

Утверждена

Приказом директора МБОУ ДО ДДТ
№ 69 от 24 октября 2019 года
И. А. Алимхаджиева



Программа здоровьесбережения

«Здоровье – это жизнь»

Муниципальной бюджетной образовательной организации
дополнительного образования «Дом детского творчества
Антроповского муниципального района Костромской области

на 2019-2022 учебные годы

п. Антропово,
2019 год

Введение.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья обучающихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье-основа формирования личности, и в этой связи уместно привести слова замечательного педагога В. А. Сухомлинского: «Опыт убедил нас в том, что примерно у 85% всех неуспевающих учеников главной причиной отставания в учебе является плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание». Ребенок должен осознавать, что быть здоровым - его обязанность перед самим собой, близкими, обществом. Человек, не приученный или не умеющий заботиться о своем здоровье, психологически уязвим и не адаптирован в реальной жизни. Школьникам, испытывающим проблемы со здоровьем, труднее учиться. И в первую очередь педагоги должны помочь им справиться с этими трудностями.

В Концепции охраны репродуктивного здоровья населения страны, принятой в Российской Федерации, одной из наиболее острых проблем называется медико-социальная. А значит, проблемы охраны репродуктивного здоровья населения приобретают особую социальную значимость. В настоящее время доказано, что основным направлением профилактики заболеваний населения является работа по формированию здорового образа жизни. Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, равно как и болезни, более 50% приходится на образ жизни человека. По данным и зарубежных, и российских специалистов таблица факторов, влияющих на здоровье детей, выглядит так:

- 50%- образ жизни;
- 20%- условия внешней среды;
- 20%- особенности организма, наследственность;
- 8-12%- система здравоохранения.

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья. Это одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем заботиться о своем здоровье- у нас не будет будущего. Будущее нашей страны- счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми - сделать их здоровыми! Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранения здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения не только в школе, но и в организации дополнительного образования, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Обозначая цели деятельности по здоровьесбережению, мы исходили 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. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и педагогов. Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья ученика. Педагог обязан ответственно

относиться к своему здоровью, быть примером для ученика, вести здоровый образ жизни.

Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка, направленные на защиту здоровья и получение полноценного образования.

Программа является подтверждением особого статуса детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных конфессиональных и других отличий.

Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности органов власти, служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

Программа опирается в своих положениях на:

- Конвенцию ООН о правах ребенка;
- Конституцию Российской Федерации;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Национальную доктрину образования Российской Федерации;
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования второго поколения;
- Инициативу «Наша новая школа».

Основной стратегической целью программы «Здоровьесбережения» МБОУ ДО ДДТ на 2019-2022 годы является содействие всем участникам образовательного процесса в создании условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и приобретении знаний, умений, навыков, необходимых для формирования устойчивой мотивации к сохранению, укреплению здоровья и к здоровому образу жизни.

Для достижения стратегической цели должны быть решены следующие стратегические задачи:

- организация методической поддержки педагогов в реализации цели программы;

- разработка, внедрение в практику лучшего опыта использования совершенствования здоровьесберегающих инновационных технологий обучения и воспитания, адекватных возможностям детей;

- обеспечение формирования у учащихся мотивации к стремлению заботиться о своем здоровье и умению вести ЗОЖ, у педагогов - мотивации к валеологизации учебно-воспитательного процесса, освоению валеологических технологий в учебном процессе, к деятельности по сохранению собственного здоровья, у родителей-мотивации совместной деятельности по вопросам формирования ЗОЖ детей через систему просветительской работы;

- установление эффективных путей взаимодействия с родителями, различными специалистами в области здоровьесбережения;
- построение диагностической системы отслеживания состояния здоровья детей в форме мониторинга.

Цели программы:

- создание в ДЦП организационно - педагогических, материально - технических, санитарно - гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья учащихся образовательного процесса;
- создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения адекватной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;

- развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- обеспечение системы полноценного сбалансированного питания в школе с учетом особенностей состояния здоровья участников образовательного процесса;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников школы.

Задачи программы:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния ДДТ;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и режима дня;
- освоение педагогами новых методов деятельности в процессе обучения школьников, использование технологий занятия, сберегающих здоровье учащихся;
- привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся;
- посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике.

