МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
“УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ”

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ИНТЕЛЛЕКТ» Г. ФЕОДОСИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

УТВЕРЖДАЮ
И.о.директора ЦДО «Интеллект»
_____ О.В.Червотока
Приказ № 79 от «31» августа 2020г.

ПРОГРАММА
по пропаганде здорового образа жизни и оздоровлению обучающихся Муниципального бюджетного учреждения центр дополнительного образования «Интеллект» г.Феодосии Республики Крым

Год разработки программы: 2020
Срок реализации программы: 3 года

Феодосия – 2020

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Наименование Программы, её статус: комплексная программа «Сохраним здоровье» (программа деятельности Муниципального бюджетного учреждения центр дополнительного образования «Интеллект» г.Феодосии Республики Крым (далее – ЦДО «Интеллект») по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни и профилактике употребления ПАВ). **Разработчик Программы:** педагогический коллектив ЦДО «Интеллект».

Особое внимание администрацией ЦДО «Интеллект» и педагогами дополнительного образования уделяется сохранению здоровья обучающихся. ЦДО «Интеллект» как учреждение дополнительного образования детей решает следующие задачи в области формирования потребности в здоровом образе жизни:

- организует активную созидательную деятельность по интересам, содержательный досуг,
- способствует развитию интеллектуальных, нравственных и физических сторон учащихся;
- создаёт условия для реализации туристского и физкультурно-спортивного направления, направленного на укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие детей и подростков, достижению ими спортивных успехов, способствующих развитию их способностей;
- создает такую среду, в рамках которой становится возможными самопознание, самосовершенствование, постановка смысловых проблем, касающихся понимания сущности здорового образа жизни и выработка индивидуального способа жизнедеятельности;
- создает условия, способствующие профилактике зависимости от психоактивных веществ (табак, наркотики, алкоголь).

Реализация мероприятий Программы позволит:

- создать условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- внедрить оптимальный режим учебной деятельности и активного отдыха детей;
- сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

Главная идея, заложенная в основу программы: здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

Цель Программы: поиск оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья обучающихся ЦДО «Интеллект», создание наиболее благоприятных условий для формирования у обучающихся отношения к здоровому образу жизни как к одному из главных путей в достижении успеха.

Задачи:

1. Отработать систему выявления уровня здоровья учащихся ЦДО «Интеллект» и целенаправленного отслеживания его в течение всего времени обучения.
2. Создать условия для обеспечения охраны здоровья обучающихся, их полноценного физического развития и формирования здорового образа жизни.

3. Выработать у обучающихся отрицательное отношение к ПАВ и последствиям их употребления.
4 Популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширить кругозор школьников в области физической культуры и спорта.
5. Организовать систему профилактических мероприятий по предупреждению детского травматизма, предотвращению роста заболеваемости учащихся школы.
6. Сформировать осознанное и ответственное отношение к своему здоровью.

Основные принципы программы.

Принцип гуманизации - уважение к личности ребенка, его достоинству, уважение его прав и свобод.

Принцип опережающих воздействий - формирование устойчивости к негативным воздействиям среды должно осуществляется заблаговременно, предваряя реальное приобщение ребенка к ПАВ.

Комплексности – в проведении работы по формированию привычки к здоровому образу жизни должны участвовать как педагоги, так и родители.

Этапности – мероприятия по овладению навыками здорового образа жизни должны проводиться как в ЦДО «Интеллект», так в школе и дома.

Разнообразия форм работы – проводимые мероприятия нужно разнообразить, избегая монотонности, используя игровые формы.

Природосообразности - опора на закономерности развития ребёнка.

Социализации – предусматривает создание благоприятного социума для профилактики употребления ПАВ.

Вариативности - предусматривает учёт интересов и потребностей каждого ребёнка через свободный выбор альтернативных содержаний форм и методов социализации личности.

Личностного подхода - в ЦДО «Интеллект» ребёнку дают возможность определить собственный образовательный путь.

Основные мероприятия Программы.

1. Внедрение мероприятий профилактики заболеваемости детей.
2. Повышение квалификации педагогических работников по проблемам сохранения и укрепления здоровья детей.
3. Педагогические, просветительские и физкультурно-оздоровительные мероприятия со школьниками.
4. Укрепление материальной базы ЦДО «Интеллект» с целью создания условий сохранения и укрепления здоровья детей.
5. Организация пропаганды среди родителей (законных представителей) знаний по сохранению и укреплению здоровья детей.

Сроки реализации Программы: 2021-2024 гг.

Перечень направлений деятельности по здоровьесбережению:

1. Оптимизация санитарно-гигиенических условий обучения.
2. Рациональная организация учебного процесса и режима учебной нагрузки.
3. Совершенствование системы физического воспитания.
4. Обеспечение психологического комфорта всем участникам образовательного процесса.
5. Использование здоровьесберегающих образовательных технологий.

6. Интеграция в учебно-воспитательный процесс оздоровительных мероприятий.
7. Обеспечение семейного консультирования, ориентированного на укрепление здоровья и улучшения социальной адаптации ребенка.
8. Организация работы по укреплению здоровья педагогов.
9. Обучение педагогических кадров по вопросам охраны 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 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.

Ожидаемые результаты программы.

