

Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Центрального района Санкт-Петербурга «Развитие»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
ППМС-центра «Развитие»
Центрального района
Санкт-Петербурга
Протокол № 1
от 25.08.2026

УТВЕРЖДАЮ
Директор ППМС-центра «Развитие»
Центрального района Санкт-Петербурга
Федорова Т.Б.
Приказ № 25-ОД от 25.08.2026



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

РАБОЧАЯ УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

ПРАВИЛЬНЫЕ ПРИВЫЧКИ

Возраст учащихся: от 12 до 15 лет

Срок реализации: в течение учебного года

Разработчики:

Бойчук Т.С., социальный педагог

Санкт-Петербург

2026 год

Оглавление

1.ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.	6
3. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ.....	6
4. МЕТОДЫ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	12
5. АДРЕСАТ. ПОКАЗАНИЯ И ОБОСНОВАННЫЕ КРИТЕРИИ ОГРАНИЧЕНИЯ И ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ НА ОСВОЕНИЕ ПРОГРАММЫ.	13
6. ГАРАНТИИ ПРАВ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ, ОПИСАНИЕ СФЕР ОТВЕТСТВЕННОСТИ, ОСНОВНЫХ ПРАВ И ОБЯЗАННОСТЕЙ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.....	13
7.ТРЕБОВАНИЯ К УСЛОВИЯМ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	15
8.ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	15
9. СИСТЕМА ОРГАНИЗАЦИИ КОНТРОЛЯ ЗА РЕАЛИЗАЦИЕЙ ПРОГРАММЫ.	16
10. СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЙ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ.	16
11. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ....	16
12. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.	17
13.ПРИЛОЖЕНИЯ.....	20

Девять десятых нашего счастья зависит от здоровья.

Шопенгауэр Артур

1.Пояснительная записка.

Актуальность и перспективность.

Современным российским обществом предъявляются повышенные требования к безопасности подрастающего поколения, особенно детей младшего школьного возраста. Бесспорно, что за безопасность жизни ребенка отвечает прежде всего семья. Однако продолжительную часть времени ученик находится в школе, поэтому возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности, а именно за формирование у них навыков здорового и безопасного поведения.

Навыки поведения имеют большое значение в формировании особенностей личности. Они складываются на основе знаний о нормах поведения и закрепляются упражнениями. Навыки поведения лежат в основе привычных форм поведения. Путем многократного повторения у ребенка могут сформироваться навыки правильного поведения. По утверждению ученых (Е.И. Бойко, С.А. Бородай, СЮ. Головин, Ф.Н., Гоноболин В.В. Давыдкина, Р.Г. Добрянская, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, М.И. Станкин, В.Н. Чулахов и др.) навыки как автоматизированные компоненты (составные части) сознательной деятельности, выработанные в процессе ее выполнения, входят почти во все виды деятельности человека и составляют подавляющую часть движений, которые мы совершаем. Навыки безопасного поведения человека относятся к группе смешанных навыков. Они образуются путем повторения выученных действий в виде упражнений с участием мышления и речи, когда происходит осмысление навыка.

Исследования П.П. Блонского, Л.С. Выготского, В.В. Давыдова, И.С. Кона, Б.Т. Лихачева, А.В. Петровского, В.А. Сухомлинского, К.Д. Ушинского, СТ. Шацкого, Д.Б. Эльконина и других свидетельствуют о том, что наиболее благоприятные возможности для развития личности имеются в детском возрасте. Изменения, которые происходят в этот период в организме детей, становятся основой для формирования центрального новообразования в личности ребенка, которое выражает объективную и субъективную готовность к полноценной жизни в обществе. Именно в это время закладываются основы будущей жизненной позиции человека.

При формировании навыков безопасного поведения младших школьников важно учитывать особенности физического развития детей, чтобы создать, во-первых, безопасные условия для их жизнедеятельности и, во-вторых, обеспечить эффективность формирования данных навыков. В книге «Мир детства. Младший школьник» под редакцией А.Г. Хрипковой приведены некоторые факты анатомо-физиологического развития ребенка. Авторы утверждают, что в возрасте от 6 до 12 лет большинство детей прибавляет в росте по 5-7 см в год. За период от 6 до 12 лет вес тела удваивается, увеличивается примерно от 18 до 36 кг. В этом возрасте отмечается наибольшее увеличение мозга - от 90% веса мозга взрослого человека в 5 лет и до 95% в 10 лет. Продолжается совершенствование нервной системы. Развиваются новые связи между нервными клетками, усиливается специализация полушарий головного мозга. Мышцы в младшем школьном возрасте становятся более сильными и прочными, но все же у ребенка они функционируют не так, как у

взрослого. Неловкость, некоординированность движений, неспособность долго сидеть спокойно и быстрая утомляемость характерны для детей с незрелой, недостаточно развитой мышечной тканью. По мере того как мышцы наливаются силой, дети испытывают все большую потребность в движении, физической активности.

Физиологические процессы в этом возрасте отличаются большей устойчивостью и выравненностью по сравнению с более ранним и более поздним возрастом.

