



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

дополнительного образования детей

Центр детского и юношеского технического творчества «Импульс»

городского округа Самара

443026, г. Самара, п. Управленческий, ул. Парижской Коммуны, 30а, тел.
9504563, centrimpuls2011@yandex.ru

«Утверждаю»:

Директор МБОУ ДОД ЦДЮИТТ «Импульс»

К. А. Климентьев

2019г.



Программа здоровьесбережения
«Здоровье для всех»
МБОУ ДОД ЦДЮИТТ «ИМПУЛЬС»
2018-2020 г.г.

Составители:

Громова Е.А.

Зам.директора по УВР

Момотова Н.В.

методист

Принята: Совет Центра

Протокол № 1 от «__» _____ 2019 г.

Председатель _____ К.А. Громова

Самара

1. Пояснительная записка

1.1. Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, очень актуальны сегодня. Необходимо обеспечить каждому участнику образовательного процесса возможность сохранения здоровья за период обучения в Центре, сформировать необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в педагогической практике и повседневной жизни.

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 школьный период у детей ухудшается состояние здоровья в несколько раз. Проблема здоровья обучающихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья обучающихся и педагогов. Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья обучающихся. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, вести здоровый образ жизни, тем самым быть примером для детей.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы.

Календарный план реализации программы обновляется каждый учебный год.

1.2. Нормативно-правовая база

Программа составлена в соответствии с основными нормативными документами в области образования РФ и нормативными актами учреждения:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ.
- Государственная концепция развития дополнительного образования от 4.09.2014 № 1726-р.
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей СанПиН 2.4.4.3172-14.
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-

эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04. 09.2014 № 1726-Р).
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 № 1008 "Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам".
- Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ».
- Устав муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования Центра детского и юношеского творчества "Импульс" городского округа Самара [МБУ ДО "ЦДЮТТ "Импульс"] (далее Центр) где указано, что Центр осуществляет реализацию дополнительных общеразвивающих для обучающихся в возрасте преимущественно от 6 до 18 лет (в отдельных случаях от 4 лет до 21 года).
- Положение Центра "О дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах"

Сегодня знания о космосе оказывают огромное влияние на человека и культуру современного общества. Большое значение в программе уделяется знакомству с жизнью и деятельностью замечательных людей, внесших значительный вклад в искусство, науку и технику. Занятия в этом направлении воспитывают эстетический и художественный вкус, закладывают серьезную основу для дальнейшей деятельности в разных общественных и производственных сферах жизни.

В процессе освоения программы учащиеся смогут реализовывать свои знания и умения в творческих проектах, тем самым совершенствовать свое мастерство, проявлять фантазию и учиться представлять свои работы на конференциях, выставках, презентациях и т.д. Проектная (исследовательская) деятельность — это важный фактор повышения мотивации и эффективности учебной деятельности. Проектная деятельность имеет следующие особенности:

1. направлена на повышение компетенции учащихся в предметной области, развитие их способностей, создание продукта;
2. организована таким образом, чтобы учащиеся смогли реализовать свои потребности в общении, овладеть нормами взаимоотношений, приобрести навыки индивидуальной самостоятельной работы и сотрудничества в коллективе;

3. обеспечивает сочетание различных видов познавательной деятельности, где значимыми и интересными для ребенка являются новые виды деятельности;

Итогами проектной деятельности следует считать не столько предметные результаты, сколько интеллектуальное, личностное развитие учащихся, рост их компетенций в выбранной сфере, формирование умения сотрудничать в коллективе и самостоятельно работать, уяснения сущности творческой исследовательской и проектной работы как показателя успешности данного вида деятельности.

Педагогическая целесообразность программы.

Чтобы работа в коллективе осуществлялась успешно и давала наибольший эффект необходимо учитывать специфику дополнительного образования. Эта специфика определяется прежде всего добровольностью посещений занятий и неоднородностью возрастного состава, что в свою очередь накладывает отпечаток на методику работы.

