

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ШКОЛА СЕЛА СЕНЦОВО
ЛИПЕЦКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ**

Приказ № 153 от 11.08.2022 г.

Программа
ДОСУГОВО - СПОРТИВНОГО ЦЕНТРА ДЛЯ
ВЗРОСЛОГО НАСЕЛЕНИЯ
«Школа здоровья»

срок реализации 1 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность

В современном мире под досугом человека подразумевается «время, которое свободно от необходимого труда в сфере общественного производства, а так же от воспроизводства человеком своих жизненных функций в рамках домашнего хозяйства и социальных отношений». Первыми элементарными ценностями досуга являются отдых и движение, служащие восстановлению физических сил и душевного равновесия. В жизни общества досуг важен для стабилизации, снятия напряженности, предотвращения общественных конфликтов, укрепления солидарности, взаимосвязи поколений, общения, удовлетворения потребностей личности в радости, развлечений и т.д.

Досуг при известных обстоятельствах может стать важным фактором физического и духовного развития человека. Любимые занятия в часы досуга поддерживают эмоциональное здоровье. Досуг способствует выходу из стрессов и мелких беспокойств, и, наконец, досуг признается значительным орудием в предупреждении умственной отсталости и реабилитации умственно больных людей. Особая ценность досуга заключается в том, что он может помочь ребенку, инвалиду, пожилому человеку, реализовать то лучшее, что в нем есть.

Физкультурно-оздоровительная деятельность направлена на создание условий для наиболее полного развития, самоутверждения и самореализации личности и группы в сфере досуга, помогает в решении многих социальных проблем своими своеобразными средствами, формами, методами (оздоровительная гимнастика, подвижные игры, эстафеты, спортивные праздники, турниры и т.д.). Она включает в себя все многообразие проблем по организации свободного времени: общение, производство и усваивание культурных ценностей и т.д. Педагогам-организаторам приходится участвовать в решении проблем семьи, детей, в решении проблем в историко-культурной, экологической, религиозной и др. сферах, в создании благоприятной среды для социально-культурной деятельности и инициатив клиента в сфере досуга.

Современная физкультурно-оздоровительная деятельность определяется следующими требованиями:

- досуг должен доставлять радость и удовольствие, развивать социальные отношения (семья, друзья, сообщества), открывать возможность коммуникации, развлечения, общения;
- досуг должен способствовать реализации общественной заинтересованности, демократических инициатив, участия в общественной жизни;
- досуг должен содействовать развитию собственной инициативы, самоопределения, а также воспитанию открытости.

Социально-досуговая деятельность тесно связана с понятием «свободное время».

Недостаток свободного времени, неумение его организовать особенно отчетливо ощущается у социально-незащищенных слоев населения. Одной из актуальных задач деятельности клуба «Школа здоровья» является организация досуга клиентов.

На сегодняшний день клиенты – это граждане разного возраста. От умения клиента направлять свою деятельность в часы досуга на достижение общезначимых целей, реализацию своей жизненной программы, развитие и совершенствование своих сущностных сил, во многом зависит социальное самочувствие, его удовлетворенность своим свободным временем. И в этом ему может помочь педагог-организатор.

Кроме того, с развитием рыночных отношений в России происходит все большая коммерциализация предложений в физкультурно-оздоровительной сфере. Именно поэтому социальная работа в этой области становится все более востребованной, становясь составляющей частью реализации государственной политики свободного времени.

Для решения данной задачи разработана данная программа.