Период младшего школьного возраста - один из главных этапов становления здоровья и формирования навыков безопасности, а также физического и психического статуса, на котором закладываются основы здорового образа жизни. Сегодня слабая подготовка младших школьников в вопросах безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, несоблюдение ими правил дорожного движения и пожарной безопасности; пренебрежение правилами личной гигиены и нормами здорового образа жизни в большинстве случаев являются причиной несчастных случаев и гибели детей.

Актуальным, также становится формирование ответственности с момента поступления ребенка в школу. Переход к школьному обучению означает коренную перестройку всего образа жизни ребенка. Перед первоклассником выдвигается целый ряд требований: он должен ходить в школу, заниматься тем, что предусмотрено школьной программой, выполнять требование учителя, неукоснительно следовать школьному режиму, подчиняться правилам поведения, добиваться результатов в учебе. Однако из-за недостаточной произвольности и несформированности волевых качеств многие первоклассники не могут подчинить свое поведение установленным правилам. Задача обучения и воспитания педагогов заключается в том, чтобы на протяжении первых лет обучения ребенка научить его сознательно управлять своим поведением и сформировать у него личностные компетенции, в том числе ответственность.

Ответственность как черта личности формируется в ходе совместной деятельности как результат осознания социальных ценностей, норм и правил. Ответственность находится в тесной взаимосвязи с эмоциональной, нравственной и мировоззренческой сторонами личности. Поэтому для формирования ответственности необходимо, чтобы ребенок эмоционально переживал полученные задания, осознавал важность, необходимость своей деятельности не только для него самого, но и для других людей; формировать ответственность можно только в том случае, если удастся наполнить методы формирования общественным смыслом.

У младших школьников ответственность находится в процессе формирования. Этот процесс зависит от того, как развивается и усложняется деятельность ребенка (игра – учеба – труд), какая деятельность в настоящий момент является ведущей, как изменяется место, занимаемое им в системе общественных отношений. Поэтому об ответственности младшего школьника можно говорить как об относительно устойчивом качестве, проявляющемся на уровне привычки, эмоционального порыва или на уровне сознательно-волевой напряженности.

Условия воспитания ответственности младшего школьника:

- самоуважение;
- разумные ограничения;

- продолжительность и постепенность;
- учёт возрастных и индивидуальных особенностей;
- учёт особенностей характера;
- учёт личного опыта.

Нормативно-правовые основания.

- Конвенция о правах ребенка (Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года. Ратифицирована третьей сессией Верховного Совета СССР 13 июня 1990 года. Действительна в отношении РФ как правопреемницы СССР).
- Страсбургская декларация. Деонтологический Кодекс. Принята 21 октября 1990 года.
- Конституция Российской Федерации. Принята на всенародном голосовании 12 декабря 1993 г, вступила в силу 25 декабря 1993 года.
- Гражданский кодекс Российской Федерации (ГК РФ) от 30.11.1994 N 51-ФЗ, принят ГД ФС РФ 21.10.1994, в ред. От 27.07.2010.
- Трудовой Кодекс РФ.
- Федеральный закон от 01.05.2017 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Федеральный закон от 24.06.1999 года ФЗ-№120 «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
- Федеральный закон от 24.07.98 №124 «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации».
- Закон Санкт-Петербурга № 230-42 О профилактике правонарушений в Санкт-Петербурге (с изменениями на 28 декабря 2016 года).
- Приказ Минобрнауки России от 15.03.2013 N 185 «Об утверждении Порядка применения к обучающимся и снятия с обучающихся мер дисциплинарного взыскания» (с изменениями на 21 апреля 2016 года).
- Распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 13.04.2006 N 340-Р «Об утверждении примерного положения о деятельности классного руководителя» (с учетом изменений, внесенных Распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 24.01.2007 № 57-р).
- Приказ министерства здравоохранения Российской Федерации от 06.10.2014 N 581н.

Цель программы: создание условий для овладения обучающимися объективными, соответствующими возрасту знаниями, а также формирования здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

Достижение поставленных целей предусматривает решение следующих основных задач:

1. Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.
2. Научить обучающихся совершать осознанный выбор поступков, позволяющий сохранять и укреплять физическое и психологическое здоровье.
3. Повышать уверенное поведение и умение противостоять групповому давлению, развивать поведенческую пластичность.

Общая характеристика программы.

Программа носит модульно-вариативный характер. Материалы программы

могут быть изменены, в зависимости от запросов администрации ГБОУ.

Групповые занятия реализуются в системе дополнительного образования ГБОУ, которые планируются из расчета 6 занятий в год.

Все занятия программы дополняют друг друга, каждая имеет свою специфику, свою просветительно-образовательную цель: информирование, проживание ситуации изнутри, проверка уровня знаний.

При разработке программы учтены возрастные и практические потребности обучающихся в определенном объеме и уровне знаний.

Программа имеет своей целью просвещение несовершеннолетних, формирование у них оптимального их возрасту уровня знаний и навыков о нормах общества и здоровье, использования этих знаний для защиты собственных интересов. Программа проводится социальными педагогами на базе ГБОУ, для обучающихся 1-4 классов, во внеурочное время, содержит подготовительный, основной и оценочный этапы.

2. Структура и содержание программы.

