

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Центр детского технического творчества №5»

Принята на заседании
педагогического совета
от «29» августа 2022 г.
Протокол N1

Утверждаю
Директор МАУ ДО «ЦДТТ5»
Хазиева М. Р.
«29» авг. 20 22 г.



ПРОГРАММА

ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

«ЗДОРОВЬЕ»

Составитель
Музаффарова Е.П.
Зав.орг-массовым отделом

г. Набережные Челны

Актуальность

Здоровье человека — актуальная тема для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего 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 педагогов и воспитанников, удовлетворения потребностей ребенка в основных сферах его жизнедеятельности.

В современных условиях данный тип образовательных учреждений играет уникальную роль в системе образования. Они служат задачам обеспечения необходимых условий для личностного развития, формирования культуры здоровья и профессионального самоопределения, творческого труда детей в возрасте от 6 до 18 лет, позволяют адаптировать детей к жизни в обществе, формируют общую культуру, позволяют организовать содержательный досуг. Культура здоровья служит неотъемлемой частью современного образовательного процесса. Культура здоровья представляет собой готовность человека к ведению здорового образа жизни (ЗОЖ), сохранению и укреплению его здоровья и оздоровлению окружающей среды (Н.М.Полетаева). Создание здоровьесберегающей среды УДО является актуальной задачей образовательного процесса.

Здоровьесоздающая среда обеспечивается наличием условий сохранения и укрепления здоровья школьников, 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.

Цели и задачи программы

Цель: создание условий для формирования здоровьесберегающей среды учреждения.

Задачи:

1. Обучение навыкам здорового образа жизни;
2. Формирование осознанного отношения к собственному здоровью, стимулирование мотивации к усилиям по укреплению собственного здоровья.
3. Совершенствование профессиональной компетентности педагогов в организации здоровьесберегающей среды.

Принципы деятельности:

В своей деятельности мы основываемся на принципах здоровьесбережения, сформулированных Н.К.Смирновым. (Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.)

- **«Не навреди!»** — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и педагога
- **Приоритет заботы о здоровье педагога и учащегося** — все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.
- **Непрерывность и преемственность** — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом занятии.
- **Субъект-субъектные взаимоотношения** — воспитанники учреждения являются непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.
- **Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся** — объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.
- **Успех порождает успех** — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.
- **Активность** — активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.
- **Ответственность за свое здоровье** — у каждого ребенка надо стараться сформировать ответственность за свое здоровье, только тогда он реализует свои знания, умения и навыки по сохранности здоровья.

Концептуальные идеи деятельности педагогического коллектива

1. Здоровье мы рассматриваем как единство физического, психического здоровья и психологического благополучия.
2. Ребенок растет и развивается и в основе его физического и психического здоровья – необходимость максимального удовлетворения возрастных потребностей движение, познание, общение, сотрудничество и т.д.
3. В современном городском социуме многие естественные потребности детей не удовлетворяются как следствие утрата физического и психического здоровья. Например, естественная потребность в движении: в школе малоподвижные виды деятельности, статичные позы, дома – телевизор и компьютер. Выход – включение детей в деятельность способствующую сохранению и развитию здоровья. Именно такие виды деятельности развивает дополнительное образование детей.
4. Педагогический коллектив считает необходимым в рамках учебно-воспитательного процесса обеспечивать профилактику детского травматизма и содействовать формированию у ребёнка культуры собственной безопасности.
5. Ресурсы дополнительного образования должны быть доступны каждому ребёнку, в том числе и с ограниченными возможностями здоровья.

Условия реализации программы

I. Использование психолого-педагогических технологий здоровьесбережения.

1. Снятие эмоционального напряжения.

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и задач, введение в занятие, досуговую программу, исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием, также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку воспитанников, 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 школьников, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения.

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

Доброжелательная обстановка на занятии, досуговых делах, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция педагога, ведущего на желание Воспитанника 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.

Воспитанники покидают учреждение с хорошим настроением, с желанием встретиться с друзьями, посещать учреждение.

3. 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 ученику 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.

II. 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 темам: «Реорганизация учебно-воспитательного процесса с позиций здоровьесбережения»; «Внедрение новых технологий и активных форм обучения как средства

повышения качества компетенций обучающихся»; «Психологическая атмосфера на занятии», «Подготовка воспитанников к публичным выступлениям».

III. 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; эффективности реализации программы. Обеспечение необходимым оборудованием и инвентарем. Основные результаты реализации программы: формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения; анонимные анкеты, позволяющие анализировать ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочные суждения детей.

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

- Традиционные тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др.
- Беседы в объединениях с обучающимися.
- Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

Конструктивное взаимодействие с семьями обучающихся по вопросам охраны детского здоровья.

- Индивидуальная работа с родителями.
- Включение родителей в досуговую и образовательную деятельность.

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 детей ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.

Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.

- Разработка и реализация в учреждении Модели инклюзивного образования.
- Система учёта детей, требующих особой педагогической поддержки.

Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.

- Включение в систему повышения квалификации педагогов здоровьесберегающей тематики.
- Обобщение опыта педагогов. Представление в педагогической прессе.

