

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основании нормативных документов:

1. Закон об образовании № 273-ФЗ.
2. Закон от 06.10.2023 № 12-РЗ «Об образовании в Донецкой Народной Республике» (Принят Постановлением Народного Совета 5 октября 2023 года).
3. Федеральный закон от 19.12.2023 № 618-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
4. Федеральный закон от 04.08.2023 № 479-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации».
5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрирован 05.07.2021 № 64101).
6. Приказ Минпросвещения России от 27.12.2023 № 1028 «О внесении изменений в некоторые приказы Минобрнауки и Минпросвещения, касающиеся ФГОС основного общего образования и среднего общего образования».
7. Приказ Минпросвещения России от 22.01.2024 № 31 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования и основного общего образования».
8. Приказ Минпросвещения России от 19.02.2024 № 110 «О внесении изменений в некоторые приказы Минпросвещения России и Министерства просвещения РФ, касающиеся федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования».
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 18.05.2023 № 370 «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования» (Зарегистрирован 12.07.2023 № 74223).
10. Приказ Минпросвещения России от 01.02.2024 № 62 «О внесении изменений в некоторые приказы Минпросвещения России, касающиеся федеральных образовательных программ основного общего образования и среднего общего образования».
11. Приказ Минпросвещения России от 19.03.2024 № 171 «О внесении изменений в некоторые приказы Министерства просвещения РФ, касающиеся ФОП начального общего образования, основного общего образования и среднего общего образования».
12. Приказ Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования».
13. Методические рекомендации Минпросвещения в письме от 15.04.2022г. № СК-295/06 «По изучению истории государственной символики РФ».
14. Письмо Минпросвещения от 17.06.2022 № 03-871 «О проведении цикла внеурочных занятий «Разговоры о важном».
15. Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации № ТВ-1290/03 от 12.07.2022 г. «О направлении методических рекомендаций по организации внеурочной деятельности в рамках обновленных реализации обновленных федеральных государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего, среднего общего образования».

16. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. №996).

17. Постановление Правительства РФ от 11.10.2023 №1678 «Об утверждении правил применения электронного обучения, ДОТ при реализации образовательного процесса».

18. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (вместе с «СП 2.4.3648-20. Санитарные правила...»).

19. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 января 2021 г. № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

20. Методические рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологических требований при реализации образовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (МР 2.4.0330-23 утв. 29.08.2023 руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным санитарным врачом РФ А.Ю. Поповой).

21. Письмо Минпросвещения России от 12.02.2024 №03-160 «Разъяснения по вопросам организации обучения по основным общеобразовательным и дополнительным общеразвивающим программам для детей, нуждающихся в длительном лечении в медицинских организациях».

22. Информационное письмо Департамента государственной политики и управления в сфере общего образования Министерства просвещения РФ от 22.05.2023 № 03-870 «Ответы на типичные вопросы, возникающие на региональном, муниципальном уровнях и уровне образовательной организации, о введении ФООП».

23. Методические рекомендации по обеспечению оптимизации учебной нагрузки в ОО (МР 2.4.0331-23 от 10.11.2023, разработанные Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, ФБУН «Федеральный научный центр гигиены им. Ф.Ф. Эрисмана» Роспотребнадзора и др.).

24. Устав ГБОУ «Новоазовская школа №3 Новоазовского м.о.».

25. План внеурочной деятельности основного общего образования на 2024-2025 уч.год ГБОУ «Новоазовская школа №3 Новоазовского м.о.».

26. Календарный учебный график ГБОУ «Новоазовская школа №3» Новоазовского м.о.» на 2024-2025 учебный год.

27. Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Валеология» (для 9 класса образовательных организаций) основного общего образования, Москва, 2024.

ООП основного общего образования, с одной стороны, обеспечивает преемственность с начальным общим образованием, (с другой стороны, предполагает качественную реализацию программы, опираясь на возрастные особенности подросткового возраста, который включает в себя возрастной период с 11 до 15 лет.

Комплексные медицинские осмотры, проведенные в последние годы показывают, что большинство современных школьников имеют хронические заболевания, причем сохраняется тенденция роста этих показателей. Лишь 2-5 % из общего числа обследуемых детей являются здоровыми. В уставе Всемирной Организации Здравоохранения здоровье определяется как «состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только как отсутствие болезней или физических дефектов». В период школьного обучения формируется модель поведения, которая далее будет определять уровень, продолжительность жизни и состояние здоровья человека, поэтому задумываться об уважительном отношении к своей личности, своему организму и своему здоровью нужно начинать с детства. Легче предотвратить заболевание, чем его потом лечить. Для этого нужны определенные знания, навыки, умения и личностные установки.

Данная программа является всесторонней, переходя от информационных методов к образовательным. Данная программа является своевременной и необходимой.

