МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ-ДЕТСКИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР- «ЦЕНТР ПОДДЕРЖКИ ДЕТСТВА»

ПРИНЯТО
На Педагогическом совете
Протокол № 1 от 31.08.16г

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО «ЦПД»
_____ Л.В.Тюкляева
Приказ№ 62-06 от 31.08.2016г

ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ

на 2016-2019 учебные годы

МУНИЦИПАЛЬНОГО БЮДЖЕТНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ -ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ЦЕНТРА – «ЦЕНТРА ПОДДЕРЖКИ ДЕТСТВА»

Екатеринбург, 2016

1. Введение.

Проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение физического, психического и духовногоздоровья, очень актуальны сегодня. Следует обеспечить учащимся возможность сохранения здоровья за период обучения в МБУ ДО «ЦПД», сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать 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 состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья воспитанников и педагогов.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел 16 «Календарный план реализации программы» будет обновляется каждый учебный год.

Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, быть примером для учащихся, вести здоровый образ жизни и заботиться о здоровье обучающихся.

2. Цель программы:

Создание в учреждении организационно — педагогических, материально — технических, санитарно — гигиенических условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся.

3. Задачи программы:

- создать материально-техническое, содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандитской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развивать организационное, программное и материально-техническое обеспечение дополнительного образования обучающихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха.
- разработать и внедрить комплекс мероприятий по поддержанию здоровья педагогических работников Центра; четко отслеживать санитарно-гигиеническое состояние Центра;
- нормировать учебную нагрузку в соответствии с требованиями САНПИНа;
- осваивать педагогам новые методы деятельности в процессе обучения, использовать сберегающие технологии;
- развивать психолого-педагогическую службу МБУ ДО «ЦПД» для своевременной профилактики психологического и физического состояния здоровья обучающихся;
- формировать здоровый образ жизни;
- посещать научно-практические конференции, семинары, лекции по данной проблеме и применять полученные педагогами знания на практике.

4. Функции различных категорий работников МБУ ДО «ЦПД»:

1. Функции администрации:

- общее руководство реализации программы: организация, координация, контроль;
- организация и контроль физической нагрузки в объединениях спортивной направленности;
- разработка мероприятия по укреплению физического здоровья детей;
- организовать работу педагогов по программе здоровьесбережения, ее контроль;
- создать банк данных о социально неблагополучных семьях и обеспечить поддержку детей из таких семей;
- организовать работу психологической службы в МБУ ДО «ЦПД».

2. Функции педагогов:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и провидение в коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение мероприятий (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках реализации программы здоровьесбережения;
- организация и проведение исследования уровня физического и

психофизического здоровья детей;

- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5. Участники программы:

- обучающиеся;
- педагогическое сообщество;
- родители;
- социальные партнеры.

6. Сроки и этапа реализации программы:

I этап — 2016-2017гг.

II этап — 2017-2018гг.

III этап — 2018 — 2019гг.

I 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.

II этап — апробационый (1 год):

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

III этап — контрольно-обобщающий (1 год):

сбор и анализ результатов выполнения программы;

коррекция деятельности.

7. Модель личности ученика.

По завершению этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам Центра необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей.

Для этого создана прогнозируемая модель личности учащегося:

- знание и соблюдение личной гигиены, знание основ строения и функционирования организма человека, умение оценивать свое физическое и психическое состояние, стремление к самосовершенствованию, саморазвитию, умению поддерживать здоровье;
- умение поддерживать здоровый образ жизни.

8. Ожидаемые конечные результаты программы:

- повышение функциональных возможностей организма учащихся, развитие физического потенциала детей;
- рост уровня физического развития учащихся;
- повышение приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение уровня самостоятельности и активности;

- повышение профессиональной компетентности и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья детей, так и своего здоровья.

9. Реализация программы направлена на формирование у учащихся 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 интеллектуальную (способность управлять своими чувствами и эмоциями);

Базовыми компонентами 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.

10. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета Центра;
- посещение и взаимопосещение занятий, проводимых по ОТ:
- создание методической копилки опыта работы по здоровьесбережению;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в учреждении;

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

11. Основные направления деятельности программы:

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирования их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки в УДО, с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния Центра;
- обязательное медицинское обследование работников.