Функции различных категорий работников школы

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы;
- организация и контроль занятий;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;

- обучающиеся
- педагогическое сообщество
- родители.
- социальные партнеры

Участники программы:

- учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.
- организации и проведение диагностики уровня и качества знаний психического здоровья учащихся;
- организации и проведение исследования уровня физического и лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организации и проведение внеклассных мероприятий (беседы, диспуты, органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организации встреч родителей с представителями правоохранительных организаций и проведение профилактических работ с родителями;
- организации и проведение в объединении (студии) мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организации и проведение в объединении (студии) мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организации и проведение в объединении (студии) мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организации и проведение в объединении (студии) мероприятий по детей в ДДТ;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности

Функции руководителя объединения (студии):

- семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;
- организации создания банка данных о социально неблагополучных здоровьесбережения и ее контроль;
- организации работы классных руководителей по программе

Сроки и этапы реализации программы:

I этап - 2019 – 2020 гг.

II этап - 2020 – 2021 гг.

III этап - 2021 – 2022 гг.

1 этап - определение концептуальной линии развития ОО (1 год):

- анализ уровня заболеваемости (включая диагностику аппаратно-программным комплексом для предварительной доврачебной оценки и раннего выявления отклонений в состоянии здоровья школьников АРМИС), динамики формирования отношения к **вредным** привычкам;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап – формирование научно-методической базы ОО здоровьесберегающего типа (1 год):

- совершенствование материально-технической базы ОО;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля, учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся

3 этап – контрольно – обобщающий (1 год):

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

Модель личности ученика.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности «Школы здоровья». В качестве основополагающей линии

развития нашей школы в этом направлении выбрана концепция здоровьесберегающего образования. Школа должна стать «антропоцентричной», т.е. центром всех учебно-воспитательных воздействий является конкретный ученик, и, соответственно, все способы и формы организации школьной жизни подчинены целям его всестороннего личностного развития. Модель технологий обучения в здоровьесберегающей школе существенно отличается от других существующих моделей и педагогических систем. Она предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль учителя, а учитель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. Это требует разработки новых подходов к организации учебного процесса в плане дальнейшего развития технологий индивидуализации обучения и здоровьесбережения. Учет индивидуальных особенностей, учащихся в педагогической деятельности – это комплексная задача, требующая перестройки организации учебного процесса, которая может быть решена несколькими путями:

- вариативностью образовательной среды на основе принципов профилизации обучения;
- дифференциацией обучения;
- индивидуализацией учебного процесса с учетом личностных особенностей обучающихся;
- разработкой индивидуальных образовательных программ для детей с особенностями развития и педагогически запущенных детей;
- индивидуальными портфолио в системе дистанционного образования

Работникам школы необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения учащихся.

Для этого была создана прогнозируемая модель личности ученика:

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; - знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; -поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - 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 выработать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.

Реализация программы направлена на формирование у обучающихся культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими природосообразными движениями);
- 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;
- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета школы;
- посещение и взаимопосещение уроков, проводимых по ЗОТ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе.
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению.
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, объемом домашних заданий, внешкольной образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.

План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1.	Медицинское направление.			

1.1.	Проведение диспансеризации учащихся школы.	ЦРБ	ежегодно	
1.2.	Анализ случаев травматизма в школе.	Директор ДДТ	ежегодно	Материалы отчетов
1.3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	Педагоги дополнительного образования, директор ДДТ	ежегодно	материалы отчетов
1.4.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: <ul style="list-style-type: none"> • проветривание; • освещение; • отопление • вентиляция • уборка 	Директор ДДТ	ежедневно в течение года	
1.5.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Директор ДДТ	ежегодно	справка по оценке расписания
2.	Просветительское направление			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий).	Педагог-организатор, директор ДДТ	ежегодно	график проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни.	Педагог-организатор	ежегодно	тематика лектория
2.3.	Разработка системы обучения родителей и учителей по	Директор ДДТ	ежегодно	план работы

	проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.			
2.4.	Вовлечение родителей и учителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Директор ДДТ	ежегодно	план работы
2.5.	Подготовка и проведение педагогического совета по теме «Формирование здорового образа жизни»	Директор ДДТ	ежегодно	протокол педсовета
2.6.	Организация просветительской работы с учащимися (лекторий, тематические классные часы и др. виды работ).	Директор ДДТ	ежегодно	план работы
3.	Психолого-педагогическое направление.			
3.1.	Конференция по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»	Директор ДДТ		материалы конференции
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	Педагоги дополнительного образования	ежегодно	планы уроков
4.	Спортивно-оздоровительное направление.			
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	Педагог-организатор	ежегодно	план работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию	Директор ДДТ	ежегодно	план работы кружков и секций

	здорового образа жизни учащихся.			
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров ДДТ к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.	Директор ДДТ	ежегодно	план работы
5.	Диагностическое направление			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей.	Директор ДДТ	ежегодно	результаты мониторинга

Ожидаемые конечные результаты программы:

- 1.Повышение функциональных возможностей организма обучающихся;
2. Развитие физического потенциала воспитанников;
- 3.Повышение приоритета здорового образа жизни.