

Утверждена
на педагогическом совете протокол №1
от 24 августа 2021 года

**ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕ»
МУ ДО «Сернурский ЦФКС»**

пгт. Сернур
2021 г.

1. Актуальность программы «Здоровье»

В МУ ДО «Сернурский центр физической культуры и спорта» разработана программа «Здоровье», сроком на 1 год (2021-2022 учебный год), которая основывается на:

1. Конвенцию ООН о Правах Ребенка;
2. Конституцию Российской Федерации;
3. Закон «Об образовании» в Российской Федерации;
4. Целевую программу «Здоровьесберегающие технологии в образовании детей».

В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Важность такой ориентации очень высока, поскольку по статистическим данным лишь 15% всего населения здоровы, 50% имеют функциональные нарушения и отклонения в состоянии здоровья, 34% - хроническую патологию. Состояние здоровья детского населения вызывает очень серьезные опасения специалистов. Так по данным НИИ педиатрии; у 50% детей школьного возраста отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата; 30% детей имеют нарушения в сердечно - сосудистой и дыхательной системах; около 70% детей страдают от гиподинамии. По данным Института возрастной физиологии РАО, около половины школьников страдают теми или иными невротическими синдромами.

Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствует о том, что около 90% детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье. 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания. За годы обучения в школе в 5 раз возрастает число нарушения зрения и осанки, в 4 раза увеличивается количество нарушений психического здоровья, в 3 раза увеличивается число детей с заболеваниями органов пищеварения и т.п. При этом отмечается четкая зависимость числа и характера нарушений в состоянии здоровья школьников от объема и интенсивности учебных нагрузок.

Проведя ряд опытно-экспериментальных работ, ученые в своих исследованиях раскрывают теоретические основы образовательных технологий и их влияние на эффективность учебного процесса, взаимосвязь образовательных технологий и состояния здоровья детей.

Основными критериями здоровья растущего организма ребенка служат:

- А) Уровень физического развития и его гармоничность.
- Б) Уровень развития функциональных систем.
- В) Способность организма к сопротивлению неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в том числе к заболеваниям.
- Г) Хорошая адаптация к меняющимся внешним условиям.

Залогом успешного развития нашего общества является здоровье подрастающего поколения.

2. Основные цели и задачи Программы.

Цель: Охрана и укрепление здоровья воспитанников, приобщение их к ценностям здорового образа жизни.

Задачи:

1. Совершенствование нормативно – правовых условий развития и сохранения здоровья воспитанников, повышение ответственности всех субъектов образовательного процесса за сохранение своего здоровья и здоровья окружающих.

2. Формирование устойчивой мотивации к здоровому образу жизни у педагогов, детей и родителей.

3. Развитие материально – технической базы с целью создания условий для сохранения здоровья учащихся.

4. Организация и проведение пропагандистской работы по вопросам здоровья и здорового образа жизни.

6. Создание условий для социально-психологической защищенности детей и подростков в учреждении.

7. Совершенствование службы мониторинга учреждения за здоровьем и результатами процесса обучения.

8. Актуализация проблемы профилактики психоактивных веществ и формирование культуры здоровья учащихся.

3. Основные принципы Программы.

Программа основывается на следующих принципах:

1. Принцип **гарантий**: реализация конституционных прав детей и подростков на получение образования и медицинского обслуживания.

2. Принцип **участия**: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.

3. Принцип **педагогической поддержки**: вовлечение учителей и родителей в широкое движение по созданию здоровой педагогической среды.

4. Основные направления Программы.

Выбор приоритетных направлений программы обусловлен спецификой образовательного учреждения, осуществлен с учетом практики решения вопросов охраны и укрепления здоровья воспитанников в условиях воспитательно-образовательного пространства.

1. Первое направление – использование системы мер по сохранению и укреплению здоровья воспитанников в учреждении. Для этого нужно: комфортный психологический климат в коллективе, рациональный режим дня, правильное сбалансированное питание, соблюдение правил личной гигиены, профилактика заболеваний.

2. Второе направление – мониторинг состояния здоровья детей и пропусков занятий по болезни, то есть создание системы учета и контроля состояния здоровья и пропусков занятий.

3. Третье направление – разработка комплекса мероприятий, направленных на улучшение состояния здоровья детей, организации их активного отдыха и профилактики ПАВ.

Данное направление предполагает формирование потребности в здоровом образе жизни, рациональную организацию режима учебы и отдыха.

5. Механизм реализации Программы.

I ЭТАП – подготовительный – сентябрь 2021 года.

Координационная деятельность:

1. Изучение изменений в нормативно - правовых документах и научно-методической литературе – ТБ, нормы и требования СанПиНа, локальные и нормативные акты, правовые документы и т.д.

2. Анализ результатов реализации программы 2020-2021 гг.:

- Представление опыта работы учреждения по Программе «Здоровье»;
- Утверждение новой Программы;
- Пополнение материально-технической базы по программе;
- Повышение квалификации педагогов дополнительного образования.

II ЭТАП – основной 2021-2022 гг.

1. Учебно-воспитательная деятельность.