Просветительское направление предполагает:

- организация деятельности с учащимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, токсикомании;
- 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 на занятиях в объединениях

Психлолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем в развитии ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стяля;
- совершенствование деятельности психолого-педагогической службы Центра для своевременной профилактики психологических и физиологических отклонений здоровья учащихся, совершенствование здоровье сберегающих технологий обучения;
- организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- формирования здорового образа жизни учащихся;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров к совместным мероприятиям, различным формам оздоровительной работы;

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга состояния здоровья, в ходе которого выявляются:

наличие хронических заболеваний;

текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, 2-3 дня находится дома под наблюдение родителей);

режим дня, бытовые условия, занятость дополнительными занятиями.

12. Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в Центре;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьеформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, формирование личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

13. Реализация основных направлений программы:

1. Убеждение учащихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха.
2. Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
3. Контроль над сменой видов деятельности в течение дня, чему способствует удобное расписание
4. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание помещений на переменах, озеленение помещений комнатными растениями.
5. Ежемесячное проведение генеральных уборок помещений;
6. Контроль условий теплового режима и освещенности помещений;
7. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов, с учетом возрастных

особенностей детей, с привлечением родителей и социальных партнеров.

8. Создание комфортной атмосферы в коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.
9. Обучение детей оказанию первой медицинской помощи.

Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- организация работы спортивных секций, кружков, клубов;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дня здоровья;
- физкультминутка;
- организация летних оздоровительных лагерей с дневным пребыванием.

14. План деятельности по реализации программы

№	**Мероприятия**	**Ответственные исполнители**	**Сроки**	**Планируемый результат и выполнение**
1.	**Медицинское направление**			
1.1.	Медико-педагогическая экспертиза:	пдо	ежегодно	Медицинские справки о здоровье
1.2.	Анализ случаев травматизма в МБУ ДО «ЦПД»	администрация	ежегодно	Материалы отчетов

1.3.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	пдо	1 раз в полугодие	Материалы отчетов
1.4.	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: - проветривание; - освещение; - отопление; - вентиляция; - уборка.	Администрация	2 раза в год	план
1.5.	Рациональное расписание занятий, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора	ежегодно	Справка по оценке расписания
2.	**Просветительское направление**			
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий)	Заместитель директора	ежегодно	График проведения лектория
2.2.	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни	Заместитель директора	2016-2017 уч.год	Тематика лектория
2.3.	Подготовка и	Заместитель	2016-2017	

	проведение собрания по теме «Формирование здорового образа жизни»	директора	уч.год	
2.4.	Разработка системы обучения родителей и педагогов по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей	Администрация	ежегодно	План работы
2.5.	Вовлечение родителей и педагогов в работу по сохранению и укреплению здоровья детей	Администрация	ежегодно	План работы
2.6.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и др.виды работ)	Заместитель директора, пдо	ежегодно	План работы
2.7.	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма	Заместитель директора	ежегодно	План работы

3.	**Психолого-педагогическая поддержка**			
3.1.	Организация работы психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса	Психолог, заместитель директора, пдо	ежегодно	План работы
3.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся; - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения	Психолог, пдо	ежегодно	Диагностические исследования
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся	психолог	ежегодно	План работы психолога
3.4.	Методический совет по	Заместитель	2016-2017	Материалы

	теме: «Здоровьесберегающие технологии обучения»	директора, пдо	уч.год	методсовета
3.5.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации образовательной деятельности	пдо	ежегодно	планы
4	**Спортивно-оздоровительное направление**			
4.1.	Организация спортивных мероприятий	пдо	ежегодно	План работы
4.2.	Разработка системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы по формированию здорового образа жизни учащихся	Заместитель директора, пдо	ежегодно	План работы объединений, секций
4.3.	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров к различным формам оздоровительной работы	Заместитель директора	ежегодно	План работы
5.	**Диагностическое направление**			
5.1.	Мониторинг состояния здоровья детей	пдо	ежегодно	Результаты мониторинга

5.2.	Подготовка и проведение семинара для пдо по теме «Проблемы диагностики развития детей»	Психолог, пдо	2016-2017уч.год	Материалы семинара

15. Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2016-2017 учебный год

Сентябрь

1. Организация дежурства
2. Организация работы объединений и секций, организация массовой работы.
3. Включение в планы мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
4. Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы Центра по здоровьесбережению.
5. Проведение физкультминуток, подвижных игр.
6. Проведения месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед по формированию здорового образа жизни.
7. Организация отдыха и оздоровления детей.
8. Мониторинг состояния здоровья, дозирования учебной нагрузки.

