

Принято на:
Заседании педагогического коллектива
МБУДО «ЦТОТД и М г.Красноармейска»
протокол № 89 от «31» августа 2020г.

Утверждаю:
Директор МБУДО
«ЦТОТД и М г.Красноармейска»
Приказ № 350 от «31» августа 2020г.



Программа по созданию здоровьесберегающей среды в учреждении дополнительного образования

Подготовила: Лаврова Н.В.,
Методист МБУДО «ЦТОТД и М г.Красноармейска»

2020г.

Актуальность программы

Если нельзя вырастить ребенка,
чтобы он совсем не болел,
то, во всяком случае, поддерживать у него
высокий уровень здоровья вполне возможно.
Н.М. Амосов, академик

Проблемы сохранения здоровья детей и привития им навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды. Особая роль в этом процессе системы дополнительного образования.

Система дополнительного образования рассматривается как совокупность взаимосвязанных образовательных программ, средств, методов и процессов, необходимых для развития личности детей и подростков. Дополнительное образование детей имеет свою особенность, так как ее деятельность строится на принципах свободы выбора той деятельности, которая отвечает интересам подростка, успешности взаимодействия его и педагога, удовлетворения потребностей ребенка в основных сферах его жизнедеятельности.

Создание здоровьесберегающей среды учреждений дополнительного образования является актуальной задачей образовательного процесса. Здоровьесотворяющая среда обеспечивается наличием условий сохранения и укрепления здоровья учащихся, с одной стороны, и целенаправленным формированием культуры здоровья и здорового образа жизни всех участников образовательного процесса - с другой. Центральное место в культуре здоровья и формировании здорового образа жизни занимают ценностно-мотивационные установки, знания, умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, организации здорового образа жизни.

Программа несет в себе как оздоровительную, так и научно-исследовательскую функцию, раскрывая возможности учебно-воспитательного процесса для пропаганды, развития и сохранения здоровья подрастающего поколения. Программа построена на сотрудничестве педагогов, родителей, учащихся, медицинских работников, психологов.

Цели и задачи программы

Цель программы: формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Разработка комплекса мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, охране и укреплению здоровья.
2. Создание системы учёта и контроля состояния здоровья детей.
3. Создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни.
4. Развитие организационного, программного и материально - технического обеспечения дополнительного образования учащихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга.
5. Разработка и внедрение комплекса мероприятий по поддержанию и развитию здоровья учащихся.
6. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Условия реализации программы

1. Использование психолого-педагогических технологий здоровьесбережения

Снятие эмоционального напряжения

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и упражнений, досуговых программ, исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием, также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость сделанного, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т. п. Хороший эффект дает использование интерактивных обучающих приемов, которые вызывают неизменный интерес у учащихся, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения.

- Создание благоприятного психологического климата в общении ребенок – педагог, ребенок – ребенок.

Доброжелательная обстановка на занятии, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция педагога, ведущего на желание ребенка выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка. В обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность коллектива творческого объединения заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

- *Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.*

Личностно-ориентированные технологии в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. Используются приемы: применение заданий, позволяющих учащемуся самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую); индивидуальная работа с детьми с особыми возможностями; развитие регулятивных навыков, в частности рефлексии, обсуждение того, что получилось, не получилось, почему, поиск путей исправления, улучшения и др.

2. Создание условий для повышения качества профессиональной подготовки педагогов дополнительного образования

Увеличение числа реализованных социальных проектов, акций, направленных на формирование нравственного здоровья, а также числа их участников. Создание системы информационного обеспечения участников образовательного процесса по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, в том числе на основе Интернет-технологий. Пополнение информационно-методического банка здоровьесберегающих образовательных технологий, методик, методов, приемов. Проведение семинаров, мастер-классов, педсоветов по проблеме здоровьесбережения.

3. Система управления развития здоровьесберегающей среды в учреждении дополнительного образования

Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни. Контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с родителями, педагогами. Обеспечение необходимым оборудованием и инвентарем

Основные направления деятельности по реализации программы

- *Организация воспитательной работы, направленной на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, потребности в активном содержательном досуге.*

Традиционные досуговые дела Дома творчества (туристический слёт, путешествие по экологической тропе, тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др). Лектории и клубные занятия для старших учащихся. Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

- *Конструктивное взаимодействие с семьями учащихся по вопросам охраны детского здоровья.*

Индивидуальная работа с родителями; выпуск тематической печатной продукции; организация работы родительских клубов; включение родителей в досуговую и образовательную деятельность; организация группового и индивидуального психолого-педагогического консультирования.

- *Организация комфортной среды и благоприятного психологического климата в учреждении – основа для психологического благополучия и психического здоровья.*

Формирование сплочённых детских коллективов; дружественные отношения между всеми участниками образовательного процесса; создание для всех учащихся ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.

- *Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.*

Система учёта детей, требующих особой педагогической поддержки. Работа психолога с такими учащимися (консультирование, диагностика, коррекционно-развивающие занятия).

- *Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.*

Разработка методических пособий, обобщение опыта педагогов и представление его в педагогической прессе, мотивация к участию в конкурсах методической культуры педагога.

Ожидаемые результаты программы

Оценка эффективности программы является важным этапом процесса реализации программы «Азбука здоровья». Информацию, полученную в результате оценки эффективности программы необходимо анализировать и возможно использовать при подготовки аналогичных программ в будущем. В основе оценки эффективности программы заложен мониторинг, который позволяет проследить обоснованность применяемых мер по сохранению и развитию здоровья учащихся.

Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:

- Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на повышение уровня знаний детей, родителей, педагогов по здоровьесбережению.
- Наличие знаний у учащихся в области формирования и сохранения здорового образа жизни.
- Физическая подготовленность учащихся.

