

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования –
Центр детского творчества

Программа рассмотрена и допущена к
реализации решением Методического
совета МБУ ДО – ЦДТ
Протокол №1 от 19.08.2019



С Т В Е Р Ж Д А Ю
Директор МБУ ДО – ЦДТ
Хисамова Т.Г.
Приказ №38 от 19.08.2019г.

Программа здоровьесбережения
«Витамин»

Екатеринбург 2019

1. Введение

Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение физического, психического и духовного здоровья актуальны в любое время. Из этого следует, что необходимо обеспечить для обучающихся возможность сохранения здоровья за период обучения в МБУ ДО – ЦДТ (далее - Центр), сформировать необходимые компетенции в вопросах здорового образа 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 обучающихся ухудшается в несколько раз. На сегодняшний момент проблема здоровья учащихся вышла из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в основу программы «Витамин» заложена забота о сохранении здоровья обучающихся и педагогов.

Большинство разделов программы остается на все сроки внедрения программы, раздел 16 «Календарный план реализации программы» 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 организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических условий здоровьесбережения в учреждении, учитывая индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся.

3. Задачи программы:

- Создать условия для формирования здорового образа жизни;
- Создать материально-техническое, содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;

- Развить 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;
- При распределении учебной нагрузки соблюдать требования СанПин;
- В процессе обучения использовать сберегающие технологии;
- Развивать психолого-педагогическую службу Центра для своевременной профилактики психологического и физического состояния здоровья обучающихся;

4. Функции различных категорий работников МБУ ДО – ЦДТ

4.1. Функции Администрации

- Общее руководство реализации программы: организация, координация, контроль;
- Организация и контроль физической нагрузки в объединениях спортивной направленности;
- Разработка мероприятий по укреплению физического здоровья детей;
- Организовывать работу педагогов по программе здоровьесбережения, ее контроль;
- Создать базу данных о семьях, находящихся в трудной жизненной ситуации и обеспечить поддержку детей из таких семей и детей с ограниченными возможностями здоровья;
- Организовать работу психологической службы в Центре.

4.2. 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 проведение в детских коллективах мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- Организация и проведение профилактической работы с родителями;

- Организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работников ГИБДД, КДН, медработниками, наркологами;
- Организация и проведение (беседы, дебаты, лекции, КТД, конкурсы и др.) в рамках реализации программы по здоровьесбережению;
- 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 этапы реализации программы:

I этап – 2019-2020гг.

II этап – 2020-2021гг.

III этап – 2021-2022гг.

I этап – подготовительный (1 год):

- Анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения педагогов и обучающихся к вредным привычкам;
- Изучение новых форм и методов пропаганды здорового образа жизни и их внедрение;
- Разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

II этап – апробационный (1 год):

- Внедрение новых форм и методов пропаганды здорового образа жизни, выявление наиболее эффективных;
- Систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде здорового образа жизни;
- Выполнение оздоровительных мероприятий.

III этап – контрольно-обобщающий (1 год):

- Сбор и анализ результатов выполнения программы;
- Коррекция деятельности на будущий период.

7. Модель личности обучающегося

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 сохранения здоровья обучающихся.

Для этого создана прогнозируемая модель личности обучающихся:

- 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 вести здоровый образ жизни.

8. Ожидаемые результаты реализации программы:

- Повышение функциональных возможностей организма обучающихся, развитие физического потенциала детей;
- Рост уровня физического развития обучающихся;
- Повышение приоритета здорового образа жизни;
- Повышение мотивации к двигательной активности, здоровому образу жизни;
- Повышение уровня самостоятельности и активности;
- Повышение профессиональной компетентности и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья обучающихся, так и своего собственного.

9. 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 интеллектуальную (способность управлять своими чувствами и эмоциями).

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 обучающихся и морально-психологического климата в учреждении;
- Контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, образовательной деятельностью обучающихся 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 динамических пауз во время учебного процесса;
- Гигиеническое нормирование учебной нагрузки в Центре, с учетом школьного расписания, режима дня;
- Четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния Центра;
- Обязательное медицинское обследование работников.

Просветительское направление предполагает:

- Организация деятельности обучающихся по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, токсикомании;
- Пропаганда здорового образа жизни (тематические беседы, лекции), познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений и пр.;
- 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.

Психолого-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 учебной и познавательной мотивации;
- Формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- Совершенствование деятельности психолого-педагогической службы Центра для своевременной профилактики психологических и физиологических отклонений здоровья обучающихся, совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения;
- Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- Организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
- Формирование здорового образа жизни обучающихся;
- Привлечение родителей, социальных партнеров к совместным мероприятиям, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает:

Проведение мониторинга состояния здоровья, в ходе которого выявляются:

- Наличие хронологических заболеваний;
- Текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей);
- Режим дня, бытовые условия, занятость дополнительными занятиями.

