

Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детского (юношеского) творчества»

Программа принята Педагогическим советом
МАУ ДО ДД(Ю)Т,
протокол № 2 от 24 декабря 2019 года

**Комплексно-целевая
ПРОГРАММА**

**"Дворец детского (юношеского) творчества -
территория здоровья"**



2020 год

Содержание

Введение.

1. Актуальность, обоснование программы.....	4
2. Цели и задачи программы.....	4
3. Ожидаемые результаты программы.....	6
4. Содержание программы.....	11
- краткий анализ социальной ситуации	
- составляющие здоровья ребенка	
- требования к образовательному процессу (СанПин)	
- режим работы Дворца	
5. Функции педагогов, администрации и специалистов Дворца.....	12
6. Сроки и этапы реализации программы.....	13
7. План действий по реализации программы.....	15
8. Модель выпускника Дворца.....	18
9. Методы мониторинга и контроля над реализацией программы.....	19
10. Образовательные технологии в области сохранения и укрепления здоровья.....	20
Список литературы.....	23
Приложения.....	25
Папка №1. План мероприятий МАУ ДО ДД(Ю)Т в рамках месячника «За здоровый образ жизни»	
Папка №2. Материалы по формированию культуры здорового образа жизни.	

Введение

Стратегической целью государственной политики в области образования является повышение доступности качественного образования, соответствующего требованиям инновационного развития экономики, современным потребностям общества и каждого гражданина.

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам



Образовательная деятельность по дополнительным общеобразовательным программам должна быть направлена на:

- формирование и развитие способностей учащихся;
- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья учащихся;
- социализацию и адаптацию учащихся к жизни в обществе;
- формирование общей культуры учащихся;
- удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов учащихся ...

Анализ программ и концепций развития дополнительного образования федерального и регионального уровней позволяет выделить задачи по управлению качеством образования. Неотъемлемой частью этого процесса является и сохранение здоровья участников образовательного процесса, которые возможно решить на уровне образовательного учреждения. К таким задачам относятся модернизация образовательного процесса (содержания, структуры, методов и отношений), подготовка педагогов к решению новых задач.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить ребенку возможность сохранения здоровья за период обучения, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Наметившая во всем мире тенденция новых подходов в вопросах формирования здоровья способствует созданию новых образовательно – оздоровительных технологий. Забота о здоровье – это важнейший труд педагога. От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Здоровье детей и подростков является

одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности. Вот почему так важно учить ребенка сохранять свое здоровье и заботиться о здоровье окружающих, учить безопасным для здоровья формам поведения и гармоничному существованию с самим собой и миром.

1. Актуальность программы обусловлена приоритетным направлениями политики в области образования на сохранение здоровья детей. Проблема сохранения и укрепления здоровья обучающихся является одной из важнейших задач современных образовательных учреждений и требование сохранения здоровья обучающихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам образования и реализуется в соответствии со стратегическими документами, определяющими развитие системы образования Российской Федерации. Здоровье – это состояние полного физического и социального здоровья, поэтому методы и приемы программы надо так организовать, чтобы ребенок всегда оставался способным контролировать свое здоровье. От того насколько согласованно будут взаимодействовать педагоги, воспитатели, школа, медицинские работники, окружающие ребёнка, насколько они постараются обеспечить комфортные и благоприятные для здоровья ребёнка условия, настолько успешными будут и дальнейшее его обучение, воспитание и развитие и социализация.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, исходим из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Статистика утверждает, что здоровье ребенка зависит на 20% от наследственных факторов, на 20% - от условий внешней среды, т.е экологии, на 10% - от деятельности системы здравоохранения, а на 50% - от самого человека, от его образа жизни, который он ведет.

2. Основной целью здоровьесберегающего образования является сохранение и укрепление здоровья детей через обучение и воспитание.