Ожидаемые результаты

1. Создание системы по формированию здоровьесберегающей среды в ЦДТТ№5.
2. Приобретение знаний о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями.
3. Соблюдение санитарно-гигиенических требований и норм при организации учебно-воспитательного процесса.
4. Усвоение определенных санитарно-гигиенических знаний для использования их в школе, ЦДТТ№5, общественных местах, дома, на улице.
5. Формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни.
6. Организация проектов, акций, дел в рамках педагогического проекта «ЦДТТ – территория здоровья» Создание банка методического сопровождения по проблеме.

План деятельности по реализации программы

№	мероприятия	Ответственные исполнители	сроки	Планируемый результат и выполнение
1	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ	администрация центра	ежегодно	
2	Вовлечение родителей и педагогов в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	администрация центра	ежегодно	
3	Подготовка и проведение совещания по теме «Формирование здорового образа жизни»	Зав.орг-массовым отделом	ежегодно	
4	Организация просветительской работы с учащимися	педагоги	ежегодно	
5	Совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.	администрация центра	ежегодно	
6	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности.	педагоги	ежегодно	

Календарный план реализации программы здоровьесбережения

№	Наименование мероприятия	Сроки	Ответственные
Работа с учащимися			
	Дни открытых дверей	сентябрь	педагоги
	Участие в массовых соревнованиях «Кросс Татарстана» в рамках Всероссийского дня бега «Кросс наций»	сентябрь	педагоги
	Конкурсы; спортивные, интеллектуальные, развлекательно-тематические мероприятия для учащихся, детей «группы риска» ОО	в период каникул	педагоги
	День здоровья	январь	Музаффарова Е.П.
	Участие в соревнованиях по лыжным гонкам «Лыжня Татарстана»	февраль	педагоги
	Встречи с успешными людьми; деятелями искусства; учеными, преподавателями технических ВУЗов, колледжей; представителями НЧНД и др. (в рамках программы по профилактике асоциальных проявлений)	в течении года	Музаффарова Е.П.
	Беседы в объединениях: «Если хочешь быть здоров», «Из чего состоит наша пища», «Здоровье - это здорово», «Режим дня – основа жизни человека», «Что такое здоровье?»	в течении года	педагоги
	Мероприятия в объединениях: «Осенний калейдоскоп», «В здоровом теле – здоровый дух!», «Спортивная эстафета», «Богатырские забавы»	в течении года	педагоги
Работа с родителями			
	Дни открытых дверей	сентябрь	Музаффарова Е.П.
	Операция «Быт»	октябрь	Музаффарова Е.П.
	Родительские собрания в объединениях: «Режим труда и учёбы», «Здоровье ребёнка в руках взрослых», «Секреты здоровья ребёнка»	в течении года	педагоги
	Занятия по программе «Университет для родителей (ГДТДиМ №1)	в течении года	педагоги
	Семейное мероприятие «Папа, мама, я – техническая семья»	декабрь	Музаффарова Е.П.

Список используемой литературы

1. Бабенкова Е.А. Настольная книга здоровьесбережения. УЦ «Перспектива», 2013.
2. Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 1-4 классы. М., АСТ, 2006.
3. Зайцев Г.К. Зайцев А.Г. Твоё здоровье: укрепление организма. – СПб., 1998.
4. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. – СПб., 1997.
5. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. – СПб., 1996.
6. Здоровье. Сообщество взаимопомощи учителей. [Электронный ресурс] URL: <http://pedsovet.su/load/211>
7. Здоровьесбережение. Информационно-методические материалы [Электронный ресурс] URL: <http://center-ime.ucoz.ru/index/zdorovesberezhnie/0-104>
8. Коваленко Наталья Николаевна. Сайт специалиста по здоровьесбережению. [Электронный ресурс] URL: <http://nsportal.ru/kovalenko-natalya-nikolaevna>
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. М.: «ВАКО», 2004.
10. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер. – М., 2007.
11. Макеева А.Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. 9 класс – М. Просвещение, 2014.
12. Маргарита Павлова «Здоровая школа». Электронная библиотека. [Электронный ресурс] URL: <http://zdorovayashkola.ru/library/>
13. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся. – М., Вентана-Граф, 2008.
14. Мир детства: Младший школьник» М., 1988.
15. Наш выбор – здоровье: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации/ авт.-сост. Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2009.
16. Обухова Л.А. «135 уроков здоровья или школа докторов природы» – Мю, Вако 2005.
17. Основы здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений. Под редакцией М.М. Безруких. – М., ООО «Вариант», 2005.
18. Психология здоровья. Учебно-методический портал для студентов и преподавателей. – [Электронный ресурс] URL: <http://psyhealth.jimdo.com>
19. Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет./ Пособие для педагогов дошкольных учреждений. (Научный редактор чл.-корр. РАО, директор ИВФ Безруких М.М.). – М., «ВЛАДОС», 2001.
20. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002.
21. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. Под редакцией Н.В.Сократова – М., ТЦ Сфера, 2005.
22. Урунтаева Г.А. Как я расту: Советы психолога родителям. – М., 1996.
23. Электронный методический кабинет. Здоровьесбережение. [Электронный ресурс] URL: <http://school32-metod.ucoz.ru/index/zdorovesberezhnie/0-9>