12.3 Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- Здоровьесберегающие медицинские технологии;
- Здоровьесберегающие технологии административной работы в Центре;
- Здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- Здоровьесберегающие образовательные технологии, т.е. психолого-педагогические технологии, направленные на воспитание у обучающихся культуры здоровья, формирование личностных качеств, способствующих укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

13. Реализация основных направлений программы:

- Убеждение обучающихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха;
- Проведение динамических пауз и подвижных игр во время учебного процесса;
- Контроль над сменой видов деятельности в течении учебного процесса, проветривание помещений на переменах, озеленение помещений комнатными растениями;
- Ежемесячное проведение генеральных уборок помещений;
- Контроль условий теплового режима и освещенности помещений;
- В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных часов, с учетом возрастных особенностей детей, с привлечением родителей и социальных партнеров;
- Создание комфортной атмосферы в коллективах, толерантных отношений всех участников образовательного процесса;
- Обучение детей оказанию первой медицинской помощи.

Физическая и психологическая разгрузка учащихся:

- Организация работы спортивных секций, кружков, клубов;
- Динамические паузы;
- Индивидуальные занятия;
- Организация спортивных (танцевальных) перемен;
- День здоровья;
- Физкультминутка;
- Организация летних оздоровительных лагерей с дневным пребыванием.

14. План деятельности по реализации программы

№	Мероприятие	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат
1.	Медицинское направление:			
1.1	Медико-педагогическая экспертиза	ПДО	Август-сентябрь (в течении учебного года для вновь поступивших)	Медицинские справки о здоровье
1.2	Анализ случаев травматизма в ЦДТ	Администрация	Ежемесячно	Материалы отчетов

1.3	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	ПДО	Ежемесячно	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 допускающие перегрузок (соблюдение требований СанПиНа)	Заместитель директора по УВР	2 раза в год	Аналитическая справка по оценке расписания
2.	Просветительское направление:			
2.1	Организация просветительской работы с родителями (лекторий)	Администрация	В течении учебного года	График проведения мероприятий с родителями
2.2	Разработка и внедрение родительского лектория по здоровому образу жизни	Администрация	2019-2020 уч. год (сентябрь-октябрь)	Схема проведения, информационный материал по лекторию
2.3	Подготовка и проведение собрания по теме «Формирование здорового образа жизни»	Администрация	2019-2020 уч. год (сентябрь)	Создание условий для распространения информации о ЗОЖ
2.4	Разработка системы обучения родителей и педагогов по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей	Администрация	Ежегодно (сентябрь)	Создание условий для распространения информации о ЗОЖ
2.5	Вовлечение родителей и педагогов работу по сохранению и укреплению здоровья детей	Администрация	В течении учебного года	Создание условий для распространения информации о ЗОЖ

2.6	Организация просветительской работы с обучающимися Центра (лектории, тематические занятия, и пр.)	Заместитель директора по ОМР, ПДО	В течении учебного года	Создание условий для распространения информации о ЗОЖ
2.7	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма	Администрация	В течении учебного года	Создание условий для распространения информации о ЗОЖ
3.	Психолого-педагогическая поддержка:			
3.1	Организация работы психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса	Заместитель директора по УМР, педагог-психолог, ПДО	В течении учебного года	Создание условий для работы службы психолого-педагогического сопровождения
3.2	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей учащихся	Педагог-психолог, ПДО	2 раза в год	Диагностические исследования
3.3.	Организация психолого-медико-педагогической и коррекционной помощи обучающимся	Педагог-психолог	2 раза в год	Отчет по работе педагога-психолога
3.4	Методический совет по теме: «Здоровьесберегающие технологии обучения»	Заместитель директора по УМР, педагог-психолог, ПДО	2020-2021 уч. год (ноябрь)	Материалы методического совета
3.5	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов организации образовательной деятельности	ПДО	В течении учебного года	Создание условий для реализации здоровьесберегающих технологий
4	Спортивно-оздоровительное			

	направление:			
4.1	Организация спортивных мероприятий	Заместитель директора по ОМР, ПДО	В течении учебного года	Создание условий для реализации здоровьесберегающих технологий
4.2	Разработка системы кружковой и воспитательной работы по формированию здорового образа жизни обучающихся	Администрация, ПДО, Заместитель директора по ОМР	В течении учебного года	Создание условий для реализации здоровьесберегающих технологий
4.3	Привлечение учащихся, родителей, социальных партнеров к различным формам оздоровительной работы	Администрация	В течении учебного года	Создание условий для реализации здоровьесберегающих технологий
5.	Диагностическое направление:			
5.1	Мониторинг состояния здоровья детей	ПДО	2 раза в год	Анализ результатов мониторинга
5.2	Подготовка и проведение семинара для ПДО по теме: «Формирование системы оценки состояния здоровьесбережения в УДО»	Администрация, педагог-психолог, ПДО	2020-2021 уч. год	Материалы семинара

15. Календарный план реализации программы здоровьесбережения «Витамин» на 2019-2020 учебный год.