Стратегической целью можно считать создание педагогических условий для активного участия обучающихся в формировании, сохранении, укреплении и восстановлении резервов своего здоровья с целью наиболее полного овладения знаниями и умениями, для оптимизации социальной и личной жизни.

Цель программы: воспитание культуры здорового образа жизни.

Тактические задачи:

- обновлять (при наличии финансирования) материально-техническую базу Дворца;

- способствовать внедрению здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательный процесс;
- повысить уровень осведомленности членов педагогического коллектива, родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
- сформировать мотивацию, направленную на сохранение и укрепление здоровья субъектов воспитательно-образовательного процесса.

Задачи программы:

- создание условий для повышения качества образования (содержание, принципы, методы обучения и воспитания, формы организации образовательного процесса, способы и стили общения и др.);
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения учащихся, использование технологий учебных занятий, сберегающих здоровье учащихся;
- развитие психологической службы Дворца для своевременной профилактики психологического и физического состояния учащихся;
- привлечение системы воспитательной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- повышение квалификации педагогов по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

Задачи, направленные на родителей:

- Повышение уровня общей педагогической культуры родителей;
- Просвещение родителей в вопросах здоровья и здорового образа жизни; Повышение уровня активности родителей в организации досуга детей; Стимулирование родителей к участию в совместных с детьми занятиях спортом, в творческих и социальных проектах;
- Информирование родителей (устная, стендовая, опосредованная информация) о современных аспектах здоровьесбережения (факторы здоровья и факторы риска).
- Просвещение родителей о современных аспектах (механизмах и видах) психоактивной зависимости.

Задачи, направленные на педагогов:

- Повышение уровня личностной и профессиональной компетентности в вопросах здоровьесбережения.
- Формирование мотивации сохранения собственного здоровья.
- Развитие творческого потенциала педагогов.
- Просвещение педагогов в вопросах профилактики синдрома эмоционального выгорания.

- Обеспечение информацией о современных подходах к структуре и содержанию ЗОЖ.
- Стимулирование к созданию и реализации инновационных разработок в проблемном поле программы.
- Обобщение и распространение позитивного опыта.

Задачи, направленные на детей:

- сформировать культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- сформировать культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- сформировать культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их);

Базовыми компонентами на всех ступенях являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спорта.

3. Ожидаемые результаты программы:

Учащиеся и выпускники Дворца



должны знать:

1. Главная ценность жизни есть здоровье, за которое отвечает сам человек.
2. О необходимости регулярных профилактических осмотров с целью предупреждения и распознавания заболеваний на ранней стадии.
3. О заболеваниях, передающихся половым путем и способах их предупреждения.

должны уметь:

1. Противостоять физическим и интеллектуальным перегрузкам.
2. Оказать первую доврачебную помощь пострадавшим.
3. Обеспечить адекватные физиологические потребности и индивидуальные особенности питания.

4. Контролировать собственные поведенческие реакции, а также нести персональную ответственность за собственное поведение и здоровье.
5. Вести себя в эпидемиологически неблагоприятных условиях.
6. Иметь устойчивую мотивацию на достаточный уровень двигательной активности, а также закаливание.
7. Регулярно проходить профилактические осмотры по рекомендации врачей.
8. Использовать минимальный арсенал лекарственных препаратов, которые применяют без назначения врача.

должны иметь:

1. Сформированную точку зрения на вредные привычки (табак, алкоголь, наркотики, психотропные вещества).
2. Потребность соблюдения правил личной гигиены.
3. Устойчивую положительную мотивацию на достаточный уровень двигательной активности и закаливание организма.
4. Навыки позитивного отношения к людям.

4. Содержание программы

Краткий анализ социальной ситуации.

По данным Минздрава, только 5% выпускников школ сегодня являются практически здоровыми, 80% школьников хронически больны, 50% имеют морфофизиологические отклонения, свыше 70% страдают различными нервно психическими расстройствами.