Структура.

Программа рассчитана на 6 часов

Регулярность занятий – 2 раза в неделю

Цикл – 3 недели

Продолжительность занятия – 40-80 минут

В программе участвует весь класс

Содержание.

Программа состоит из четырех этапов:

1. Подготовительный – знакомство социальных педагогов с классным руководителем или социальным педагогом ГБОУ, ознакомление последнего с тематикой программы, сроками реализации, возможными результатами.

2. Диагностический - проводится диагностика обучающихся с целью выявления уровня их знаний и навыков в области здоровьесбережения.

3. Основной – проведение самой программы (3 модуля программы).

4. Повторная диагностика - проводятся те же диагностические методики, что на втором этапе с целью выявления динамики уровня знаний.

Формы и методы, используемые в заданиях, упражнениях и играх, стимулирующие социальную активность обучающихся:

- ситуативные (рассмотрение реальных ситуаций);
- дискуссионные (обсуждение реальных проблем, обмен идеями, мнениями);
- рефлексивные (самоанализ, осмысление и оценка собственных действий);
- игровые (моделирование реальных ситуаций).

3. Сроки и этапы реализации.

Учебный план программы.

	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретических часов	Практических часов	

	«Здоровый образ жизни»	2	1	1	Диагностическое обследование, наблюдение, рефлексия
	«Безопасное поведение в школе и на улице»	2	1	1	Наблюдение, рефлексия
	«Я уверен - я могу!»	2	1	1	Диагностическое обследование, наблюдение, рефлексия
Итого		6	3	3	

**Учебно-тематический план программы
(на 6 часов)**

	Наименование блоков	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретических часов	Практических часов	
1	«Здоровый образ жизни»	2	1	1	Диагностическое обследование, наблюдение, рефлексия
1.1	Я и мое здоровье. Режим дня. Культура и режим питания.	1	0,5	0,5	наблюдение, рефлексия
1.2	Мифы и факты о вредных привычках. Игра: Основные законы здоровья	1	0,5	0,5	наблюдение, рефлексия
2	«Безопасное поведение в школе и на улице»	2	1	1	Наблюдение, рефлексия
2.1	Общие правила поведения в школе. Опасные и безопасные ситуации	1	0,5	0,5	наблюдение, рефлексия
2.2	Наша улица, город, где мы живем. Дорожные знаки, зачем они нужны	1	0,5	0,5	наблюдение, рефлексия
3	«Я уверен - я могу!»	2	1	1	Диагностическое обследование, наблюдение, рефлексия
3.1	Уверенное поведение	1	0,5	0,5	наблюдение,

	– умение сказать НЕТ. Игра «Да или нет»				рефлексия
3.2	Приёмы отказа от опасных предложений. Ролевая игра в группах «Вопрос-ответ» Подведение итогов. Ответы на вопросы обучающихся	1	0,5	0,5	наблюдение, рефлексия
Итого		6	3	3	

Возможное содержание программы для учащихся младших классов, для учащихся с ограниченными возможностями.

1. Блок 1 «Здоровый образ жизни».

Представление ведущих. Введение в тему программы.

Диагностика – анкетирование Разделение класса на команды (5-6 человек).
Правила групповой работы, определение правил соревнования среди команд.

Мы с вами разделились на 3 туристические группы и каждая группа получит задание по подготовке к путешествию в страну здоровья (подготовительный этап – 2-3 мин). Нам нужно собрать вещи, выучить несколько слов из языка той страны, в которую мы поедem и познакомиться с её культурой. Помните, что я являюсь вашим туроператором в этой поездке, и поэтому вы можете обращаться ко мне с любыми проблемами, которые возникнут во время путешествия.

Группа 1 займётся сбором вещей в дорогу.

Ваша задача собрать вещи, которые могут потребоваться для того, чтобы сохранить наше здоровье (дети получают картинки-предметы: зубная щётка и паста, мыло, витамины, пачка сигарет, фрукты, пепси-кола, скакалка, чипсы, сок).

Их задача выбрать полезные вещи и продукты составить коллажи «Необходимые вещи» и «Вредные вещи».

2 группа – это наши лингвисты. Их задача - составить словарик полезных слов.

Дети получают разные слова и определения к ним. Их задача - найти правильное определение к понятиям. (слова: личная гигиена, вакцинация, закаливание, режим дня). Зачитывают определения для всех. Режим дня – порядок чередования различных видов деятельности и отдыха в течение суток. Личная гигиена (от греч. *hygieinos* – здоровый) — совокупность правил содержания тела, полости рта, а также пользования одеждой, обувью, способствующих сохранению и укреплению здоровья.

Закаливание – система мероприятий, позволяющих при использовании естественных сил природы (солнце, воздух и вода) повышать сопротивляемость организма.

Сбалансированное питание - разнообразное, полноценное питание, характеризующееся необходимым количеством белков, углеводов, жиров.

Личная гигиена (от греч. *hygieinos* – здоровый) — совокупность правил содержания тела, полости рта, а также пользования одеждой, обувью, способствующих сохранению и укреплению здоровья ч

Сбалансированное питание - разнообразное, полноценное питание, характеризующееся необходимым количеством белков, углеводов, жиров.