Сентябрь

1. Организация дежурства
2. Организация работы объединений, секций, 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 динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр.

6. Проведение мероприятий по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.
7. Проведение лекций, бесед по формированию здорового образа жизни.
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 зимнему периоду.
3. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
4. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (ежедневно).
5. Организация и проведение профилактического мероприятия «День танца. Движение - жизнь».
6. Организация и проведение похода на территории Лыжной базы (ул. Решетская, 63)

Ноябрь

1. Организация и проведение профилактического мероприятия «День матери: Пример по жизни».
2. Проведение воспитательных часов и мероприятий по теме «Курить не круто». Итог: выпуск агитационных материалов, посвященных борьбе с курением.
3. Организация экскурсий.
4. Проведение тематических игровых программ.
5. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (систематически).
6. Отчет о проделанной работе по здоровьесбережению (раз в полугодие).

Декабрь

1. Организация и проведение профилактического мероприятия, посвященного всемирному Дню борьбы со СПИД.
2. Проведение ряда спортивных и творческих конкурсов «7-Я», посвященных празднованию Дня семьи.
3. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (ежедневно).
4. Проведение спортивно-развлекательного мероприятия «Новогодние забавы».

Январь

1. Организация и проведение тренингов здорового образа жизни в детских объединениях.
2. Организация и проведение спортивного мероприятия «Веселые старты».

3. Организация и проведение профилактического мероприятия «День техники: Путешествие в страну полезных привычек».
4. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (ежедневно).

Февраль

1. Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
2. Организация и проведение мероприятий, посвященных Дню защитника Отечества «Школа Разведчика».
3. Проведение шахматного и шашечного турниров «Зимний гамбит»
4. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (ежедневно).

Март

1. Планирование занятости учащихся в каникулярный период (экскурсии, встречи с медработниками и т.п.).
2. Подготовка к Дню здоровья.
3. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (систематически).

Апрель

1. Всемирный День здоровья.
2. Операция «Милосердие», Операция «Память».
3. Благоустройство территории.
4. Организация и проведение профилактического мероприятия «День Декора»
5. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (систематически).

Май

1. Подготовительная работа к организации занятости в летний период.
2. Проведение «Уроков чистоты» в детских объединениях.
3. Организация и проведение профилактического мероприятия «День Песни: Победа далекая и близкая».
4. Тестирование на знание правил личной гигиены и санитарии.
5. Проведение динамических, танцевальных, музыкальных пауз, подвижных игр (систематически).

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 - ЦДТ

Органы управления	Мероприятия программы «Витамин»	Сроки выполнения
Совет Центра	1.Создание творческой группы по разработке Программы здоровьесбережения;	Сентябрь 2019
	2.Анализ состояния здоровья участников образовательных отношений;	Сентябрь-ноябрь 2019
	3.Анализ дозировки учебной нагрузки, учебного плана.	Сентябрь 2019
Педагогический Совет	1.Обсуждение и принятие Программы здоровьесбережения	Октябрь 2019
	2.Использование здоровьесберегающих технологий, форм, видов работы на практике	2019-2020 уч. год
	3.Аукцион педагогических идей (здоровьесберегающих технологий)	Октябрь 2019
	4.Здоровьесбережение при применении ИКТ	Январь 2020
Методический Совет	1.Обсуждение Программы здоровьесбережения	Январь 2020
	2.Состояние плана работы с учетом внедрения здоровьесберегающих технологий	Январь 2020
	3.Разработка критериев и индикаторов уровня здоровья участников образовательного процесса для мониторинга оценки качества образования	Февраль 2020
	4.Методическая панорама «Здоровьесберегающие технологии»	Апрель 2020
	5.Организация методической недели «Обучение и воспитание с успехом»	Апрель 2020
	6.Мониторинг состояния здоровья обучающихся	В течении года
	7.Лекция «Жизнь без наркотиков»	В течении года
Родительский комитет	1.Ознакомление родителей с деятельностью Центра по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни	Май 2020
	2.Круглый стол «Здоровье наших	Ноябрь 2020

	детей»	
	3.День Семьи	Февраль 2020
	4.Ознакомление родителей с различными оздоровительными системами	Май 2020
	5.Анализ результатов работы по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни	Май 2020
Психолого-педагогическая служба	1.Разработка анкет и проведение анкетирования по определению самочувствия обучающихся	Сентябрь 2020, Январь 2021
	2.Комплектование полного пакета документов по реализации Программы здоровьесбережения	Ноябрь 2021
	3.Подготовка памяток для обучающихся по формированию здорового образа жизни	Март 2021

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575860

Владелец Хисамова Татьяна Геннадьевна

Действителен с 25.02.2021 по 25.02.2022