Задача:

Создание условий для сохранения, формирования и укрепления здоровья учащихся.

2. Диагностическая деятельность Задача:

Определение условий для оптимальной работоспособности и жизнедеятельности, выявление факторов риска влияющих на уровень здоровья.

3. Профилактическая деятельность Задача:

Формирование и сохранение здоровья всех участников образовательного процесса.

4. Научно-методическая деятельность.

Задача:

Внедрение результатов научных достижений в области , медицины, психологии, касающихся охраны и укрепления здоровья учащихся и учителей в практику УВП;

5. Информационно-просветительская деятельность.

Задача:

Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни.

III ЭТАП – Заключительный – май 2022 года.

Информационно-аналитическая деятельность Задачи:

Сравнительный анализ деятельности всех участников образовательного процесса.

6. Совершенствование нормативно-правовых условий, информационно-методического обеспечения в целях сохранения и развитие здоровья воспитанников.

Анализ состояния здоровья воспитанников. Оформление аналитических и статистических отчетов о состоянии здоровья воспитанников учреждения.

(Педагог дополнительного образования)

Подборка научно – методической литературы по тематике здорового образа жизни (Директор учреждения).

Отслеживание результатов выполнения Программы через работу педагогов дополнительного образования, (Директор учреждения).

7. Внедрение оптимальной системы медико - педагогического Обеспечения по оказанию помощи детям и подросткам.

Организация занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся (неподвижная поза , отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса, отсутствие чувственно-эмоционального фона). *(Ежедневно)*

Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья.

(Один раз в полугодие) Директор, педагоги дополнительного образования.

Мониторинг физического здоровья учащихся по итогам медосмотра.

(Один раз в год) Директор.

Использование диагностики по выявлению наркомании, токсикомании и других вредных привычек среди детей и подростков. *(Ежегодно)* Директор.

Включение в родительские собрания вопросы по актуализации ценности здоровья. *(В течении года)* Директор, педагоги дополнительного образования.

Проведение педагогических советов на тему здорового образа жизни воспитанников.

(Один раз в год) Директор.

Проведение смотров помещений на предмет соответствия требованиям санитарно-гигиенических условий . (*Два раза в год*) Комиссия.

Обеспечение условий для предупреждения травматизма: соблюдение техники безопасности при организации процесса обучения детей.

(*Постоянно*) Директор, педагоги дополнительного образования.

8. Материально-технические условия обеспечения здоровьесберегающей деятельности учреждения.

1. Соответствие помещений и оборудования учреждения требованиям СанПиН, включая все помещения, рекреации, туалеты, школьную мебель и т.д.
2. Оборудование спортивного зала минимально необходимым спортивным инвентарем в соответствии с требованиями к оснащению образовательного процесса.
3. Обеспечение количества спортивных залов и дополнительного физкультурного оборудования (тренажеры, спортивные зоны и другое)
4. Соответствие помещения учреждения, в том числе спортивных залов требованиям техники безопасности.

9. Участие родителей в реализации Программы «Здоровье».

1. Проведение в школе, в системе, занятий с родителями, посвященных проблеме охраны и укрепления здоровья детей.
2. Участие родителей в реализации планов школы по содействию здоровью школьников.
3. Проведение по инициативе родителей в школе мероприятий, направленных на содействие здоровью школьников.
4. Проведение в школе регулярных совместных с родителями мероприятий, направленных на содействие здоровью школьников.

Работа с родителями по здоровому образу жизни.

Результат.

Лекционная работа.

Организация лекций для родителей по здоровому образу жизни, с приглашением педагогов дополнительного образования, и иных работников и специалистов в области здоровья.

На этих занятиях родители повышают свой теоретический уровень.

Применение полученных на лекциях знаний, их практическая отработка. Проведение мониторингов динамики здоровья и психофизического состояния воспитанников.

Родители вместе с детьми включаются в мероприятия учреждения, идет процесс самосовершенствования, что может послужить примером для детей.

Организация районных мероприятий.

В мероприятиях принимают участие представители от родительской общественности детей, либо родители детей одной возрастной группы, вместе с детьми (Привлекается группа специалистов разного профиля). Такой опыт работы помогает строить партнерские взаимоотношения с родителями в решении общего дела.

Индивидуальная работа с родителями.

Консультирование, беседы, общение по телефону и т.п.

Изменение сознания родителей в положительную сторону к здоровому образу жизни, стимуляция интереса, приобщение

Организация работы с родителями по спортивно-оздоровительному направлению.

При создании спортивной секции, прежде всего, учитываются условия, позволяющие обеспечить их успешную работу – наличие спортивной базы, специализации тех лиц, которые могут проводить занятия.

В каждой спортивной секции учащиеся распределяются по возрастным группам. Занятия в секциях проводятся 2 – 3 раза в неделю

Спортивно-массовая работа в учреждении не может стать полноценной, если не будет сопровождаться системой спортивных соревнований – участие в турнирах, соревнованиях и т.п.

Соревнования стимулируют воспитанников к систематическим, регулярным занятиям спортом. Соревнования и турниры являются эффективной формой пропаганды физической культуры и спорта среди воспитанников и родителей.