Создание творческой атмосферы на занятиях – это основное условие успеха. Для успешной организации занятий по программе необходимо создание педагогических условий, непосредственно влияющих на развитие творческих способностей учащихся. Эту группу условий составляют:

1. Сочетание систематического контроля за деятельностью учащихся с педагогически целесообразной помощью;
2. Создание ситуации успеха для каждого учащихся и коллектива в целом;
3. Обеспечение перспектив развития художественного творчества учащихся;
4. Использование на занятиях технических средств обучения;
5. Введение в занятие творческих, импровизационных и проблемных задач.
6. Применение разнообразных техник и материалов;
7. Смена видов деятельности в течение учебного года;
8. Сочетание индивидуальных и коллективных форм работы;

1.4. Функции различных категорий работников Центра

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- обеспечение работы спортивного зала во внеурочное время;
- разработка системы воспитательных мероприятий по укреплению физического здоровья воспитанников и ее контроль;
- организация работы руководителей объединений по программе здоровьесбережения и ее контроль;

Функции педагога детского коллектива:

- выявление обучающихся специальной медицинской группы

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в Центре;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работ с родителями;
- организация и проведение воспитательных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

1.5. Участники программы:

- обучающиеся Центра
- педагогические работники
- родители

1.6. Социальные партнеры:

- Районный отдел психологического сопровождения образовательного процесса МЦПС ЦРО г.о. Самара (ЦПСО, п. Управленческий)
адрес – 443026, г. Самара, ул. Симферопольская, д. 22
телефон – 950-66-22
- Администрация г.о. Самара Красноглинский городской район
- адрес: 443112, г. Самара, ул. Сергея Лазо, 11
телефон - 950-30-66
- Муниципальное казенное учреждение городского округа Самара «Центр социальной помощи семье и детям Красноглинского района (МКУ Центр «Семья»)
адрес – 443107, г. Самара, п. Мехзавод, кв-л 13, д. 13
телефон – 957-29-53, kgssemya@samtel.ru

1.5. Сроки и этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный (2016 – 2017гг.):

- 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 – реализации (2017 – 2019гг.):

- 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 (2019– 2020гг.):

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

1.6. Ожидаемые конечные результаты программы:

Модель личности обучающегося

По завершении 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 и подростков. Для этого создана прогнозируемая модель личности обучающегося:

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

	гигиена умственного труда	
рост уровня физического развития и физической подготовленности обучающихся		
повышение приоритета здорового образа жизни		
повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни		
повышение уровня самостоятельности и активности детей и молодежи		
Педагоги		
повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья воспитанников, так и своего здоровья		

2. Реализация программы

Реализация программы направлена на формирование у всех участников ОП 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.

2.1. 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 физкультминуток;

- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и с учетом расписания ДДТ, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния ДДТ;
- обязательное медицинское обследование педагогов.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с воспитанниками по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду 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).

Педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- организация педагогической помощи воспитанникам.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию спортивно-развлекательных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- привлечение системы воспитательной работы к формированию здорового образа жизни воспитанников;
- широкое привлечение воспитанников, родителей, социальных партнёров ДДТ к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- режим дня, бытовые условия; занятость дополнительными занятиями.

2.2. Здоровьесберегающие образовательные технологии

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в ДДТ;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесберегающие экологические технологии, направленные на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой (обустройство прилегающей территории, зеленые растения в аудиториях, рекреациях, участие в природоохранных мероприятиях);
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у воспитанников культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

2.3. Реализация основных направлений программы

- Убеждение всех участников ОП ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха.
- Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного дня.
- Контроль над сменой видов деятельности в течение дня, чему способствует удобное расписание занятий в Центре.
- Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание помещений на переменах, озеленение учебных кабинетов комнатными растениями.
- Ежемесячное проведение генеральных уборок учебных кабинетов.
- Контроль условий теплового режима и освещённости учебных кабинетов.
- Привлечение обучающихся к здоровьесберегающим мероприятиям.
- В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.
- Создание комфортной атмосферы в Центре и детских коллективах, толерантных отношений всех участников ОП.
- Обучение педагогов и обучающихся оказанию первой медицинской помощи.

2.4. Применение разнообразных форм работы

Учет состояния детей:

- анализ справок о состоянии здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы объединений.

Физическая и психологическая разгрузка воспитанников:

- организация спортивных праздников, проведение дополнительных занятий на свежем воздухе;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;
- физкультминутка;
- организация отдыха детей в летних оздоровительных лагерях;

Учебная и воспитательная работа:

- открытые мероприятия подвижно-оздоровительной направленности.

3. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета Центра;
- посещение и взаимопосещение занятий, проводимых по ЗОЖ;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния морально-психологического климата в Центре;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, расписанием занятий, воспитательной работой в свете формирования здорового образа жизни.