3 группа: Будут исследовать культурное наследие. Составить из рассыпанных слов – карточек пословицы, объяснить их смысл.

Здоровье дороже...	...золота
Спи камешком...	...вставай перышком
Чистота – ...	...половина здоровья
Здоровье не купишь – ...	...его разум дарит
Аппетит от больного бежит,	а к здоровому катится
Ходи больше,	жить будешь дольше.
Чистота -	залог здоровья

Выводы: Наверное, каждый из ребят уже понял, что любой человек может стать здоровым, а для этого достаточно знать и соблюдать её основные законы.

1. Вести активный образ жизни.
2. Соблюдать личную гигиену.
3. Закаляться.
4. Правильно питаться.
5. Соблюдать режим дня.
6. Быть в хорошем настроении.

2. Блок 2 «Безопасное поведение в школе и на улице».

Введение в тему занятия. На доске написана тема занятия «Безопасное поведение в школе и на улице». Вопрос: «Что такое безопасное поведение?», «Важно ли придерживаться в жизни безопасного поведения?», из ответов детей делается вывод о необходимости и важности безопасного поведения в жизни.

Вывод: Каждый человек должен соблюдать правила поведения в школе, и на улице. Правила поведения в школе.

На доске появляется картинка школьников в школе. И задается вопрос, для обсуждения в парах: «Какие они знают права и обязанности ученика?» В подготовленной презентации, ведущий рассказывает как правильно вести себя в школе. Школа — маленькое государство. Здесь и взрослым и детям необходимо соблюдать обязательные правила поведения и внутреннего распорядка.

Основные правила, которые могут вспомнить дети.

«Общие правила поведения в школе».

3. Учащийся приходит в школу за 15 минут до начала занятий; чистый, опрятный, в школьной форме, снимает в гардеробе верхнюю одежду, надевает сменную обувь, занимает рабочее место с первым звонком и готовит все необходимые учебные принадлежности к предстоящему уроку.

4. Ученик обязан выполнять домашнее задание в сроки, установленные школьной программой.

5. По первому требованию учителя следует предъявлять дневник.

6. Ежедневно вести запись домашнего задания в дневнике.

7. Приносить на занятия все необходимые учебники, тетради, пособия, письменные принадлежности.

8. Нельзя приносить на территорию школы с любой целью и использовать любым способом оружие (в том числе ножи), взрывчатые, огнеопасные вещества; спиртные напитки, сигареты, наркотики, другие одурманивающие средства и яды.

9. Курение в школе и на территории школы запрещено.

10. Запрещается употреблять непристойные выражения и жесты.

11. Учащиеся школы должны уважать достоинство обучающихся и

работников школы.

12. Физическая конфронтация, запугивание и издевательства, попытки унижения личное дискриминация по национальному или расовому признаку являются недопустимым формами поведения. Школа категорически осуждает подобное поведение.

13. Учащиеся берегут имущество школы, аккуратно относятся как к своему, так и к чужому имуществу, соблюдают чистоту и порядок на территории школы. В случае причинения ущерба имуществу школы родители (законные представители) обязаны возместить его.

14. Все учащиеся принимают участия в мероприятиях по благоустройству школы и школьной территории, в меру своих физических возможностей.

15. Учащимся следует уважать право собственности. Книги, куртки и прочие личные вещи, находящиеся в школе, принадлежат их владельцам.

16. К учащимся, присвоившим чужие вещи, могут приниматься дисциплинарные меры, вплоть до уголовного наказания.

17. Учащимся, нашедшим потерянные или забытые, по их мнению, вещи, предлагается сдать их дежурному администратору или учителю.

18. Нельзя без разрешения педагогов или администрации школы уходить из школы в урочное время.

19. В случае пропуска занятий, учащийся должен предъявить классному руководителю справку или записку от родителей (лиц их замещающих) о причине отсутствия на занятиях. Пропускать занятия без уважительной причины запрещено.

Практическое занятие – дети делятся на группы описывают места которые представляют опасность. Правило поведения на улице. Ведущий знакомит обучающихся с правилами поведения на улице.

Правила личной безопасности на улице:

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.

2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите, меня уводит незнакомый человек".

3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.

4. Не ходите в отдаленные и безлюдные места.

5. Не приглашай домой незнакомых ребят.

6. Не принимайте подарки и угощения от незнакомых людей.

7. Не вступайте в разговор с незнакомым человеком на улице.

8. Не играй с наступлением темноты.

9. Не входите с незнакомым человеком в лифт

10. Будьте бдительны, не трогайте незнакомые подозрительные предметы.

11. Не вступайте в общение с религиозными пропагандистами на улице или в общественном месте.

12. Избегайте общения с пьяным человеком.

13. Научитесь быть наблюдательными.

Опасные места: закрытые задние двory, заброшенные дома, пустыри, подвалы и чердаки домов. Нельзя без взрослых находиться на рынках, вокзалах. Опасными также могут быть лесопарки и пустынные улицы в темное время суток.

Закрепление изученного: Мальчик гуляет по улице. К нему подходит незнакомый человек.

