

Управление образования Киселевского городского
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
"Центр детского научного инженерно-технического творчества"

ПРИНЯТА

на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2022 г.
Протокол №1

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО «Центр детского
научного и инженерно-технического
творчества»

 Н.В. Зинина



**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
«НАШЕ ЗДОРОВЬЕ»**

Киселевский городской округ, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы	3
Нормативно-правовая база программы	3
Пояснительная записка	3
Материально-техническое обеспечение	3
Функции различных категорий работников МБУ ДО ЦДНИТТ	6
Сроки и этапы реализации программы	6
Общее представление о здоровьесберегающей среде в МБУ ДО ЦДНИТТ	7
Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в МБУ ДО ЦДНИТТ	7
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения МБУ ДО ЦДНИТТ	8
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения	9
Модель личности ученика.	10
Методы контроля над реализацией программы	11
Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы	11

Паспорт программы

<i>Наименование программы</i>	«НАШЕ ЗДОРОВЬЕ»
<i>Разработчик программы</i>	Зам. директора по УВР Альшевская Евгения Владимировна
<i>Цель программы</i>	Создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни.
<i>Задачи программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> - внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий; - формирование у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью; - пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности; - изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение; - обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения; - четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния учреждения; - формирование системы выявления уровня здоровья обучающихся и его целенаправленного отслеживания в течение периода обучения; - развитие здоровой, комфортной и безопасной образовательной среды; - развитие здоровьесберегающей компетентности педагогов; - воспитание у обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни
<i>Срок реализации программы</i>	2022-2026
<i>Территория реализации программы</i>	г. Киселевск Кемеровская область
<i>Юридический адрес</i>	652715, Кемеровская область, г. Киселевск, ул. Пионерская 7;
<i>Телефон</i>	8-991-371-98-20
<i>Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность</i>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Организация систематического контроля за состоянием здоровья учащихся и учителей на основе организации профилактических осмотров. 2. Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса. 3. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения. 4. Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам; 5. Разработка рекомендации для родителей, администрации

	учреждения, педагогов дополнительного образования, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.
<i>Участники реализации программы</i>	Учащиеся МБУ ДО ЦДНИТТ, руководители творческих объединений, родители учащихся.
<i>Финансово-экономическое обеспечение программы</i>	Не требуется
<i>Нормы и методы реализации программы</i>	Групповые и индивидуальные занятия, беседы, наблюдения.
<i>Условия реализации программы</i>	<ul style="list-style-type: none"> - разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ - учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье учащихся - мониторинг происходящих в учреждении изменений, связанных с вопросами здоровья
<i>Управление, контроль</i>	Контроль за реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация учреждения.

Нормативно-правовая база программы

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. «Конвенция ООН о правах ребенка» 1989г.;
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
3. «Всемирная декларация об обеспечении выживания, защиты и развития детей»;
4. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993г.;
5. Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи (СП 2.4.3648-20), утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28;
6. Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания (СанПиН 1.2.3685-21) утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2;
7. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Забота о сохранении здоровья учащихся важнейшая обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребенка. Здоровье - основа формирования личности. Таким образом, проблемы сохранения здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного, будут актуальны всегда. Следует обеспечить учащимся возможность сохранения здоровья за период обучения в учреждении, сформировать у учащихся необходимые знания, умения и навыки к здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

В Конвенции о правах ребенка подчеркивается, что современное образование должно стать здоровьесберегающим. В законе «Об образовании» сохранение и укрепление здоровья детей выделено в приоритетную задачу.

В качестве основы программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья учащихся и учителей. Охрана здоровья учителя является важным фактором укрепления здоровья ученика. Учитель 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.

Материально-техническое обеспечение

В здании МБУ ДО ЦДНИТТ созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все учебные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда учащихся. Здание МБУ ДО ЦДНИТТ расположено на благоустроенном участке. На территории МБУ ДО ЦДНИТТ расположена спортивная площадка. Здание подключено к районным инженерным сетям, холодному и горячему водоснабжению, отоплению.

Материально – техническая база - необходимое условие функционирования и развития образовательного учреждения. Совершенствование материально-технического обеспечения современным учебным и спортивным оборудованием, информационно-техническими

средствами являются современными требованиями к образовательному учреждению. В МБУ ДО ЦДНИТТ созданы оптимальные материально-технические условия для осуществления учебно-воспитательного процесса.

В МБУ ДО ЦДНИТТ оборудованные кабинеты и лаборатории. Кабинеты обеспечены необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающими гигиеническим требованиям. МБУ ДО ЦДНИТТ подключена к сети Internet.

Функции различных категорий работников учреждения

1. Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- организация и контроль за проведением пятиминуток;
- обеспечение работы хореографического зала;
- разработка системы мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль.

2. Функции руководителя творческого объединения:

- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в учреждении;
- организация и проведение в творческом коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в творческом коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в творческом коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- организация и проведение в творческом коллективе пятиминуток (беседы, диспуты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

Сроки и этапы реализации программы

I этап - 2022– 2023гг.

II этап - 2022 – 2023 гг.

III этап - 2023 – 2024 гг.

IV этап - 2024 – 2025 гг.

V этап - 2025 – 2026 гг.

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

- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

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

- совершенствование материально-технической базы ОУ;

- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования;
- подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля учащегося;
- программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни учащихся.

