

**АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УДМУРТСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ПРИВОЛЖСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА
ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА ВАЛЕНТИНА ГЕОРГИЕВИЧА СТАРИКОВА»**

Рассмотрено на заседании
методического объединения
« 16 » августа 2023 г.
протокол № 1

Согласовано
Зам. руководителя по ВР Е.А. Кривеня _____
«17» августа 2023г.

Утверждаю:
Руководитель Удмуртского кадетского корпуса:
_____/Т.А. Каравеева/
приказом №150-ос от 30.08.2023г.

**Рабочая программа воспитания
«ЗДОРОВЬЕ»
для обучающихся среднего общего образования
автономного общеобразовательного учреждения
«Удмуртский кадетский корпус Приволжского федерального округа
имени Героя Советского Союза Валентина Георгиевича Старикова»
(ФГОС 2022 г.)**

Воспитатели:
Берестова Л.В., воспитатель 1 квалификационной категории
Самойлова Н.А.

2023 год

Пояснительная записка

Основные направления:

- развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, формирование культуры здорового образа жизни, эмоционального благополучия, личной и общественной безопасности, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях.

Цель: формирование культуры безопасной жизнедеятельности, навыков ведения здорового образа жизни и принципов здоровьесбережения.

Задачи:

- соблюдать основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде;
- владеть основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе;
- соответствовать психофизическим и поведенческим особенностям с учетом возраста.

Реализация:

- сотрудничество с медицинским персоналом школы и медицинскими учреждениями города с целью изучения состояния физического здоровья учащихся класса;
- сотрудничество с родителями учащихся и учителями-предметниками;
- сотрудничество с психологом школы для изучения психофизиологического состояния учащихся и возможной коррекции здоровья учащихся;
- организация внеклассных мероприятий, формирование положительного отношения к занятиям физкультурой и спортом;
- спортивные мероприятия и соревнования;
- День здоровья;
- занятия в спортивных кружках и секциях;
- инструктажи по технике безопасности, ПДД, противопожарной безопасности;
- проветривание кабинета;
- влажная уборка;
- работа по профилактике простудных заболеваний.

Участники программы: кадеты 10-11 классов, педагогический коллектив, родители, медицинские работники школы и лечебных учреждений города, педагоги дополнительного образования.

Оценка эффективности:

- количество реализованных мероприятий;
- количество лиц, вовлеченных в процесс реализации данной программы.

Ожидаемый результат:

Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- бережно относящийся - к физическому здоровью, соблюдающий основные правила здорового и безопасного для себя и других людей образа жизни, в том числе в информационной среде;
- владеющий основными навыками личной и общественной гигиены, безопасного поведения в быту, природе, обществе;

- ориентированный на физическое развитие с учетом возможностей здоровья, занятия физкультурой и спортом;
- сознающий и принимающий свою половую принадлежность, соответствующие ей психофизические и поведенческие особенности с учетом возраста.

Личностный результат:

- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);
- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья;
- соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысляя собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;
- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;
- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде.

Содержание программы:

Данная программа предусматривает теоретические и практические занятия по вопросам сохранения физического и психического здоровья в условиях системы интерната, методам его укрепления и самосовершенствования. Программа рассчитана на учащихся 10-11 классов.

Воспитательно-тематический план:

№	Мероприятие	Классы	Время проведения	Ответственный
1	Беседа-презентация «Я хочу жить»	11 класс	3 неделя сентября	Воспитатель
2	Беседа «Новые, но ничуть не полезные».	10 -11класс	4 неделя сентября	Воспитатель
3	Диспут «Спор о вреде и пользе курения»	11 класс	1 неделя октября	Воспитатель
4	Публичные чтения «Питание и здоровье».	10 класс	3 неделя октября	Воспитатель
5	Занятие с диагностикой «Мой возраст».	10 класс	3 неделя ноября	Воспитатель
6	Круглый стол с детьми Беседа с родителями «Стресс и борьба с ним».	10 -11класс	3 неделя декабря	Воспитатель
7	Занятие с элементами тренинга «Организация труда и отдыха при подготовке к экзаменам».	10 -11класс	4 неделя декабря	Воспитатель
8	Беседа «Наше здоровье и от чего оно зависит?»	11 класс	2 неделя февраля	Воспитатель
9	Интерактивная беседа с детьми и родителями «Как относятся к курению в цивилизованном мире».	10 класс	3 неделя февраля	Воспитатель
10	Викторина «Герои российского спорта»	11 класс	2 неделя апреля	Воспитатель
11	Своя игра «Ты то, что ты ешь».	10 класс	4 неделя апреля	Воспитатель
12	Беседа «Витамины и добавки».	10 класс	1 неделя мая	Воспитатель
13	Викторина «Спорт в моей жизни»	11 класс	3 неделя мая	Воспитатель