Цель программы: Формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени основного общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Задачи образовательные:

- Информировать учащихся о факторах, влияющих на здоровье человека, о реакции организма человека на действие этих факторов и способах поддержания здоровья. - Способствовать формированию у учащихся целостного представления о здоровом образе жизни.

- Формировать у учащихся мотивацию к здоровому образу жизни и необходимости ведения профилактической работы в современном обществе.

- Воспитывать навыки здорового образа жизни и формирование ценностного отношения к своему здоровью.

- Формировать основы теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью.

- Формировать изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение.

- Формировать обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

- Формировать развитие способностей и навыков высокоэффективного поведения и стратегий в преодолении психологических кризисных ситуаций.

Задачи воспитательные:

- Приобщать ребенка к здоровому образу жизни.

- Воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности.

- Формировать гражданскую позицию, патриотизм.

Категория учащихся, для которой Программа актуальна – школьники 9 класса;

Общее количество часов -17

Формы и режим занятий: групповые, индивидуальные, работа малыми группами;

Основные направления:

- Спортивно-оздоровительная деятельность.
- Профилактика заболеваний у учащихся.
- Профилактика вредных привычек.
- Работа по пропаганде здорового образа жизни.

Концептуальные положения программы:

Здоровье – главная жизненная ценность. Забота о здоровье необходима и больному, и здоровому человеку.

Валеологический подход. Трехединный принцип валеологии: формирование, сохранение и укрепление здоровья индивида на основе использования всех позитивных факторов.

Принцип здорового образа жизни – соблюдение санитарно-гигиенического режима.

Педагогизация окружающей среды: организация целесообразного здоровьесберегающего пространства.

Принцип природосообразности: учет и использование физиологических возможностей организма ребенка в соответствии с возрастным развитием, дифференцированный и индивидуальный подход к ребенку.

Разнообразие методов и средств физического воспитания.

Принцип саморегуляции; «чтобы быть здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные».

Планируемый результат

Подготовка школьников к самореализации в обществе в качестве полноценных граждан, способных оказывать позитивное влияние на социально-экономическую и общественно-политическую ситуацию в городе.

Сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек.

Наличие у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью.

Повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья, уровня общей физической активности.

Содержание учебного (тематического) плана

Раздел 1. Здоровый образ жизни. Повторение (1 час).

Теория (1 ч.). Здоровье и его составляющие.

Раздел 2. Профилактика инфекционных заболеваний (2 часа).

Теория (1 ч.). Инфекционные заболевания. Эпидемии и пандемии. Распространённые бактериальные инфекционные заболевания. Основные признаки заболевания и пути передачи инфекции. Меры профилактики. Распространённые вирусные инфекционные заболевания: Признаки и пути передачи инфекции. Меры профилактики.

Распространённые инвазионные заболевания. Основные признаки и пути передачи заболеваний. Меры профилактики. Распространённые грибковые заболевания (микозы). Основные признаки и пути передачи заболеваний. Меры профилактики. Защита организма от инфекционных болезней. Вакцинация, дезинфекция, дезинсекция.

Практика (1 ч.). «Составление правил предупреждения заражения инфекционными заболеваниями».

Раздел 3. Профилактика травматизма и отравлений организма (2 часа).

Теория (2 ч.). Правила безопасного поведения дома, на улице, в школе. Правила обращения с ядовитыми грибами, растениями. Правила оказания первой помощи при укусах ядовитых змей, жалящих насекомых.

Раздел 4. Пагубность вредных привычек (6 часов).

Теория (1 ч.). Понятие привычка. Полезные и вредные привычки. Интернет и компьютерная зависимость как одна из форм разрушительных пристрастий. Азартные игры – пагубное пристрастие. Табакокурение. Активное и пассивное курение. Отрицательное влияние никотина на организм человека. Алкоголь, его влияние на организм. Наркомания. Последствия и отдаленные результаты наркомании. Токсикомания. Лекарственная токсикомания. Поражение нервной системы при наркомании и токсикомании.

Практика (1 ч.). «Составление таблицы Полезные и вредные привычки».

Раздел 5. Нравственно-половое воспитание (2 часов).

Теория (2 ч.). Нравственные ценности. Ценность семьи. Семья и семейные

традиции разных народов мира. Биологические законы полового созревания, взросления, отцовства, материнства. Понятия пола и гендера. Гендерные роли. Репродуктивное здоровье. Основы нравственно-полового воспитания. Влияние «вредных привычек» на репродуктивное здоровье.

Раздел 6. Самоуправление и психическое здоровье (3 часа).

Теория (1 ч.). Критерии психического здоровья. Основные типы характера, психодиагностика. Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях. Управление чувствами и эмоциями. Особенности самоконтроля. Уверенность в себе.