Формы представления результатов программы

- Ежегодные аналитические отчеты (мониторинг) о ходе реализации программы на педагогическом совете.
- Разработка педагогами методических разработок по проблеме здоровьесбережения и их защита.
- Размещение материалов на сайте учреждения.

Список литературы

1. Антонова, Л. Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях [Текст]: учебное пособие / Л. Н. Антонова. - М.: Изд-во МГОУ, 2010. – 100 с.
2. **Бабенкова, Е. А.** Настольная книга здоровьесбережения [Текст]: методическое пособие / Е.А. Бабенкова. - УЦ «Перспектива», 2013. – 201 с.
3. Безруких, М. М. Основы здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений [Текст]: учебное пособие / М. М. Безруких. – М.: ООО «Вариант», 2012. – 203 с.
4. Бутова, С. В. Оздоровительные упражнения на уроках [Текст] / С. В. Бутова // Начальная школа. - 2010. - .N 8. - С. 98.
5. Зенова, Т. В. Материалы для подготовки комплексно-целевой программы «Школа здоровья» [Текст] / Т. В. Зенова // Практика административной работы в школе. – 2013. - №1. - С.25-28.
6. Лукина, Л. И. Организационные аспекты работы с педагогическими кадрами [Текст]: учебное пособие / Л.И. Лукина. - ТЦ «Сфера», 2010. – 213 с.
7. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. 9 класс [Текст]: методическое пособие для преподавателей / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2014. – 112 с.

8. Шапцева, Н. Н. Наш выбор – здоровье [Текст]: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации / Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2010. – 129 с.

Приложение 1

Циклограмма работы учреждения по здоровьесбережению

Ежедневно	Еженедельно	Ежемесячно	Один раз в 3 месяца	Один раз в полугодие	Один раз в год
<p>1.Проведение гимнастики (перед занятиями).</p> <p>2. Контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью помещения.</p> <p>3.Проведение физкультминутки (на занятии) и динамических пауз.</p> <p>4.Фиточай.</p>	<p>1.Занятия творческих объединений физкультурно-спортивной направленности.</p> <p>2.Проведение подвижных и дидактических игр.</p> <p>3.Прогулки.</p>	<p>1. Генеральная уборка кабинетов.</p> <p>2. Проведение спортивных соревнований, праздников.</p> <p>3.Организация дискуссий, бесед, викторин по здоровьесбережению в творческих объединениях.</p>	<p>1. Конкурсы рисунков, выставка агитплакатов «Мы против наркотиков!»</p> <p>2.Организация экскурсий</p> <p>3. Проведение «Дня здоровья»</p> <p>4. Обновление уголка здоровья.</p>	<p>1.Проведение мероприятий с приглашением медицинского работника.</p> <p>2.Проведение родительских собраний.</p> <p>3.Организация встреч детей и родителей для участия в спортивных соревнованиях</p> <p>4.Проведение мониторинга</p>	<p>1.Медицинский осмотр сотрудников.</p> <p>2.Профилактические прививки.</p> <p>3.Аналитический отчет по программе.</p> <p>4.Создание методических рекомендаций, памяток.</p>

Анкета для родителей «О здоровье всерьёз!»

1. Каково состояние Вашего здоровья?
а) очень хорошее; б) хорошее; в) нормальное; г) плохое.
2. Каково состояние здоровья Вашего ребёнка?
а) хорошее; б) нормальное; в) плохое
3. Когда в последний раз Вы проверяли состояние своего здоровья?
а) в этом месяце; б) в этом полугодии; в) в этом году; г) более года назад, д) не помню.
4. Когда в последний раз проверяли здоровье ребёнка?
а) в этом месяце; б) в этом полугодии; в) в этом году.
5. Вы занимаетесь физкультурой и спортом
а) постоянно; б) часто; в) очень редко; г) не занимаюсь
6. Посещает ли Ваш ребёнок спортивную секцию
а) да; б) нет
7. Если посещает, то какую? _____
8. Если не посещает, то хотели бы Вы, чтобы Ваш ребёнок посещал секцию

9. Есть ли в Вашем доме спортивные снаряды? а) да; б) нет
Если есть, то какие? _____
10. Делаете ли Вы с ребёнком дома утреннюю гимнастику?
а) да, регулярно; б) нерегулярно; в) нет.
11. Считаете ли Вы питание Вашей семьи рациональным?
а) да; б) отчасти; в) нет; г) затрудняюсь ответить.
12. Установлен ли для Вашего ребёнка режим дня?
а) да; б) нет.
13. Соблюдает ли Ваш ребёнок правила личной гигиены?
а) да; б) нет; в) не всегда.
14. Вы употребляете спиртные напитки?
а) не употребляю; б) очень редко; в) часто употребляю.
15. Вы курите?
а) нет; б) очень редко; в) часто; г) бросил.
16. Как Вы проводите свой отпуск?
а) на море; б) дома; в) в санатории; г) когда как.
17. Как Ваши дети проводят досуг?
а) гуляют на улице; б) смотрят телевизор; в) общаются с друзьями; г) читают книги.
18. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?
а) да; б) нет; в) затрудняюсь ответить.
19. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни?
а) из специальных книг; б) из средств информации; в) из беседы с врачом; г) другое.
20. Вы ведёте здоровый образ жизни?
а) да; б) отчасти; в) нет; г) затрудняюсь ответить.
21. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?
а) да; б) затрудняюсь ответить.
22. Если прививаете, то, каким образом?
а) с помощью бесед; б) личным примером; в) совместными занятиями с детьми; г) прибегаю к услугам школы; д) другое.