– Мальчик, дай мне, пожалуйста, телефон. Надо позвонить другу.

Мальчик может ответить: «У меня нет телефона» или «сейчас достану».

Вы гуляете на улице. Подходит незнакомый человек и говорит:

–Хочешь покататься на машине?

Что вы будете делать? (Ожидаемые ответы: «Нельзя садиться в машину с незнакомыми людьми», «Нельзя разговаривать на улице с незнакомыми людьми»...)

Шеринг.

3. Блок 3 «Я уверен - я могу!».

Обсуждение домашнего задания: сложные жизненные ситуации.

Диагностика.

Начнём наше занятие с игры. Правила игры такие: я буду задавать вопрос, а вы дружно отвечаете.

- Вы хотели бы вообще не гулять, а сидеть дома?
- Вы хотите сейчас услышать обидное слово?
- А хотели бы кому-нибудь сказать сейчас обидное слово?
- У вас есть желание скушать горькую конфетку?
- -А если это всё я сейчас вас заставлю сделать, как вы поступите?
- - А если я буду настаивать, оказывать на вас давление?
- - Просто ли вам будет мне отказать?

-Да, отказывать трудно, потому что вы ещё мало знаете о том, что такое давление. Как нужно отказать во время давления.

Способы давления.

- Расскажите, а вас кто-нибудь заставлял что-нибудь делать?

- А кто вас может заставить делать то, что вы не хотите? (Взрослые, сверстники).

- Взрослые, сверстники по-разному оказывают на вас влияние. Есть влияние на хорошие дела, может быть и наоборот. Сейчас поиграем в игру, из которой мы узнаем, какими способами можно заставить человека.

- Давайте выберем ученика, который не любит петь. (Каждой группе раздаю карточки с фразами: 1)Спой! У тебя голос лучше, чем у Ф.Киркорова. 2) Спой! Я дам тебе шоколадку.3) Спой! Если не споёшь, я не буду с тобой играть.

- Слово предоставляется команде желтых, красных, зелёных.

-Обратите внимание, какими способами ребята заставляют ученика спеть и как он отказывается.

- Трудно ли было ученику отказать?

- Как же он отказывался?

- Давайте запишем, как на ученика влияли

На доске: СПОСОБЫ ДАВЛЕНИЯ: Лесть-Угроза- Обещание награды- Дружеское давление

- Теперь запишем формы отказа:

На доске: ФОРМЫ ОТКАЗА: Нет- Не хочу- Не могу - Не буду-Сделаем вывод о том, что на наше настроение и поведение многое влияет. Некоторые влияния положительные, другие – отрицательные.

Давайте приведём примеры положительных и отрицательных влияний. (Дети приводят примеры, а педагог записывает в колонку к отрицательным или

положительным влияниям). Как вы думаете, они могут влиять на здоровье? А как?

- Иногда кто-то хочет от нас добиться, чтобы мы сделали что-то, чего мы не хотим, т.е. оказывают на нас давление.

« Уверенное поведение – умение сказать НЕТ»

- Ребята, очень часто возникают такие ситуации, в которых единственный возможный вариант поведения при групповом давлении – отказ! Это ситуации, в которых, отвечая «Да», ты можешь причинить вред себе или кому-то из окружающих.

- Приведите примеры таких ситуаций.

- К таким ситуациям следует заранее быть готовым. Как же это сделать?

Упражнение: Я буду бросать некоторым из вас мяч, поймавший делает мне предложение (например: отправиться в тундру, погулять)

Ведущий выражает отказ по-разному.

- Что вы можете сказать об услышанных отказах?

а) Отказ – соглашение: человек в принципе согласен с предложением, но по каким-то причинам не решается дать согласие. Например: ребята, – спасибо, но мне так неудобно вас затруднять.

- Кто получил на своё предложение такой вид отказа?

б) Отказ – обещание. Человек в принципе согласен с предложением, но в данный момент он не может его принять. Даётся понять, что при других обстоятельствах предложение было бы принято. «Пойдём завтра в кино» - «С удовольствием, но завтра у меня занятия по математике.

- Кто получил такой отказ?

в) Отказ – альтернатива. Отказ направлен на альтернативное предложение. Трудность такого отказа в том, чтобы придумать ценное альтернативное предложение: Пойдём завтра в спортзал» - «Давай лучше погуляем по посёлку».

г) Отказ – отрицание. Человек даёт понять, что не согласится ни при каких обстоятельствах на предложение. «Нет, я не поеду на лодке, потому что боюсь воды. Нет, я ни за что не поеду в лес».

д) Отказ – конфликт. Крайний вариант отказа – отрицание. Агрессивен по форме. Может содержать оскорбления или угрозы. «Давай сходим на дискотеку» - «Ещё чего! Сам топай!» Этот вид отказа эффективен в случае выраженного внешнего давления». Вывод: о разных видах отказа.

Анкеты обратной связи для детей. Подведение итогов работы по программе. Раздать в конце занятий памятки сделанные детьми.

4. Методы, используемые при реализации программы.