Идет деградация молодых поколений России: вместо акселерации наступает децелерация (за последние годы в 20 раз увеличилось число низкорослых). Тают ряды защитников Отечества: ежегодно до 300 тысяч юношей (около 35%) не способны нести воинскую службу по медицинским показаниям. Как показывают данные научных исследований Института гигиены охраны здоровья детей и подростков, в ответ на интенсификацию учебного процесса 40-55% обучающихся испытывают выраженное утомление к концу учебного дня и учебной недели; у 60-63% обучающихся регистрируются изменения артериального давления, в том числе у 90% из них по гипертоническому типу. За последние 10 лет российский подросток похудел на 4-5 кг, у многих обучающихся отмечается дефицит витаминов, что свидетельствует о проблемах несбалансированного питания.

Определенные проблемы с психическим здоровьем имеют 15% детей, 25% подростков и, по данным медкомиссий военкоматов, до 40% призывников. Большой проблемой для здоровья подростков стало курение, употребление алкоголя и прием наркотиков.

Данная статистика требует кардинальных решений в области оздоровления обучающихся.

В условиях общего реформирования системы образования, учреждения пытаются найти свой путь совершенствования воспитательной и образовательной деятельности.

Однако, большое значение в борьбе с различными заболеваниями имеет собственная активность человека по укреплению своего здоровья.

Обычно люди начинают проявлять интерес к различным способам оздоровления всего организма после того, как они заболеют. Восстановить утраченное тяжелее, чем поддерживать организм в постоянной готовности к борьбе с различными отрицательными воздействиями.



В структуре соматической патологии первое место занимает заболевание органов зрения, затем опорно – двигательного аппарата и болезни органов пищеварения и органов дыхания.

В последнее время наблюдается ухудшение здоровья обучающихся по сравнению с предыдущими десятилетиями.

Малоподвижный образ жизни, компьютерные игры, экологические проблемы, эпидемии - все это отрицательно влияет на здоровье будущих граждан.



Здоровье детей – проблема комплексная, которая сегодня из разряда педагогических обрела социальное значение.



Как изменить существующее положение? Подавляющее большинство людей склонны перекладывать ответственность за свое здоровье на медицину, не желая изменить свое поведение, зачастую и проводящее к тем или иным заболеваниям. Но ведь поведение – это уже не только и не столько медицинская, но психолого-педагогическая проблема. Следовательно, решение этих вопросов ложится, не в последнюю очередь, на плечи педагогов. Поэтому оптимальным вариантом оздоровления является овладение человеком системой укрепления защитных сил организма на протяжении всей жизни. Уже с раннего детства необходимо учить ребенка укреплять свое здоровье, а в школьные годы требуется дать каждому обучающемуся **систему знаний и практических навыков по самооздоровлению**.

Методологической основой разработки такой системы является положение о единстве физического, психического и социального в человеке. Долгое время у нас в теории и практике воспитания личности практически не учитывалось влияние телесной и психической организации ребенка на его развитие. Делается упор на такие социальные факторы, как, например, качество образования, влияние средств массовой информации, искусства и т.д.

Особенность нашей программы – это совмещение важнейших сфер деятельности человека: «знать», «хотеть» и «уметь». Она охватывает всю имеющуюся у человека систему образов, объектов и явлений, относящихся к сфере здоровья и здорового образа жизни.

Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и педагогических работников. Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья ученика. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.



Режим работы Дворца разработан и утвержден в соответствии с Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.4.3172-14

1. Общие положения и область применения.
 2. Требования к размещению организации дополнительного образования и ее территории.
 3. Требования к зданию организации дополнительного образования.
 4. Требования к водоснабжению и канализации.
 5. Требования к естественному и искусственному освещению.
 6. Требования к отоплению, вентиляции и воздушно-тепловому режиму.
 7. Требования к помещениям для занятий различной направленности и их оборудования.
 8. Требования к организации образовательного процесса.
 9. Требования к организации питания и питьевому режиму.
- Требования к санитарному состоянию и содержанию территории и помещений.
10. Требования к соблюдению санитарных правил.