4. План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
Медицинское направление				
1	Обеспечение медицинских справок, пометка в журнале о допуске врача	педагог	ежегодно	журналы объединения
2	Анализ случаев травматизма в ДДТ.	инженер ОТ и ТБ	ежегодно	материалы отчетов
3	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни.	педагог	ежегодно	материалы отчетов
4	Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям: проветривание; освещение; отопление вентиляция уборка	Заместитель директора, педагоги	ежедневно	
5	Рациональное расписание уроков, не допускающее	заместитель директора	ежегодно	справка по оценке расписания

	перегрузок (соблюдение требований СанПиН)			
Просветительское направление				
1	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (родительские собрания)	педагоги, заместитель директора	ежегодно	график проведения и тематика родительских собраний
2	Вовлечение родителей и педагогов в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация ДДТ	ежегодно	план работы
3	Организация просветительской работы с обучающимися	педагоги	ежегодно	план работы
4	Работа по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	заместитель директора	ежегодно	план работы
Педагогическое направление.				
1	Семинар по теме: «Здоровьесберегающие технологии обучения»	заместитель директора, методист	2017г.	материалы семинара
2	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	педагоги	ежегодно	планы занятий
3	Выявление группы риска по социальной дезадаптации, устранение негативного влияния.	педагоги	ежегодно	план работы
Спортивно-оздоровительное направление.				
1	Организацию спортивно-развлекательных мероприятий.	Педагоги	ежегодно	план работы
2	Разработка системы воспитательной работы по формированию здорового образа жизни воспитанников	заместитель директора	ежегодно	план воспитательной работы Центра и объединений
3	Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров Центра к различным формам оздоровительной работы.	заместитель директора	ежегодно	план работы
Диагностическое направление				
1	Мониторинг состояния психологической атмосферы в Центе.	Педагоги методисты	ежегодно	результаты мониторинга

4. Примерный план мероприятий на 2018-2019 уч.г.

4.1. Для детских объединений и родителей

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
1.	Урок здоровья «Что такое наркотики и наркомания»	Выработать у учащихся позицию противостояния негативным явлениям	Сентябрь	Методисты Педагоги
2.	Проведение бесед и дискуссий на тему: «Как сохранить зрение», «Твоё здоровье»	Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственность за состояние своего организма	Октябрь	Педагоги Родители
3.	Анкетирование информированности по вопросам ВИЧ – СПИДа	Обеспечить учащихся достоверной информацией о факторах, влияющих на здоровье человека;	Ноябрь	Методисты Педагоги
4.	Проведение уроков – здоровья «Красота природы и человек»	Воспитание бережного отношения ко всему живому на земле, сознательного отношения к своему здоровью и здоровью других людей	Декабрь	Педагоги Родители
5.	Родительское собрание: «Экология души ребенка. Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Формирование у родителей необходимости проявления должного внимания к здоровью детей	Январь	Педагоги
6.	Участие в празднике «День защитника Отечества»	Воспитание любви к своему Отечеству.	Февраль	Педагоги Родители
7.	Проведение урока– здоровья «Алкогольный трамплин в наркоманию»	Подвести обучающихся к осознанию негативного влияния вредных привычек на здоровье человека;	Март	Методисты Педагоги
8.	Участие в дебатах «Мой образ жизни».	Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизни	Апрель	Методисты Педагоги Родители
9.	День здоровья	Формировать навыки игровой деятельности	Май	Зав.отделами Педагоги Родители

4.2. Для педагогических работников

Сроки	Мероприятие	Ответственный
сентябрь	День здоровья «Веселое ГТО»	Зам. директора
октябрь	День здоровья «Заседание лесного педсовета»	Зам. директора
февраль	День здоровья «Снежная тропа или у леса на опушке»	Пред. профсоюза
май	День здоровья «У ковчега в 10»	Пред. профсоюза

Литература и Интернет ресурсы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в школе. 1-4 классы. – М.: Воко, 2005
2. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система ДОУ. Модели программ. Рекомендации. Разработки занятий. – М.: Учитель, 2009
3. Смирнов Н.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе».- М.: АПК и ПРО, 2002
4. Советова Е.В. «Эффективные образовательные технологии». - Ростов: Феникс, 2007
<http://www.openclass.ru/io/9/kostenko> Костенко Л.В. «Здоровье сберегающие технологии в школе»