В программе, реализуемой в соответствии со стратегиями ФГОС второго поколения, используются следующие методы и технологии:

- развивающее обучение;
- проблемное обучение;
- коммуникативное обучение;
- личностно-ориентированный подход;
- игровые технологии;
- диалог культур;

- информационно-коммуникативные технологии (умение искать, анализировать, преобразовывать, применять информацию для решения проблем);
- групповые технологии;
- системный подход;
- работа в системе погружения;
- включение содержания обучения в контекст решения значимых жизненных задач;
- компьютерные технологии (программа Paint и др.).

Использование возможностей современных развивающих технологий позволяет обеспечить формирование базовых компетентностей современного человека:

- коммуникативной (умение эффективно сотрудничать с другими людьми);
- самоорганизации (умение ставить цели, планировать, контролировать свои действия – как после их завершения, так и по ходу, ответственно относиться к здоровью, полноценно использовать личностные ресурсы);
- самообразования (готовность конструировать и осуществлять собственную образовательную траекторию на протяжении всей жизни, обеспечивая успешность и конкурентоспособность).

Через игровые техники используются такие кейс-технологии как коллективная мыслительная деятельность при решении проблемной ситуации, технология критического мышления.

Обучающиеся должны проанализировать ситуацию, разобраться в сути проблем, предложить возможные решения и выбрать лучшее из них.

Кейсы базируются на реальном фактическом материале или же приближены к реальной ситуации.

Проблема и уровень трудности задаются самим исполнителем – моделирование ситуации как проблемную, трудноразрешимую или неразрешимую вовсе.

5. Адресат. Показания и обоснованные критерии ограничения и противопоказания на освоение программы.

Обучающиеся ГБОУ района 1-4 классов (возраст 7-11 лет).

Занятия проводятся для целого класса.

Группа формируется из обучающихся на добровольной основе, также приоритетным являются обучающиеся, состоящие на внутри школьном контроле, рассматриваемые на КДНиЗП, а также детей, входящих в группу риска, у которых наблюдается агрессивное поведение.

Противопоказанием является серьезные психосоматические состояния, сниженный интеллект, проявление открытого агрессивного поведения – данные дети могут являться группой риска для психологического и физического здоровья остальных участников программы, а также значительно снизить уровень обучаемости.

6. Гарантии прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы.

Способы, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы:

- Соблюдение этического кодекса педагогических работников в сфере образования России.

- Соблюдение принципов работы социального педагога государственного бюджетного учреждения дополнительного образования.

- Устав ППМСЦ «Развитие».

- Должностная инструкция социального педагога ППМСЦ «Развитие».

На первом занятии совместно с участниками проговариваются принципы групповой работы: уважать право участников быть уникальными, самостоятельно мыслить, не проявлять физическое и психическое насилие по отношению друг к другу.

Сферы ответственности, основных прав и обязанностей участников программы.

Ответственность	
Администрация ГБОУ	Соблюдение основных нормативных документов регламентации образовательного процесса ГБОУ
Социальный педагог	Реализация образовательного процесса, направленного на формирование уровня правосознания, повышения объема правовых знаний и навыков.
Родители обучающихся	Соблюдение полученных рекомендаций от социальных педагогов и администрации ГБОУ.
Основные права	
Администрация ГБОУ	Получить информацию по организации групповых занятий. Знакомиться с отчетностью и эффективностью реализации программы.
Социальный педагог	Повышать квалификацию в сфере профилактической работы по пропаганде ЗОЖ и правилам безопасного поведения. Реализовывать групповые занятия методами и способами, соответствующими возрасту, уровню знаний и навыков, психологическим особенностям обучающихся.
Родители обучающихся	Получать квалифицированное консультирование по проблемам их детей, связанных с компетентностью социального педагога в рамках программы.
Обязанности	
Администрация ГБОУ	Организовывать условия для проведения групповых занятий по программе.
Социальный педагог	Реализацию программы для обучающихся.
Родители	Информировать специалистов об изменениях в

обучающихся	поведении детей.
-------------	------------------

7.Требования к условиям реализации программы.

При рассмотрении условий реализации профилактических занятий по программе необходимы следующие условия:

1.Кадровые - Специалисты (социальные педагоги) ППМСЦ «Развитие» реализуют данную программу на базе образовательных учреждений Центрального района.

2.Организационно-педагогические условия - Реализация программы обеспечивается педагогическими кадрами, имеющими профессиональное педагогическое образование и систематически повышающими свою квалификацию.

3.Информационные - Педагог должен уметь использовать в своей работе компьютер с лицензионным программным обеспечением (включая ноутбук), проекционное оборудование, копировальные устройства, сканер, устройства видео и аудиофиксации, а также доступ в Интернет.

Педагоги должны учитывать возрастные особенности детей младшего школьного возраста.

4.Материально-технические.

- санитарно-гигиенические условия;
- пожарная безопасность;
- наличие образовательной среды адекватной потребностям развития обучающихся и здоровьесбережения (помещение, стулья);
- оборудование – маркеры, ватманы, бумага;
- технические средства – мультимедийная доска, музыкальный центр.

8.Ожидаемые результаты реализации программы.