О требованиях к образовательному процессу в учреждении:

- Занятия начинаются не ранее 9.00 часов утра и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.
- Занятия в объединениях проводятся по группам, подгруппам, индивидуально или всем составом объединения.
- Зачисление детей для обучения по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта осуществляется при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта.

Продолжительность занятий и их кратность в неделю в объединениях устанавливаются локальным нормативным актом организации, реализующей дополнительные общеобразовательные программы различной направленности, в соответствии с рекомендациями СанПиН 2.4.4.3172-14. Рекомендуемая продолжительность занятий в учебные дни — не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни — не более 4 академических часов в день. После 30-45 минут теоретических занятий рекомендуется организовывать перерыв длительностью не менее 10 мин.

Контроль за соблюдением СанПиН 2.4.4.3172-14 осуществляет
Роспотребнадзор.

NN п/п	Направленность объединения	Число занятий в неделю	Число и продолжительность занятий в день
1.	Техническая	2-3	2 по 45 мин.;
1.1.	Объединения с использованием компьютерной техники	1-3	2 по 30 мин. для детей в возрасте до 10 лет; 2 по 45 мин. для остальных обучающихся;
2.	Художественная	2-3	2-3 по 45 мин.;
2.1.	Объединения изобразительного и декоративно-прикладного искусства	2-3	2-4 по 45 мин.;
2.2.	Музыкальные и вокальные объединения	2-3	2-3 по 45 мин. (групповые занятия); 30-45 мин. (индивидуальные занятия);
2.3.	Хоровые объединения	2-4	2-3 по 45 мин.
2.4.	Оркестровые объединения	2-3	30-45 мин. (индивидуальные занятия); репетиция до 4-х часов с внутренним перерывом 20-25 мин.;
2.5.	Хореографические объединения	2-4	2 по 30 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся;

5.	Физкультурно-спортивная		
5.1.	Занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта	2-3	1 до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся;
5.2.	Спортивно-оздоровительные группы (кроме командных игровых и технических видов спорта)	2-3	1 до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет; 2 по 45 мин. - для остальных обучающихся;
5.3.	Спортивно-оздоровительные группы в командно-игровых видах спорта	2-3	2 по 45 мин.;
5.4.	Спортивно-оздоровительные группы в технических видах спорта	2-3	2 по 45 мин.
8.	Социально-педагогическая	1-2	1-3 по 45 мин.
8.1.	Предшкольное развитие	2-3	1-4 по 30 мин.

5. Функции педагогов, администрации и специалистов Дворца

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- организация обучения жизненным навыкам (управление эмоциями, разрешение конфликтов и.п.), профилактике травматизма;
- разработка системы воспитательных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организация работы психологической службы.

2. Функции педагогического работника:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в ДОО;
- организация и проведение в ДОО мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;

- организация и проведение в ДОО мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в ДОО мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, наркологами;
- организация и проведение воспитательных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня психофизического здоровья учащихся;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Участники программы:

- обучающиеся
- педагогические работники
- родители

6. Сроки и этапы реализации программы:

I этап - 2020 г.

II этап - 2021 – 2022 гг.

III этап - 2023 г.

1 этап – подготовительный (1 год):

- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап – апробационный (2 года):

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий (1год):

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.



7. План действий по реализации программы «ДД(Ю)Т-территория здоровья»