Практика (1 ч.). «Определение типа характера». «Типы конфликтов и пути их предотвращения».

Раздел 7. Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни (6 часов).

Теория (1 ч.). Экология – основа здоровья. Экологические факторы, влияющие на здоровье человека. Воздействие солнечного света на организм человека, их значение. Загрязнение почвы, воды, воздуха и их влияние на организм человека. Радиоактивное и электромагнитное загрязнение окружающей среды и его влияние на здоровье населения. Война и экология. Экологические последствия военных действий. Пути решения проблемы. Единство окружающей среды и человека.

Практика (1 ч.). «Факторы окружающей среды и их вредное воздействие на организм человека». «Правила загорания».

Раздел 8. Культура потребления медицинских услуг (1 час).

Теория (1 ч.). Правила обращения с лекарственными препаратами.

Практика (1 ч.). «Разбор инструкций лекарственных препаратов».

Раздел 9. Нетрадиционные методы оздоровления (1 час).

Теория (1 ч.). Ароматерапия. Вокалотерапия и музыкотерапия.

Раздел 10. Здоровье – богатство на все времена (1 час).

Теория (1 ч.). Обобщающее занятие. Здоровье – богатство на все времена.

Раздел 11. Итоговое занятие (1 час).

Учебный (тематический) план 9 класс

| Учебный (тематический) план | | | | | | |
|-----------------------------|---|------------------|--------|----------|-----------------------|------------|
| № п/п | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | Формы (контроля) | примечание |
| | | всего | теория | практика | | |
| 1. | Здоровый образ жизни. Повторение. | 1 | 1 | | Решение ситуац. задач | |
| 2. | Профилактика инфекционных заболеваний. | 2 | 1 | 1 | тестирование | |
| 3. | Профилактика травматизма и отравлений организма. | 2 | 2 | | тестирование | |
| 4. | Пагубность вредных привычек. | 2 | 1 | 1 | тестирование | |
| 5. | Нравственно-половое воспитание. | 2 | 1 | | Решение ситуац. задач | |
| 6. | Самоуправление и психическое здоровье. | 2 | 1 | 1 | тестирование | |
| 7. | Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни. | 2 | 1 | 1 | Решение ситуац. задач | |
| 8. | Культура потребления медицинских услуг. | 1 | 1 | 1 | тестирование | |
| 9. | Нетрадиционные методы оздоровления. | 1 | 1 | | Решение ситуац. задач | |
| 10. | Здоровье – богатство на все времена. | 1 | | | тестирование | |
| 11. | Итоговое занятие. | 1 | | 1 | тестирование | |
| | Итого | 17 | 9 | 7 | | |

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Формы контроля и оценочные материалы: написание проектной работы индивидуальной или групповой.

Организационно-педагогические условия реализации Программы.

Материально-технические условия реализации Программы:

учебные кабинеты с автоматизированными рабочими местами обучающихся и педагогических работников, компьютерные и информационно-коммуникативные средства, технические средства обучения (проектор, мультимедийная доска), демонстрационные пособия.

Диагностика сформированности валеологических знаний у детей.

Критериями сформированных представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни и валеологической культуре являются:

❖ наличие знаний о влиянии гигиены на здоровье человека, которые соответствуют истинным медицинским знаниям;

❖ отношение к своему здоровью, выражающееся в желании вести здоровый образ жизни, заниматься физкультурой, спортом; помогать товарищам, близким и другим людям в виде выражения внимания, сочувствия, нравственного поступка;

❖ применение полученных знаний о здоровье, культуре спорта, нравственных поступках в жизни.

❖ соблюдение правил поведения, способствующих сохранению и укреплению здоровья. С учетом этого сформированность валеологической культуры старших дошкольников может характеризоваться следующими уровнями и их показателями:

уровни и их показатели:

❖ **Высокий** - ребенок быстро, четко, по существу отвечает на заданные вопросы, называет важные процедуры, мероприятия, способствующие здоровью человека;

❖ **Средний** - ответ не полон, имеется ограниченность представлений о необходимости гигиены в жизни каждого человека, о нравственных поступках;

❖ **Низкий** - ребенок практически не понимает для чего необходимо вести здоровый образ жизни, фантазирует, придумывает;

ЛИТЕРАТУРА:

Основная:

1. Губенко И.Я., Шевченко О.Т., Бразолей Л.П., Апшай В.Г. Медсестринский уход за пациентом. — К.: Здоровье, 2000.
2. Губенко И.Я., Шевченко О.Т., Бразолей Л.П., Апшай В.Г. Медсестринский процесс: Основы сестринского дела и клинического медсестринства. — К.: Здоровье, 2001. — 208с.
3. Инфекционный контроль в медицинских учреждениях: Учебн. пособие, 2003. — 44 с.
4. Матвеев В.Ф. Основы медицинской психологии, этики и деонтологии: Учеб. пособие. — 2е изд., перераб. и доп. — М.: Медицина, 1989. — 176 с.
5. Москаленко В.Ф., Попов М.В. Биоэтика: философско- методологические и социально-медицинские проблемы. - Винница: Новаякнига, 2005. — 218 с.
6. Назар П.С., Виленский Ю.Г., Грандо О.А. Основы медицинской этики. — К.: Здоровье, —344 с.
7. Основы общей и медицинской психологии / Под ред. И.С. Витенко, О.С.

