

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ХОЛМ-ЖИРКОВСКИЙ РАЙОННЫЙ
ДОМ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА»
ХОЛМ-ЖИРКОСКОГО РАЙОНА СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ

Принята на заседании
педагогического Совета
от «29» августа 2024 г.
Протокол № 1



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ»**

Направленность программы: *здоровьесбережение*

Уровень программы: *углубленный*

Возраст обучающихся: *6 – 18 лет*

Срок реализации программы: *3 года*

Автор-составитель:
методист Шилина А.В.

Содержание

Паспорт программы	3
Пояснительная записка	4
Нормативно-правовая база	6
Ресурсное обеспечение программы.....	6
Сроки и этапы реализации программы	7
Общее представление о здоровьесберегающей среде	8
Основные направления деятельности программы и предполагаемые формы работы	9
Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности.....	10
Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения	12
Методы контроля над реализацией программы	13
План деятельности по реализации программы	13
Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности учреждения.....	16
План действий по реализации программы «Путь к здоровью».....	18

Паспорт программы

Наименование программы	«Путь к здоровью»
Разработчики программы	Шилина А.В.
Цель программы	Создать образовательную среду, гарантирующую безопасный учебный процесс, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья обучающегося.
Задачи программы	<p>Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в практику работы всех творческих объединений.</p> <p>Разработка и апробация системы повышения здоровьесформирующих компетенций педагогов и сотрудников учреждения.</p> <p>Разработка и апробация модели здоровьесформирующей среды.</p> <p>Создание методической копилки инноваций педагогов дополнительного образования по здоровьесберегающим технологиям.</p> <p>Расширение взаимодействия субъектов здоровьесбережения со всеми компонентами микросоциума (администрации учреждения, педагогов, семьи обучающегося и т.п.) в контексте укрепления здоровья.</p> <p>Создание условий для развития культуры здоровья педагогов дополнительного образования.</p> <p>Содействие формированию устойчивой мотивации здоровой жизнедеятельности у обучающихся, их родителей и педагогов.</p>
Срок реализации программы	2024 – 2027 гг
Ожидаемые конечные результаты реализации программы, их социальная эффективность	<p>Повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус обучающихся.</p> <p>Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения.</p> <p>Апробация элементов методик по ранней диагностике, прогнозу и коррекции трудностей социальной адаптации, предрасположенности к вредным привычкам.</p> <p>Разработка системы оздоровительной работы образовательного учреждения через совместную деятельность педагогов по предупреждению</p>

	<p>заболеваний детей и подростков, сохранению и своевременной коррекции здоровья обучающихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка.</p> <p>Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.</p> <p>Разработка рекомендаций для родителей, администрации учреждения, педагогов дополнительного образования, позволяющих систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения.</p> <p>Включение в план работы учреждения регулярное проведение недель здоровья.</p> <p>Отрегулировать систему внеурочных занятий, способствующих комплексному формированию здорового образа жизни.</p>
Участники реализации программы	Обучающиеся от 5 до 17 лет, их родители, педагоги дополнительного образования
Формы и методы реализации программы	Групповые и индивидуальные: занятия, беседы, наблюдения, мозговые штурмы, традиционные мероприятия
Условия реализации программы	<p>Разработки программы обеспечения приоритета здоровья в ОУ.</p> <p>Учет в любом решении ОУ аспектов, связанных с влиянием данного решения на здоровье обучающихся.</p> <p>Проведение диагностики здоровья обучающихся и мониторинга происходящих в учреждении изменений, связанных с вопросами здоровья. Учет результатов мониторинга здоровья обучающихся при разработке программы развития учреждения.</p>
Управление, контроль	Контроль над реализацией мероприятий программы осуществляют исполнители в рамках должностной компетентности. Общее руководство осуществляет администрация учреждения.

Пояснительная записка

Проблема здоровья обучающихся сегодня как никогда актуальна. В Федеральном государственном образовательном стандарте говорится, что «Единственный и абсолютный в своем значении предмет общего среднего образования – становящийся человек и гражданин, его ЗДОРОВЬЕ, его человеческие и гражданские качества».

Для решения задачи сохранения здоровья обучающегося Министерство образования Российской Федерации инициировало разработку в образовательных учреждениях специальных программ, направленных на укрепление здоровья обучающихся, составленных с учётом их возрастных, психофизиологических особенностей. Решение проблемы здорового образа жизни является ключевой во все возрастные периоды, начиная с раннего детства.

Настоящая Программа «Путь к здоровью» (далее - Программа) составлена на основе Федеральной целевой программы развития образования.

