ жизни.

Воспитанник способен **проявлять следующие отношения:**

- проявлять интерес к проблемам окружающих людей;
- эмоционально откликаться на события окружающей жизни, поступки людей; слушать собеседника и высказывать свою точку зрения;
- предлагать свою помощь.

Воспитанник **сможет решать** следующие жизненно-практические задачи:

- делиться своими знаниями и опытом с другими обучающимися, прислушиваться к их мнению;
- понимать необходимость ведения здорового образа жизни.

### 2.1. Критерии эффективности реализации программы

№	показатели	Начало года	Конец года
1.	Число постоянных волонтеров в организации.		
2.	Количество членов волонтерского объединения.		
3.	Активно работающие волонтеры (% от общего числа волонтеров).		
4.	Разработка и внедрение проектов.		
5.	Участие в школьных, районных, всероссийских акциях.		
6.	Количество проведенных волонтерских акций, мероприятий.		
7.	Процент волонтеров, покинувших программу через 6 и 9 месяцев.		
8.	Узнаваемость организации и волонтеров.		

9.	Удовлетворение волонтеров от программы.		
10.	Число нуждающихся, получивших услуги волонтеров.		
11.	Позитивные отзывы о деятельности волонтеров (количество благодарностей).		
12.	Количество публикаций в СМИ о деятельности волонтеров.		
13.	Количество занимающихся в спортивных секциях, кружках.		

В качестве методов диагностики личностных изменений ребенка можно использовать наблюдение, анкетирование, тестирование, диагностическую беседу, метод рефлексии, метод незаконченного предложения и другие.

## **2.2. Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы дополнительного образования «Будьте здоровы!» созданы условия. Имеются необходимые помещения для проведения сборов, акций, праздников: кабинет № 19, актовый и спортивный залы, библиотека, рекреации. Техническое оснащение – компьютер, проектор, интерактивная доска, наличие информационного стенда – позволяют проводить мероприятия на высоком уровне.