Внутри учреждения соревнования (турниры) проводятся по разным видам спорта на протяжении всего учебного года в зависимости от климатических условий и прохождения материала образовательной программы по конкретному направлению.

Внутри учреждения соревнования (турниры) обогащают высокой заинтересованностью воспитанников в необходимости систематических занятий физической культурой и спортом. Главное в том – что правильно организованные соревнования в рамках турниров способствуют укреплению здоровья учащихся, их физическому развитию и физической подготовленности.

В программе дней здоровья и спорта предусматриваются: подвижные спортивные игры, массовые соревнования " Веселые старты ", " А, ну-ка парни! ", " А, ну-ка девушки! ", " Папа, Мама, Я - спортивная семья! ", " Кожаный мяч " , в зимних условиях - катания на лыжах, санках .

10. Ожидаемые конечные результаты Программы.

1. Положительная динамика показателей физического здоровья и психологического статуса участников образовательного процесса.
2. Повышение рейтинга образовательного учреждения, применяющего технологии здоровьесбережения, в социуме.
3. Улучшение физического, психического и социального здоровья детей.
4. Создание благоприятного психологического климата, развитие в детском коллективе отношений дружбы, взаимопомощи, толерантности.
5. Приобретение знаний об основах здорового и безопасного образа жизни, здорового питания, знаний о личной гигиене, об опасности курения, алкоголя, наркотиков.
6. Формирование осознанного отношения у воспитанников к своему здоровью, осознание ценности здоровья и здорового образа жизни.
7. Снижение уровня заболеваемости, профилактика эмоционального выгорания и профессиональных деформаций.
8. Формирование осознанного отношения у родителей представлений о влиянии здоровья ребёнка на успешность его обучения, физическое и личностное развитие.
9. Повышение активности родителей в планировании и организации мероприятий, направленных на оздоровление детей в процессе образовательной деятельности.

Координация и контроль реализации Программы.

Контроль за ходом реализации Программы осуществляет администрация учреждения:

- анализирует ход выполнения плана действий по реализации Программы, вносит предложения по его коррекции;
- осуществляет организационное, информационное и методическое обеспечение реализации Программы;
- координирует взаимодействие заинтересованных общественных организаций по развитию системы оздоровления детей и подростков;
- ежегодно информирует Отдел образования о выполнении Программы.

11. План мониторинга Программы «Здоровье».

1. Освоение программы дополнительного образования, сдача нормативов, тестов, участие в турнирах и соревнованиях и конкурсах.

Результаты промежуточной и итоговой аттестации (2 раза в год *Протоколы аттестации*) Директор учреждения.

2. Результаты участия в конкурсах, соревнованиях школьного, районного и областного уровня, их динамика (*справка в конце учебного года*) Педагоги дополнительного образования

3. Состояние здоровья воспитанников

1. Пропуски занятий по болезни. (*Справка, один раз в полгода*) Педагог дополнительного образования

2. Наличие детей, имеющих вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотических средств).

- Анонимное анкетирование

- Наблюдение (*В течение учебного года.*) Директор.

4. Определение физической подготовленности воспитанников. (*протокол, в конце года*) Педагоги дополнительного образования

5. Состояние санитарно-гигиенических условий работы.

1). Соблюдение режима проветривания.

Наблюдение. (*Ежедневно*) Педагоги дополнительного образования

2). Соблюдение норм освещения и отопления в помещениях школы.

Наблюдение. (*1 раз в две недели*) Рабочий по зданию

3). Регулярная влажная уборка помещений. (*Ежедневно*) Директор учреждения

4). Соответствие учебной нагрузки обучающихся максимально допустимой (не более). (*Еженедельно*) Директор

6. Эффективность реализации программы физкультурно-оздоровительной работы в целом.

1. Подведение промежуточных итогов

2. Подведение общего итога работы по программе (*Анализ, справка, протокол*)
Директор

Список используемой литературы:

1. Гордеева А.В. Здоровье и образование, или образование здоровья/Школа. – 2002. - №2, С.40-42.
2. Здоровьесберегающее обучение и воспитание/Под ред. В.И.Андреева. – Казань: Центр инновационных технологий, 2000.
3. Ирхин И.В. Учитесь на здоровье: Здоровьеориентированный образовательный процесс на уроке.- М.: Чистые пруды, 2008.
4. Коржова М.Е. Здоровьесберегающая технология осуществления образовательного процесса в учреждениях среднего профессионального образования/ автореферат дис. ...к.п.н.- Челябинск, 2007.
5. Севрук А.И., Юнина Е.А. Здоровьесберегающий урок: концепция, технологии, мониторинг/Школьные технологии, 2004, №2, С.200-208.
Отчет о НИР за 2015 год по теме проекта "Физиологическое развитие и состояние здоровья современных детей на разных этапах пубертатного периода. Этап 3" (промежуточный)
6. Шер Стелла Абельевна. Научный центр здоровья детей: этапы формирования, роль в создании государственной системы охраны здоровья детей и развитии педиатрической науки в россии. Москва 2015 г.