В основе оценки эффективности программы заложен мониторинг, который позволяет проследить обоснованность применяемых мер по сохранении 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.
- Отсутствие (отрицательная динамика) случаев травматизма, фактов употребления наркотиков, алкоголя, табака
- Обеспечение благоприятного социально-психологического климата в ЦДО «Интеллект».
- Позитивный рост охвата туристскими кружками и секциями;
- Привлечение родителей к проблемам сохранения здоровья учащихся школы.
- Прогнозируемый результат: здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни выпускник.

Участники программы:

- педагоги дополнительного образования;
- родители;
- привлеченные специалисты.

Формы представления результатов программы

- Самоанализ деятельности ЦДО «Интеллект».
- Разработка педагогами методических разработок по проблеме здоровьесбережения и их защита.
- Размещение материалов на сайте учреждения.

Основные направления деятельности

Учебно-воспитательная работа.

1.	Включение вопросов пропаганды ЗОЖ и профилактики употребления ПАВ в рабочие программы кружков	Август
2.	Повышение валеологической грамотности педагогов.	В течение года
3.	Структурирование учебных программ на основе валеологических принципов.	Август

Диагностическая работа - комплекс мероприятий, направленных на отслеживание параметров здоровья как учащихся, так и педагогов.

1.	Осуществление контроля за соблюдением норм аудиторной и внеаудиторной учебной нагрузки обучающихся.	Сентябрь- май
2.	Учет пропусков занятий.	Сентябрь- май
3.	Запуск мониторинга уровня здоровья обучающихся.	Сентябрь
4.	Анкетирование учащихся.	Сентябрь- май

Профилактическая и коррекционная работа – предупреждение и своевременное выявление отклонений в развитии и состоянии здоровья обучающихся.

1.	Мониторинг естественной и искусственной освещенности учебных кабинетов	Сентябрь-май
2.	Формирование, сохранение и корректировка здоровья учащихся и педагогов.	В течение года
3.	Мониторинг санитарного состояния учебного помещения – отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация.	В течение года
4.	Контроль за состоянием рабочей мебели.	В течение года
5.	Контроль за проведением ремонтных работ помещения школы.	В течение года

Работа по пропаганде ЗОЖ и профилактике употребления ПАВ - комплекс мероприятий направленных на популяризацию преимуществ здорового образа жизни и формирование у учащихся отрицательного отношения к ПАВ и последствиям их употребления.

1.	Реализация мероприятий по профилактике наркомании, алкоголизма и табакокурения	Сентябрь - май
2.	Внедрение обучающих программ-тренингов активной психологической защиты для детей и подростков	Сентябрь - май
3.	Организация занятий в летний период	Июнь - август
4.	Контроль за посещаемостью занятий, профилактические беседы	Сентябрь - май
5.	Консультирование учащихся и родителей	В течение года

Информационно-просветительная работа – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем валеологическим вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

1.	Использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни: организация лекций, проведение «Дней Здоровья»	В течение года
2.	Разработка и проведение профилактических воспитательных мероприятий: - акции; -«круглые столы»; - конференции; - дискуссии	В течение года
3.	Консультирование родителей	В течение года
4.	Использование наглядной агитации, трансляция информации на сайте ЦДО «Интеллект» и социальных сетях	В течение года

5. Функции сотрудников ЦДО «Интеллект»

Функции администрации:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- разработка системы мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;
- организация работы педагогов дополнительного образования по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- *Функции педагогов дополнительного образования:*
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах;
- организация и проведение в коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;
- организация и проведение профилактических работы с родителями;
- организация и проведение мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний учащимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

План реализации программы

«Сохраним здоровье» в ЦДО «Интеллект» на 2020-2021 учебный год

№ п/п	Содержание работы	Сроки	Ответственные
1.	«Конфликты в нашей жизни» - тренинг по профилактике правонарушений	сентябрь	Педагоги дополнительного образования
2.	«Энциклопедия витаминов» - беседа по пропаганде здорового образа жизни	сентябрь	Педагоги дополнительного образования
3.	«Вирус сквернословия» - информационный час по профилактике правонарушений	октябрь	Педагоги дополнительного образования
4.	«Верный выбор сделай сам!» - тренинг по профилактике употребления психоактивных веществ	ноябрь	Педагоги дополнительного образования
5.	«Дорожный этикет» - викторина по ПДД	декабрь	Педагоги дополнительного образования
6.	«Наше здоровье – в наших руках» - урок здоровья	январь	Педагоги дополнительного образования
7.	«Минздрав предупреждает…» - лекция-диспут о вреде курения	январь	Педагоги дополнительного образования
8.	«Пусть всегда будет завтра» - беседа по пожарной безопасности	февраль	Педагоги дополнительного образования
9.	«Умей противостоять зависимостям» - тренинг по профилактике правонарушений	март	Педагоги дополнительного образования
10.	Беседа «Вредные привычки и борьба с ними»	апрель	Педагоги дополнительного образования
11.	«Здоровый образ жизни, спорт, правильное питание» интерактивное занятия с применением ИКТ	май	Педагоги дополнительного образования

Модель личности учащегося ЦДО «Интеллект».

- владение основами личной гигиены и здорового образа жизни.
- знание основ строения и функционирования организма человека;
- знание изменений в организме человека в пубертатный период;
- умение оценивать свое физическое и психическое состояние;
- знание влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека;

- поддержание физической формы;
- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;
- умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека;
- способность вырабатывать индивидуальный образ жизни;

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 основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи себе и другому человеку.

Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья учащихся и морально-психологического климата в школе;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;
- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, образовательной деятельностью учащихся в свете формирования здорового образа жизни.