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для учащихся	Для родителей
Первый этап	1. Семинар «Здоровый образ жизни – фундамент здоровья человека» 2. Мастер-классы «Использование интерактивных методов в работе педагога ДО при формировании ЗОЖ учащихся» 3. Мероприятия, направленные на сохранение и укрепления психологического здоровья обучающихся. (Психолог) 4. В рамках развивающих и тренинговых занятий. Профилактика ЗОЖ (Психолог)	Тренинги и развивающие занятия. 1) Запрос от педагога 2) Диагностика обучающихся (Психолог) Развивающие занятия Тренинговые занятия	1. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы посредством консультаций, информационных писем или буклетов, выступлений на родительских собраниях и днях открытых дверей. 2. Изучение уровня удовлетворенности учащихся и родителей организацией оздоровительной работы в учреждении.
Второй этап (2021-2022 гг.) Цель: реализация программы деятельности, внесение корректив (по мере необходимости)	1. Реализация проекта «Здоровье в наших руках». 2. Организация месячника «За здоровый образ жизни» (Прилагается) Беседы, видеоуроки, мастер-	Практические семинары Консультации 15	1. Совместные занятия детей и родителей, участие в играх на воздухе, походах, соревнованиях, организуемых в ДОО и учреждении. 2. Тематические родительские собрания в ДОО

и) в ее основные положения	классы, конкурсы		«Быть здоровым - это модно!».
Третий этап (2023 год) Цель: обобщение позитивного опыта реали- зации концеп- ции системы оздоровитель ной работы Дворца	Педагогический совет «Здоровьесберега- ющая деятельность Дворца: мониторинг эффективности».	1. Анализ состояния психического, нравственного, физического здоровья учащихся. 2. Исследование духовно- нравственного здоровья посредством изучения уровня воспитанности и ценностных ориентаций учащихся. 3. Изучение показателей культуры здоровья учащихся, осознание учащимися ценности здоровья; уровень сформированности культуры здоровья учащихся	Мастер-класс «Родители + Я = Здоровая семья».
Традицион- ные мероприятия на всех этапах	1.Проведение мероприятий научного и практического характера, направленных на сохранение и укрепление здоровья педагогов, повышения у них уровня культуры здоровья, повышение уровня инновационного потенциала коллектива и отдельных педагогов; готовность к участию в акциях, конкурсах и других мероприятиях по обмену опытом на муниципальном и региональном уровнях и др. 2. Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиНов (шум, освещенность, воздушная среда, размеры мебели, рассаживание обучающихся согласно рекомендациям, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий).		

	3.Соблюдение динамических пауз на всех учебных занятиях. 4.Осуществление мер, предупреждающих распространение инфекционных заболеваний среди обучающихся. 5.Обеспечение надлежащих психолого-педагогических условий (психологический климат в группах, наличие эмоциональных разрядок, стиль общения педагога с детьми, индивидуальный подход и др.). 6. Профилактика гиподинамии - организация подвижных переменок. 7. Месячник «За здоровый образ жизни» 8. Тематические занятия по ЗОЖ. 9. Работа стендов здоровья в ДОО. 10.Создание и реализация программ и мероприятий, направленных на формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни, включая досуговые программы, для летних лагерей. 11. Проведение смотров кабинетов, по созданию средств наглядной агитации и пропаганды ЗОЖ; 12. Выпуск бюллетеней, буклетов по ЗОЖ. 13. Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. 14.Учет участия кружковцев в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни.
--	---

8. Модель выпускника Дворца

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам Дворца необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровья сбережения детей и подростков. Для этого нами создана прогнозируемая модель выпускника Дворца:

Модель выпускника первой ступени обучения	Модель выпускника второй ступени обучения	Модель выпускника третьей ступени обучения
- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами личной гигиены и здорового образа жизни. 	- знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - знания о влиянии алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - гигиена умственного труда.	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье; - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.

9. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в ДД(Ю)Т;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;

- контроль за организацией образовательного процесса, распределением учебной нагрузки, воспитательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

Основные направления деятельности программы:

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультурминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния учреждения;
- соблюдение питьевого режима.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганда здорового образа жизни (тематические беседы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через участие в тематическом месячнике «За здоровый образ жизни»).

Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации образовательной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- совершенствование деятельности психологической службы для своевременной профилактики психологического и физиологического состояния учащихся и совершенствованию здоровьесберегающих технологий обучения;
- организация психолого-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров к различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются:
- общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость;
- режим дня, бытовые условия; занятость дополнительными занятиями.

Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха школьника.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр в образовательном процессе.
3. Контроль над сменой видов деятельности учащихся в течение учебных занятий.
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание учебных кабинетов перерывах, озеленение учебных помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок учебных кабинетов.
6. Контроль условий теплового режима и освещённости учебных кабинетов.
10. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных мероприятий с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнёров.
11. Создание комфортной атмосферы в учреждении и коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
12. Обучение учащихся оказанию первой медицинской помощи.

10. Образовательные технологии в области сохранения и укрепления здоровья:

- **здоровьесберегающие технологии** - создающие безопасные условия пребывания и обучения, решающие задачи рациональной организации образовательного процесса (с учетом возрастных, индивидуальных особенностей и гигиенических требований);

- **оздоровительные – технологии**, направленные на решение задач укрепления физического здоровья учащихся, повышение потенциала (ресурсов) здоровья: музыкотерапия, фитнес, дыхательная гимнастика;
- **технологии обучения здоровью** - гигиеническое обучение жизненным навыкам (управление эмоциями, разрешение конфликтов и др.), профилактика травматизма, профилактика злоупотребления психоактивными веществами;
- **воспитание культуры здоровья** - воспитание у учащихся личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формирование представления как ценности, усиление мотивации на ведение здорового образа жизни, повышение ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи, сообщества.

Применение разнообразных форм работы:

1. Учет состояния детей:

- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы учебных кабинетов.

2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка для учащихся.



3. Воспитательная работа:

- открытые учебные занятия;
- открытые мероприятия оздоровительной направленности.

4. Работа с родителями:

- информационно-просветительская;
- участие в мероприятиях Дворца;
- организация выездных мероприятий.

Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие **результаты:**

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Р. М. Арсланова «Будьте здоровы», 2005 г.
2. Антонова Ю.А. «Лучшие спортивные игры для детей и родителей». – М.:ООО «ИД РИПОЛ классик», ООО Издательство «ДОМ.ХХІ век», 2006. – 187 с. – (серии «Учимся играючи». «Азбука развития»).
3. Г. Ш. Тазиева «Здоровье в саду и на грядке», 2005 г.
4. Обухова Л. А, Лемяскина Л. А, Жиренко О.Е. «Новые 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы» (1-4 классы). – М.: ВАКО, 2007. – 288 с. – (Мастерская учителя)
5. «Здоровьесберегающие технологии ». Методическое пособие. Методика. Тематическое планирование. Разработки занятий. Разработки внеклассных мероприятий. – М.: Издательство «Глобус», 2010. – 256 с. – (Воспитательная работа) с. 193-195(диагностические методики)
6. Поляков О.В. «Здоровьесберегающие технологии в начальной школе»./ Автор – сост. О. В. Поляков. – Волгоград: ИТД «Корифей». – 96 с. 6.
7. Салыхова Л. И. «Настоящая книга классного руководителя: личностное развитие, учебная деятельность и физическое здоровье школьника». 1 – 4 классы / Л. И. Салыхова. – М.: Глобус, 2007. – 367 с.
8. Н.В. Лободина, Т.Н. Чурилова «Здоровьесберегающая деятельность»: планирование, рекомендации, мероприятия / авт. – сост. Н.В. Лободина, Т.Н. Чурилова. – Волгоград, 2012. – 205 с.

Интернет ресурсы:

<http://rudocs.exdat.com/docs/index-409521.html> - практическая работа «Сам себе я помогу, я здоровье сберегу»

http://metodsovet.su/load/nach_inoe/proek_deyat/proekt_quot_propaganda_i_formirovanie_zdorovogo_obraza_zhizni_quot/174-1-0-900 - проект

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575824

Владелец Майорова Ирина Николаевна

Действителен с 11.05.2021 по 11.05.2022