3 этап – разработка программ деятельности здоровьесберегающего образовательного учреждения (1 год):

- разработка программы обучения педагогов технологиям здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных здоровьесберегающих образовательных технологий с последующим внедрением их на уроках.

4 этап – разработка моделей индивидуализации обучения

- работа инновационной группы учителей ОУ по разработке и внедрению технологий здоровьесбережения на основе индивидуализации обучения;
- обобщение передового педагогического опыта и разработка учителями собственных технологий индивидуализации обучения с последующим внедрением их на уроках.

5 этап – практическая реализация программы развития ОУ здоровьесберегающего типа.

- работа всех педагогов дополнительного образования по внедрению технологий здоровьесбережения и индивидуализации обучения;
- проверка результативности внедряемых здоровьесберегающих образовательных технологий и технологий индивидуализации обучения;

Общее представление о здоровьесберегающей среде в МБУ ДО ЦДНИТТ

Приоритетной задачей нашего учреждения, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни учащихся. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- Режим учебно-познавательной деятельности
- Социально-педагогические условия обучения

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках)
- Психологическая среда (общение с учителями и учащимися)
- Санитарно-гигиеническая среда (состояние здания школы)

Основные блоки здоровьесберегающей деятельности по сохранению и укреплению здоровья в МБУ ДО ЦДНИТТ

Блок профилактики и динамического наблюдения за состоянием здоровья обучающихся предполагает:

- использование в учреждении рекомендованных методов профилактики заболеваний;

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультминуток;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния учреждения;
- планомерная организация питания учащихся.

Блок просветительско-воспитательной работы предполагает:

- воспитательную работу здоровьесберегающей направленности;
- включение в воспитательный план образовательного учреждения мероприятий, направленных на формирование мотивации здорового образа жизни (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).

Блок рациональной организации учебного процесса предполагает:

- соблюдение гигиенических норм в организации учебной нагрузки;
- использование приемов индивидуализации обучения;
- строгое соблюдение гигиенических требований к использованию технических средств в учебном процессе;
- 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 психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи учащимся.

Блок организации физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- организация динамических перемен, физкультпауз на занятиях;

Блок здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения предполагает:

- соответствие помещения учреждения гигиеническим нормативам;
- оснащенность хореографического зала, спортплощадки.

Блок организации системы просветительской и методической работы с педагогами и родителями предполагает:

- повышение уровня знаний в области вопросов здоровьесбережения;
- обеспеченность образовательным учреждением необходимой научно-методической литературой

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения МБУ ДО ЦДННТТ

Раздел 1. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ) и готовность педагогов дополнительного образования к реализации здоровьесберегающей деятельности.

- Позиционирование учреждения в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения;
- Готовность педагогов дополнительного образования к участию в здоровьесберегающей работе.

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Организация питания обучающихся;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и искусственному освещению;
- Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса;
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

- Состояние хореографического зала и спортивной площадки образовательного учреждения;
- Организация пятиминуток физвоспитания в образовательном учреждении;
- Физвоспитание в режиме дня учреждения.

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни учащихся.

- Организация образовательной работы в ОУ в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока;
- Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни учащихся;
- Участие учащихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в среде учащихся.

- Программа профилактики употребления психоактивных веществ учащимися;
- Выявление факторов риска распространения ПАВ в среде учащихся;
- Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. Гигиенические средства (санитарно-гигиенические средства здоровьесберегающие технологии)

- Требования к материально-техническому состоянию здания учреждения; организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
 - Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления
 - Формирование здорового образа жизни
 - Личная и общественная гигиена; привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
2. *Средства двигательной направленности* (здоровьесберегающие технологии физкультуры и спорта)
- Уроки физической направленности с комплексами физических упражнений
 - Физкультминутки на уроках и подвижные перемены
 - Различные виды оздоровительной гимнастики (пальчиковая, дыхательная, для коррекции зрения и пр.), лечебная физкультура
 - Эмоциональные разрядки и «минутки покоя», подвижные игры, психогимнастика, тренинги и др.
3. *Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ* (психологические здоровьесберегающие технологии)
- Обеспечение положительного эмоционального климата в учебном коллективе и в процессе взаимодействия руководитель-ученик
 - Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер, обучающихся в процессе их развития
 - Функционирование кабинета психологической разгрузки
4. *Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса* (здоровьесберегающие образовательные технологии)
- Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс
 - Системный подход к организации образовательной деятельности
 - Модернизация содержания образования, разработка интегративных курсов здоровьесберегающей направленности для всех ступеней обучения
5. *Профилактические и закаляющие средства* (воспитательная работа по формированию ЗОЖ)
- Культурно-массовые мероприятия
 - Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии)

Модель личности ученика.

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий является приоритетным направлением деятельности данной программы. Модель технологий обучения в здоровьесберегающем учреждении предоставляет ученику большую свободу выбора в процессе обучения. В ее рамках не ученик подстраивается под сложившийся обучающий стиль преподавателя, а преподаватель, обладая разнообразным технологическим инструментарием, согласует свои приемы и методы работы с познавательным стилем ребенка. 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 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

- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в учреждении.
- 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.

Планируемые результаты реализации здоровьесберегающей программы в МБУ ДО ЦДННТТ

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

1. Будет сформирована система физкультурно - оздоровительной работы образовательного учреждения по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья учащихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.
2. Будет осуществляться систематический контроль за состоянием здоровья педагогов дополнительного образования на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики.
3. Снизится заболеваемость всех участников образовательного процесса.
4. Повысится уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.