На сегодняшний день весьма актуальными является создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение здоровья физического, психического и духовного. Следует обеспечить обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в учреждении, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни. Учреждение должно выпускать не только культурного, высоконравственного, творческого человека, но прежде всего – здорового. Обозначая цель деятельности по здоровьесбережению, мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов дополнительного образования, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Реализация программы начинается с первого года обучения в учреждении и продолжается на всех ступенях обучения, способствуя сохранению здоровья участников образовательного процесса. Программа служит основой сотрудничества образования и здравоохранения, общественности, учреждения дополнительного образования и родителей.

Для ее реализации не требуется дополнительных часов в учебном плане учреждения, она войдёт в курс обучения по дополнительным общеобразовательным общеразвивающим программам.

Программа призвана послужить моделью, которую учреждение и педагоги дополнительного образования смогут использовать при разработке учебных планов, отвечающих потребностям обучающихся в этой области знаний, а также при оценке их достижений.

Основной задачей Дома творчества является формирование у обучающихся системы знаний учебных дисциплин. Но образование – это один из основных элементов социально культурного и экономического развития страны. В этой связи на образование как целостную государственную систему, обеспечивающую социальное развитие личности, ложится, помимо прочих, задача сохранения физического, нравственного и психического здоровья подрастающего поколения.

Предлагаемая Программа включает в себя все наиболее распространенные в настоящее время направления здоровьесберегающей деятельности учреждения, применяемые в системе образования:

- Сохранение и укрепление здоровья обучающегося.
- Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога дополнительного

образования.

Искоренение всех компонентов, разрушающих здоровье ученика – дело не простое. Оно требует терпения, последовательности, системы и выдержки. Работая в данном направлении от случая к случаю результата не добиться. Планомерное сотрудничество всех участников образовательного процесса в направлении сохранения и укрепления здоровья ученика приведет к желаемому результату: здоровый ученик – здоровое будущее страны!

Нормативно-правовая база

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Федеральный закон "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" от 24.07.1998 N 124-ФЗ (последняя редакция);
2. Конституция Российской Федерации;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 14.07.2022);
5. Приказ Минобрнауки РФ «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников» от 28.12.2010 N 2106.

Ресурсное обеспечение программы

Условия для здоровьесбережения обучающихся в Доме творчества удовлетворительные, учебные кабинеты, освещение соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, помещения соответствуют требованиям пожарной безопасности и охраны труда обучающихся. Территория Дома творчества находится в благоприятной парковой зоне, огорожена забором, имеет возможность подъезда.

Кадровые ресурсы	Материально – технические ресурсы	Научно-методические ресурсы
Директор Дома творчества; методист; педагоги дополнительного образования.	Кабинеты, обеспеченные необходимым учебным и компьютерным оборудованием, отвечающим гигиеническим требованиям;	Методическая литература, необходимая для подготовки занятий с использованием здоровьесберегающих технологий; методические разработки занятий, родительских собраний

Сроки и этапы реализации программы

1 этап – 2025год.

2 этап – 2025-2027 уч. гг.

3 этап – 2027 г.

1 этап. Информационно-подготовительный.

Цель: выявление проблемы и обоснование актуальности программы; подготовка диагностик, материалов; разработка программ (или проектов) по здоровьесберегающей педагогике.

Задачи:

- создание рабочей группы;
- оценка имеющихся ресурсов (материальных, кадровых, организационных, информационных);
- распределение сфер ответственности, обязанностей и задач каждого участника программы;
- выявление структуры факторов, оказывающих негативное воздействие на здоровье обучающихся;
- анализ актуальности рассматриваемой проблемы (тестирование, диагностика);
- анализ уровня заболеваемости, динамики формирования отношения к вредным привычкам;
- изучение и внедрение новых здоровьесберегающих технологий;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

Ответственные: Администрация учреждения, педагоги дополнительного образования

2 этап. Основной (практический)

Цель: реализация разработанного здоровьесберегающего воспитательно-образовательного процесса.

Задачи:

- совершенствование материально-технической базы ОУ: разработка программ творческих объединений, планов воспитательных работ с группами по направлению «здорового образа жизни», внедрение в практику работы педагогов здоровьесберегающих технологий;
- разработка научно-методических положений программы здоровьесберегающего образования, подбор диагностических методик для определения индивидуального профиля обучающегося;
- профилактическая работа по предупреждению заболеваний: программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся;
- организация сотрудничества семьи и учреждения: систематическая учебная и воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- повышение психолого-педагогической компетентности педагогического коллектива: внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- организация и проведение спортивных праздников и соревнований;

– организация и проведение различных внеурочных видов деятельности: дни здоровья, месячники, декады, акции по пропаганде здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.

Ответственные: Администрация учреждения, педагоги дополнительного образования, родители.

3 этап. Аналитический

Цель: анализ результатов выполнения программы.

Задачи:

- обработка и анализ полученных данных, соотнесение результатов эксперимента с поставленной целью;
- корректировка исследования описание хода и результатов эксперимента;
- оформление новых (авторских) программ, технологий и курсов;
- оформление рекомендаций, памяток, пособий по организации здоровьесберегающей деятельности.