В результате обучающиеся образовательных учреждений должно быть:

- сформировать ценностное и ответственное отношение к своему здоровью;
- готовность соблюдать законы здорового образа жизни;
- признавать для себя общепринятые морально – этические нормы;
- знать о способах формирования полезных привычек и понимания своих эмоций и чувств;
- развить способность к самооценке своих действий;
- развитие умений строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях; формирование умений оценивать себя (своё состояние, поступки, поведение) и других людей.

Методы, используемые в программе помогают тренировке конструктивных коммуникативных умений сначала через игровую деятельность, ролевые игры, затем в реальной жизни и дают ребенку возможность проверить на практике, развить и интегрировать различные убеждения, навыки и способности.

С помощью новых технологий возможно также сформировать представление о переходных или узловых моментах в жизни индивида, связанных с ответственным выбором, конфликтом и его разрешением, встречей с внешним или внутренним препятствием и его преодолением.

9. Система организации контроля за реализацией программы.

Внутренний контроль реализуется социальными педагогами отдела профилактики ППМСЦ «Развитие».

Система контроля включает в себя мероприятия, позволяющие получить реальные данные по состоянию образовательного процесса в рамках реализации программы.

10. Система оценки достижений планируемых результатов.

Эффективность формирования навыков безопасного поведения младших школьников в процессе внеурочной работы в общеобразовательном учреждении обеспечивается следующими педагогическими условиями:

- вовлечение младших школьников в процесс формирования навыков безопасного поведения на основе учета возрастных особенностей и индивидуального темпа развития;
- подготовленность педагогов к организации процесса внеурочной работы с младшими школьниками по формированию навыков безопасного поведения;
- реализация комплекса педагогической поддержки формирования навыков безопасного поведения;
- программно-методическое обеспечение педагогической деятельности по формированию навыков безопасного поведения.

Более подробно мероприятия оценки эффективности работы обучающихся в группе представлены в таблице:

Оценка эффективности работы	Цель	Формы
Первичная диагностика	Проверка уровня знаний обучающихся перед проведением групповых занятий.	Анкетирование.
По модулям программы	Определение степени усвоения полученной информации и овладения навыками в процессе изучения модуля.	Беседы, дискуссии, самопроверка, практические задания, викторины, задания в группах. Наблюдение за участниками групп.
Итоговая диагностика	Проверка уровня знаний обучающихся по итогам проведения групповых занятий.	Анкетирование.

11. Критерии оценки достижения планируемых результатов.

Критерии оценки:

1. Вербальный:

- обратная связь участников группы после выполнения упражнения и в конце занятия (выявление эмоционального состояния и рефлексии);
- отзывы участников по завершении программы, как в устной, так и в письменной форме (как они оценивают свои достижения, степень реализации поставленных целей);
- обсуждение с классными руководителями итогов работы группы, наличие положительных изменений;
- индивидуальное консультирование родителей по итогам работы группы, обратная связь.

2. Невербальный:

- активность на занятиях, психологический климат в группе, мотивация участников;
- умение участников строить позитивные взаимоотношения с другими членами группы, участие в обсуждении.

3. Диагностика проводится в начале и в конце занятий. На основании полученных сравнительных результатов анализа можно сделать выводы об эффективности проделанной работы.

12. Список литературы.

1. Агафонова Г. В. «Дети и дорожное движение» М, 1978.
2. Анастасова Л. П. Жизнь без опасностей. – М.: Вентона Граф, 1996.
3. Анастасова Л.П., Иванова И.В., Ижевский П.В. Жизнь без опасностей.
4. Аннекен, Г. Тренинг уверенности и контакта в группе (на основе когнитивной модели регуляции поведения)/Г.Аннекен. -Ростов-на-Дону:РГУ, 1992.-61 с.
5. Артемова Л. В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников. – М.: Просвещение, 1992.
6. Артемова Л.В. Окружающий мир в дидактических играх дошкольников. – М., 1992.
7. Безопасность. Ребенок в городе: Рабочая тетрадь 1 - 4: Для детей старшего дошкольного возраста. Н. Н. Авдеева, О. Л. Князева, Р. Б. Стеркина. - М.; Просвещение. 2006.
8. Безопасность. Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста Н.Н.Авдеева., О.Л.Князева, Р.Б. Стеркина: С-Пб. «Детство- Пресс», 2002;
9. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. — М.: Изд-во Московского психолого-социального института. 2004. - 240 с.
10. Белая К. Ю. Как обеспечить безопасность дошкольников. – М.: Просвещение, 2001.
11. Березин, Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека/Ф.Б.Березин. - Л.: Наука, 1988.- 270 с.
12. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду. – М.: Просвещение, 1991.
13. Брыкина Е. К. Творчество детей. – М.: Педагогическое общество России, 2002
14. Вадченко Н. Л. Энциклопедия для дошколят. – НПП «БАО», 1997.