Цель: Создание условий для успешной социальной адаптации в обществе всех категорий обслуживаемых клиентов учреждения посредством участия в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Задачи:

- Организовывать досуг клиентов учреждения, используя различные формы и методы работы.
- Формировать навыки позитивного коммуникативного общения с целью преодоления барьера между поколениями.
- Воспитывать трудолюбие, волю, настойчивость, развивать умение ставить цель и организовывать свою деятельность по ее достижению, способность преодолевать трудности, анализировать результаты и корректировать свои планы.
- Формировать позитивное отношение к базовым общественным ценностям (человек, семья, Отечество, природа, мир, знания, труд, культура).
- Информировать общественность о реализации программы с помощью средств массовой информации.
- Обеспечить участников необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье
- Сформировать у граждан представление об ответственности за собственное здоровье
- Организация социально-психологического сопровождения для своевременной профилактики психических и физических заболеваний
- Формирование у граждан знаний о здоровом образе жизни и воспитание у них ответственного отношения к нему, а также профилактика вредных привычек
- Организация полноценного сбалансированного питания с учетом особенностей состояния здоровья учащихся
- Гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня
- Привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся

Целевая группа

- Граждане разных возрастных групп
- Учащиеся школы МБОУ СШ с. Сенцово

Формы работы по организации досуговой деятельности

Словесно - логические формы, где основным средством воздействия являлось - слово (убеждение словом), вызывающие ответные реакции. К такому типу форм относятся беседы на профилактические темы: классные часы, собрания, мероприятия, проводимые педагогом, где главным было обмен информацией, обсуждение проблем.

Игровые формы работы - в этой работе используются познавательные, соревновательные, конкурсные игры. Эти игры были направлены на развитие у граждан сплоченности, чувства толерантности, потому что они важны как для воспитания молодого поколения, так и для людей пожилого возраста.

Особое внимание уделяется *психологическим формам*. В формах работы этого типа основными средствами воздействия являлись элементы психологического тренинга. К ним относились: лекции, беседы, дискуссии, психологические упражнения.

Формы организации досуга:

- Встреча
- Конкурс
- Спортивные и подвижные игры
- Марафон
- Соревнование
- Общение
- Экскурсия

Методы работы:

- Игровые методы
- Соревновательные методы
- Методы сотрудничества
- Методы импровизации

Основные направления деятельности:

- Духовно-нравственное направление
- Физкультурно- спортивное направление
- Социальное направление
- Общеинтеллектуальное направление
- Общекультурное направление

Деятельность клубов направлена на:

- развитие познавательных навыков
- повышение самооценки у граждан
- возможность самовыражения и объединение в группы по интересам
- приобщение людей к активной жизни в обществе
- создание равных прав и возможностей для граждан
- гуманизацию самого общества.

Информационные ресурсы

- выпуск информационных буклетов
- привлечение СМИ и сети Интернет к освещению, проводимых мероприятий

Инвентарь и оборудование

- Ноутбук
- Фотоаппарат
- Футбольные, баскетбольные и волейбольные мячи
- Мячи для метания
- Конусы
- Гимнастические обручи
- Футбольные ворота
- Хоккейные клюшки
- Лыжи
- Шахматы
- Шашки

- Бадминтонные ракетки
- Бадминтонные воланы

Интернет-ресурсы:

- Сайт МБОУ СШ с. Сенцово Липецкого муниципального района Липецкой области
- Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»
<http://festival.1september.ru/articles/532566/>
- Социальная сеть работников образования <http://nsportal.ru/shkola/sotsialnaya-pedagogika/library/dosugovaya-deyatelnost-vospitannikov-v-sotsialno-reabilitatsio>

Ожидаемые результаты и критерии оценки эффективности:

Ожидаемые результаты	Качественные (критерии оценки)	Количественные (критерии оценки)
Формирование у клиентов, принявших участие в проведённых мероприятиях, навыков коммуникативного общения, толерантного отношения друг к другу в ходе совместной деятельности.	Социализация клиентов в обществе.	Количество участников посещающих мероприятия в течение года. Тестирование, анкетирование, отзывы.
Раскрытие способностей клиента.	Расширение кругозора, развитие умения работать в группе.	Количество клиентов участвующих в организации мероприятия.
Реализация программы в полном объёме и в запланированные сроки.	Своевременность оказания услуг, их полнота и доступность	Количество оказанных услуг. Количество мероприятий по программе.
Привлечение к реализации программы специалистов	Совершенствование межведомственного общения.	Количество учреждений привлечённых к реализации программы.
Информированность клиентов и население села, о предстоящих и проведённых, мероприятиях.	Привлечение клиентов к участию в мероприятиях. Формирование положительного общественного мнения.	Количество пригласительных билетов, рекламных буклетов Количество репортажей, статей в газете, информационных буклетов
Пополнение банка методического обеспечения программы.	Повышение качества оказания социальных услуг клиентам при организации физкультурно-оздоровительной деятельности.	Количество разработанных сценариев методических сборников, рекомендаций и т.п.

VII. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Нескучный досуг. Сценарии игровых программ / Под ред. Е.И. Ромашковой. - М.: ТЦ Сфера, 2002;
2. Побединская Л.А. Праздник для друзей. Сборник сценариев. - М.: ТЦ Сфера, 2000;
3. Пузикова Л.Б. Праздники в вашем доме - Ростов н/Д: изд-во "Феникс", 2000;
4. Ромашкова Е.И. Праздник 8 Марта: Модели праздничного досуга и сценарные материалы. - М.: ТЦ Сфера, 2000;
5. Ромашкова Е.И. День защитников Отечества - М.: ТЦ Сфера, 2000;
6. Ромашина Н.Ф. Внеклассные мероприятия в игровой форме М.: Глобус, 2007;
7. Ромашкова Е.И. С новым учебным годом! (модели досуга в школе) - М.: ТЦ Сфера, 2001;
8. Титов С.В. Ура, каникулы! - М.: ТЦ Сфера, 2001;
9. Тубельская Г.Н. Детские праздники в семье - М.: ТЦ Сфера, 2000;
10. Тубельская Г.Н. Традиционные школьные праздники - М.: Педагогическое Общество России, 2001;
11. Шмаков С.А. Дети на отдыхе - М., 2001;
12. Гамидова С.К. Содержание и направленность физкультурно-оздоровительных занятий / Гамидова Светлана Константиновна ; [Смол. гос. акад. физ. культуры, спорта и туризма]. - Смоленск, 2012.
13. Герасимова Т.В. Формирование навыков здорового способа жизни методами оздоровительной физической культуры / Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009.
14. Евдокимов В.И. Оздоровительная физическая культура - средство оптимизации профессионального здоровья и качества жизни / В. И. Евдокимов, О. А. Чурганов // Актуальные проблемы физической подготовки. - 2007
15. Иванов И.В. Оздоровительная профессионально-прикладная физическая культура: учеб. пособие / И. В. Иванов, А. И. Чистотин.
16. Кирпиченков А.А. Оздоровительно-развивающие занятия на основе комплексного применения физических упражнений.
17. Литвинова О.П. Влияние оздоровительной аэробики на развитие двигательных качеств // Педагогика, психология и медико-биол. проблемы физич. воспитания и спорта. – 2009.
18. Малкина И.Г. Возможности формирования позитивного самоотношения личности методами ритмо-двигательной оздоровительной физической культуры. - 2010.
19. Митриченко Р. Х. Модель организации рекреационных занятий физической культурой. 2012.
20. Ципин Л.Л. Научно-методические основы занятий оздоровительными физическими упражнениями : учеб. пособие, 2012.
21. Щербин Д.В. Анализ эффективности использования средств оздоровительной физической культуры в системе трудового дня. Культура физическая и здоровье. - 2011

Приложение 1

**Тематический план мероприятий
Досугово – спортивного центра для взрослого населения «Школа
здоровья»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дни занятий	Место проведения
1.	Волейбол	Среда 18.00	Спортивный зал
2.	Фитнес-аэробика	Среда, пятница 19.00	Спортивный зал
3.	Профилактические лекции	В течение года	Кабинет № 2
4.	Весёлые старты	В течение года	Спортивный зал, стадион