Учебно-методическое обеспечение

1. Арсенин Е.Н. Классные часы в школе. Ярославль, 2007. 180 с.
2. Дела школьные. Сборник сценариев. Под ред. А.Б. Малюшкина, Е.А. Романовой. М., 2003. 200 с.
3. Дереклеева Н.И. Родительские собрания. 5 – 11 классы. М., 2009. 170 с.
4. Дереклеева И., Савченко М.Ю., Артюхова И.С.. Справочник классного руководителя. 5 – 9 классы. М., 2010. 320 с.
5. Еременко Н.И. Профилактика вредных привычек. 5-11 классы. Волгоград, 2008. 156 с.
6. Пожарная безопасность. Конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах. Авторы-составители О.В. Павлова, Г.П. Попова. Волгоград, 2010. 160 с.
7. Рыбин А.Л., Маслов М.В.. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. М., 2008. 196 с.
8. Саяхова Л.И. Настольная книга классного руководителя. М., 2007. 310 с.
9. Шилова М.А. Профилактика алкогольной и наркотической зависимости у подростков в школе. М., 2009. 170 с.

Интернет-ресурсы

10. Блог школьного всезнайки. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.e-parta.ru/>
11. Видеохостинг YouTube. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.youtube.com/>
12. Внеучебная деятельность и воспитание в школе (авторский сайт П.В. Степанова). [Электронный ресурс]. URL: <http://vneuchebnaya.ucoz.ru>
13. Внеклассные мероприятия. [Электронный ресурс]. URL: <http://school-work.net>
14. Для классных руководителей. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.uroki.net/docklruk.htm>
15. Добрая дорога Детства. [Электронный ресурс]. URL: www.dddgazeta.ru
16. Классный пресс-центр. [Электронный ресурс]. URL: <http://obrazets.ucoz.ru/dir/10>
17. Классному руководителю. [Электронный ресурс]. URL: http://www.debryansk.ru/~lpsch/kl_ruk/
18. Клуб классных руководителей. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.proshkolu.ru/club/classru>
19. Межрегиональная общественная организация содействия воспитанию «Содружество организаторов воспитательного процесса». [Электронный ресурс]. URL: <http://www.moosv.ru>
20. Методическая копилка учителя, воспитателя, родителя. [Электронный ресурс]. URL: http://zanimatika.narod.ru/ZOJ_gigiena.htm
21. Национальная образовательная инициатива "Наша новая школа" [Электронный ресурс]. URL: <http://old.mon.gov.ru/dok/akt/6591/>
22. Педсовет. org [Электронный ресурс]. URL: <http://pedsovet.org/>

23. Приложение Web 2.0 [Электронный ресурс]. URL: <http://learningapps.org/>
24. Родителям и детям. [Электронный ресурс]. URL: <http://family.fskn.gov.ru/>
25. Справочник классного руководителя. [Электронный ресурс]. URL: <http://klass.resobr.ru>
26. Сеть творческих учителей. [Электронный ресурс]. URL: http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=1191&tmpl=com
27. Современный учительский портал. [Электронный ресурс]. URL: http://easyen.ru/load/klassnye_chasy/patrioticheskoe_vospitanie/111
28. Социальная сеть работников образования. [Электронный ресурс]. URL: <http://nsportal.ru/shkola/>
29. Сценарии школьных и внешкольных праздников. [Электронный ресурс]. URL: www.uroki.net/scenar.htm
30. Учебно-методический кабинет. [Электронный ресурс]. URL: <http://ped-kopilka.ru/klasnomu-rukovoditelyu/page-2>
31. Учительский портал. [Электронный ресурс]. URL: <http://www.uchportal.ru/load/90>
32. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». [Электронный ресурс]. URL: <http://festival.1september.ru>