15. Вакуленко Ю. А. Трудовое воспитание в начальной школе.
16. Веселовская А. Уважайте светофор. – М.: Молодая гвардия, 1972
17. Волков В.М. “Звонят! Откройте дверь?..”
18. Волков С. Про правила дорожного движения. Часть 1,2. «Омега-пресс», 2007.
19. Данилова Т. И. Программа «Светофор» - Детство-Пресс, 2009.
20. Дорохов А. «Красный, жёлтый, зелёный». М., 1984.
21. Дорохова Т. Н. Программа «Радуга». – М.: Просвещение, 1997.
22. Журнал «Воспитатель» №6, 2010.
23. Журнал «Детский сад от А до Я» №4, 2006.
24. Журнал «Обруч» №4, 2004.
25. Журнал «Ребёнок в детском саду» №3, 2010. 17.
26. Журнал «Ребёнок в детском саду» №6, 2010.
27. Журнал «Старший воспитатель» №8 2008.
28. Извекова Н. А. Правила дорожного движения для детей дошкольного возраста. – М.: Творческий центр, 2005.
29. Картушина М.Ю. Быть здоровыми хотим.
30. Кобытина И. И. Дошкольникам о технике. – М.: Просвещение, 1991.
31. Козловская Е. А., С. А. Козловский. Дорожная безопасность: Учебная книжка-тетрадь для первого класса. – М.Третий Рим, 2002.
32. Новосёлова С. Л. Игра дошкольника. – М.: 1989.
33. Основы пожаробезопасного поведения. Методические рекомендации для педагогов, работающих с детьми дошкольного возраста.- Вологда, 2002.
34. Павлова О.В. Неделя технологии в начальной школе.
35. Петрова И. М. Объёмная аппликация: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Детство-Пресс, 2000. 57.
36. Пилипенко Н. П. Система работы дошкольных образовательных учреждений по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. – МОУ ДПО «Информационно-образовательный центр».
37. Плешаков А. А. Мир вокруг нас. – М.: Просвещение, 1995.
38. Пожарная безопасность. Нестандартные занятия / Автор-сост. Р.А.Жукова - Волгоград: ИТД «Корифей» 2008.
39. Полетаев М. «Пешеходу о правилах безопасности движения», М., 1972.
40. Попова Г.П. ОБЖ. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками.- Волгоград: Учитель, 2005.
41. Семенюк В. И., Владимиров В. Н. Работа с детьми по изучению правил дорожного движения. Минск, 1983. 29. Скорлупова О. Л. Правила и безопасность дорожного движения. – М.: Скрипторий 2003, 2004.
42. Скорлупова О. А. Играем? Играем! – ООО «Издательство Скрипторий «003», 2006.
43. Степаненко Э. Н. Филенко М. Ф. «Дошкольникам о правилах дорожного движения» (пособие для воспитателей детского сада) М.: 1978.
44. Титов С. В.Шаббаева Г. И. Тематические игры по ОБЖ.
45. Усачев А., А. Березин. “Школа безопасности”, учебное пособие для учащихся 1-го класса по курсу “Основы безопасности жизнедеятельности”.
46. Усова А. П. Роль игры в детском саду. – М.: Просвещение, 1961.
47. Швайко Г. С. Занятия по изобразительной деятельности в детском

саду. – М.:Владос, 2002.

48. Шорыгина Т. А. Основы безопасности. – Сфера, 2006.

49. Шорыгина Т.А. Беседы о правилах пожарной безопасности. М. ООО «ТЦ Сфера» 2005.

50. Эйгель С. Словарь дорожных знаков. – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс.

51. Элькин Г.Н. Правила безопасного поведения на дороге. ИД «Литера», 2008.

52. <http://prezentacii.com>

53. <http://uchitelu.net>

54. <http://www.dslib.net/obw-pedagogika/formirovanie-navykov-bezopasnogo-povedeniya-mladshih-shkolnikov-v-processe.html>

55. <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/>

56. http://centerlado.ru/uploadedFiles/files/biblioteka/sborniki/Metodicheskie_materialy_po_voprosam_formirovaniya_navykov_bezopasnogo_povedeniya.pdf

13.Приложения

Приложение 1

АНКЕТА

(1 блок)

1. Сколько часов в день вы спите?
2. Сколько часов в день вы проводите на свежем воздухе?
3. Закаляешься ли ты? Каким образом?
4. Завтракаете ли вы?
5. Из чего состоит ваш завтрак?
6. Сколько раз в день вы принимаете пищу?
7. Сколько раз в день вы чистите зубы?
8. Занимаешься ли ты спортом?
9. Есть ли у тебя вредные привычки? Какие?
10. Сколько раз в этом году ты болел простудными заболеваниями?

Приложение 2

Анкета «Вредные привычки»

(2 блок)

- 1.Какие вредные привычки ты знаешь?
- 2.Имеешь ли ты вредную привычку грызть (тащить в рот) посторонние предметы (карандаш, ручку)? А) да Б) нет
- 2.Как реагируют на эту привычку взрослые (родители, учителя):
А) никак Б) ругают словесно В) наказывают Д) другой вариант
- 4.Назовите причины, почему вы сосете ручку, карандаш, другие предметы?
- 5.Что необходимо, по-вашему ,сделать, чтобы эта привычка у Вас исчезла?
- 6.Как Вы думаете, влияет ли эта привычка на здоровье человека? А) Да Б) Нет
- 7.Как Вы думаете, отвлекает ли Ваше внимание привычка сосать предметы?
А) да Б) нет