Октябрь

1. Организация работы по созданию и поддержанию уюта в кабинетах, по сохранению имущества.
2. Подготовка кабинетов к зиме.
3. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
4. Физкультминутки (ежедневно).

Ноябрь

1. Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
2. Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курение – вред». Итог: выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотиками.
3. Экскурсии.
4. Проведение игровых программ.
5. Физкультминутки и динамические паузы (систематически).
6. Отчеты о проделанной работе по здоровьесбережению (раз в полугодие)

Декабрь

1. Проведение мероприятий, посвященных всемирному дню борьбы со СПИДом.
2. Проведение конкурсов «Папа, мама, я – спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
3. Физкультминутки и динамические паузы (ежедневно).

Январь

1. Тренинг здорового образа жизни.
2. «Веселые старты».
3. Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

1. Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
2. День защитника Отечества.

3. Соревнования по шашкам.
4. Физкультминутки динамические паузы.

Март

1. Планирование занятости учащихся в каникулярный период (экскурсии, встречи с медработниками и т.д.)
2. Подготовка к Дню здоровья.
3. Физкультминутки и динамические паузы.

Апрель

1. Всемирный день здоровья.
2. Операция «Милосердие», операция «Память».
3. Благоустройство территории.
4. День здоровья.
5. Динамические паузы, физкультминутки.

Май

1. Подготовительная работа к организации занятости учащихся в летний период.
2. Мероприятия, посвященные юбилею Победы в ВОВ.
3. «Веселые старты».
4. Проведение экскурсий на природу.
5. Презентация уроков чистоты.
6. Тестирование на знание правил личной гигиены и санитарии.

Июнь

1. Международный день защиты детей.
2. Всемирный день защиты окружающей среды.
3. Работа по плану летних каникул.

16. Здоровьесберегающая деятельность педагогического коллектива МБУ ДО «ЦПД»

Органы управления	Мероприятия программы здоровьесбережения	Сроки выполнения	Сроки выполнения (Перспектива)
Совет Центра	1. Создание временной творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения	Сентябрь 2016	
	2. Анализ результатов состояния здоровья участников образовательного процесса		
	3. Анализ дозировки учебной нагрузки: - учебного плана;	Сентябрь 2016	
Педагогический Совет	1. Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения	Октябрь 2016	
	2. Использование здоровьесберегающих и		

	здоровьеформирующих технологий		
	3. «Аукцион» педагогических идей (здоровьесберегающие технологии)		
	4. Здоровьесбережение при применении ИКТ	Январь 2017	
Методический Совыет	1. Обсуждение Программы здоровьесбережения	Август 2017	
	2. Состояние плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий	Август 2017	
	3. Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования	Сентябрь 2017	
	4. Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии»		
	5. Организация	Апрель 2017	

	методической недели «Обучение и воспитание с успехом»		
	6. Мониторинг влияния состояния здоровья учащихся	Сентябрь 2016	Июнь 2018
	7. Лекция «Жизнь без наркотиков»	В течение года	
родительский комитет	1. Ознакомление родителей с деятельностью Центра по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни	Май 2017	Май 2018
	2. Круглый стол «Здоровье наших детей»	Ноябрь 2016	
	3. День семьи «Папа, мама и я – спортивная семья»	Февраль 2017	Февраль 2018
	4. Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами		
	5. Анализ результатов работы по оздоровлению и пропаганде здорового	Май 2017	Май 2018

	образа жизни		
Психологическая служба (мониторинг здоровьесбережения)	1. Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия учащихся		
	2. Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения	Ноябрь 2017	
	3. Подготовка памяток для учащихся по формированию здорового образа жизни	Март 2017	