Чабана. Укрмедкнига, 2003. — 344 с.

8. Остапенко А.Л. Этика и деонтология среднего медицинскогороботника. — Л.: Медицина, 1985. — 144 с.

9. Пасемко Н.В., Лемке М.О., Мазур П.Е. Основы сестринского дела: Учебник. Укрмедкнига, 2002. — 544 с.

10. Психология кризисных состояний: Учебн. пособие / О.Т. Шевченко. —К.: Здоровье, 2005. — 120 с.

Дополнительная:

1. Грабова А. Психология общения медсестры и пациента // Медицинская сестра. — 2005. — № 1, — С. 30—31.
2. Губенко И. Я. Оценка пациентами работы медицинских сестер // — № 12, — С. 31.
3. Кодекс профессиональной этики Международного совета медсестер (1973) // Семейный врач+. 2004. — Май. — С. 4.
4. Куличенко В. Биоэтика / В. Куличенко С. Пустовит // Медицинская сестра. — 2006. — № 1, — С.17—19.
5. Нечерда В. Биомедицинская этика - наука о воспитании человечества // Медицинская сестра. — 2005. — № 1, — С. 27—29.
6. Пыриг Л. Социэтика та билетика // Ваше здоровье. — 2006. № 30. — С. 6.
7. Порохняк И. Общение медицинской сестры с пациентами: вопросы коммуникации // Медицинская сестра. — 2005. — № 1. — С. 34—35.
8. Поцюрко Р.И. Некоторые морально-этические, деонтологические и психологические аспекты деятельности медицинской сестры // Медсестринство. — 2003. — № 2. — С. 26.—27.
9. Чернецова Н.А. Изучаем законы общения: (медсестра и больной) // Сестринское дело. — 2006. — №1. — С. 2.

| Учебный (тематический) план | | | | | | | ЭОР | При м. |
|-----------------------------|--|---------------------|------------|---------|-------|------|---|-----------|
| № п/п | Наименование раздела, темы | Количество часов | | | дата | | | |
| | | всег о | теор ия | Пр . | план | факт | | |
| 1. | Здоровый образ жизни. Повторение. | 1 | 1 | | 11.09 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863df4a8 | |
| 2. | Профилактика инфекционных заболеваний. | 1 | 1 | | 25.09 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 3. | Профилактика инфекционных заболеваний. | 1 | | 1 | 09.10 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863dfae8 | |
| 4. | Профилактика травматизма и отравлений организма. | 1 | 1 | | 23.10 | | Библиотек ЦОК https://m.edsoo.ru/863dfae8 | |
| 5. | Профилактика травматизма и отравлений организма. | 1 | | 1 | 13.11 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 6. | Пагубность вредных привычек. | 1 | 1 | | 27.11 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 7. | Пагубность вредных привычек. | 1 | | 1 | 11.12 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 8. | Нравственно-половое воспитание. | 1 | 1 | | 25.12 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 9. | Нравственно-половое воспитание. | 1 | | 1 | 15.01 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 10. | Самоуправление и психическое здоровье. | 1 | 1 | | 22.01 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863dfae8 | |
| 11. | Самоуправление и психическое здоровье. | 1 | | 1 | 05.02 | | | |

| | | | | | | | | |
|-----|---|---|---|--|-------|--|--|--|
| 12. | Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни. | 1 | 1 | | 19.02 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
|-----|---|---|---|--|-------|--|--|--|

| | | | | | | | | |
|---|---|----|----|---|-------|--|--|--|
| 1 | Влияние экологических факторов на здоровый образ жизни. | 1 | | 1 | 05.03 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863dfae8 | |
| 1 | Культура потребления медицинских услуг. | 1 | 1 | | 19.03 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 1 | Нетрадиционные методы оздоровления. | 1 | 1 | | 09.04 | | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/863dfae8 | |
| 1 | Здоровье – богатство на все времена. | 1 | 1 | | 23.04 | | ЦОК https://m.edsoo.ru/863df606 | |
| 1 | Повторение | 1 | | | 07.05 | | | |
| 1 | Итоговое занятие | | | | 21.05 | | | |
| | Итого | 18 | 10 | 8 | | | | |