Ответственные: Администрация, учителя-предметники, родители.

Общее представление о здоровьесберегающей среде

Здоровьесберегающие образовательные технологии следует признать наиболее значимыми из всех перечисленных по степени влияния на здоровье учащихся. Конечно, единственной уникальной технологии здоровья не существует. И только благодаря комплексному подходу к обучению могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья обучающихся. Приоритетной задачей Дома творчества, выбравшей концепцию здоровьесберегающей деятельности, становится концепция усилий всего педагогического коллектива на формировании здорового образа жизни обучающихся. Эта задача затрагивает все аспекты существования образовательного учреждения – образовательной среды. Согласно санитарно-гигиеническим нормам и правилам создание такой образовательной среды предполагает:

- Соблюдение санитарно-гигиенических правил и норм;
- Учет возрастных особенностей обучающихся;
- Режим учебно-познавательной деятельности;
- Социально-педагогические условия обучения.

Слагаемые здоровьесберегающей среды:

- Родители, их взаимоотношения с ребенком;
- Организация и содержание внеучебного времени;
- Педагогическая среда (конкретный процесс на уроках);
- Психологическая среда;
- Санитарно-гигиеническая среда.

Основные направления деятельности программы и предполагаемые формы работы

Основные направления в здоровьесберегающей деятельности учреждения.

1. Сохранение и укрепление здоровья обучающегося.

- обеспечение обучающегося возможностью сохранения здоровья на период обучения в учреждении;
- снижение уровня заболеваемости обучающихся;
- уменьшение уровня тревожности обучающихся;
- сохранение работоспособности на уроках;
- положительная динамика физического развития ребенка;
- коррекция способности ребенка выстраивать отношения со сверстниками, родителями, педагогами;
- коммуникативные навыки вне учреждения;
- формирование системы спортивно-оздоровительной работы;
- применение индивидуального подхода к обучающимся;
- наличие правильного, сбалансированного питания обучающихся;
- повышение уровня культуры здоровья обучающихся, их грамотности в вопросах здоровья;
- компетентность педагогов в вопросах здоровья и здоровьесберегающих технологий.

2. Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи. Формирование здорового образа жизни должно стать одно из традиций семьи. Она играет важнейшую роль в формировании навыков, умений и основных знаний, способствующих поддержанию собственного здоровья:

- соблюдения элементарных культурно-гигиенических навыков;
- правильное построение и соблюдение режима дня;
- умение анализировать опасные ситуации (находить выход из них);
- знание основных частей тела, их расположение и роль в жизнедеятельности организма;
- знание основ безопасности нахождения в окружающей среде;
- определение показателей: рост, вес, пульс, дыхание (для контроля над состоянием здоровья и его коррекции);
- основные правила правильного питания;
- понимание значения двигательной активности для развития здорового организма;
- знание правил сохранения здоровья от простудных и других инфекционных заболеваний;
- умение оказывать простейшую помощь при небольших порезах, ушибах, ожогах, обморожениях;
- знание природных факторов, укрепляющих здоровье, и правил их использования;
- знание лечебных учреждений (где возможно получить помощь в случае болезни).

Для эффективного сохранения и укрепления здоровья ребенка родители

могут использовать разнообразные методы, рекомендованные педагогическим коллективом, учитывая возрастные особенности ребенка: занимательная беседа, рассказ, чтение и обсуждение детских книг, просмотр спортивных телепередач, совместные походы, игры и прогулки и т.п.

3. Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Понятие «здоровьесберегающая деятельность педагога» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет. Оно включает в себя умения педагога осуществлять деятельность по профилактике физического, психологического и социально-нравственного здоровья обучающегося.

Урок остаётся основной организационной формой образовательного процесса, поэтому важной частью здоровьесберегающей работы в Доме творчества является рациональная организация занятия:

- обстановка и гигиенические условия в кабинете;
- количество различных видов деятельности;
- средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности (7-10 минут);
- поза обучающихся, чередование позы;
- наличие, место, содержание и продолжительность оздоровительных моментов на занятии (физминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, массаж активных точек);
- наличие в содержательной части занятия вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни;
- наличие мотивации деятельности обучающихся на уроке;
- психологический климат на занятии;
- наличие на занятии эмоциональных разрядок: шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, известное высказывание (афоризм) с комментарием, небольшое стихотворения, музыкальная минутка и т.п.

Структура мониторинга здоровьесберегающей деятельности.

Раздел 1. Рациональная организация образовательного процесса и использование здоровьесберегающих технологий при реализации образовательного процесса в школе.

- Соблюдение санитарных норм, предъявляемых к организации учебного процесса.
- Применение здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.
- Психологические основы здоровьесберегающей организации учебного процесса.

Раздел 2. Реализация здоровьесберегающих требований к инфраструктуре образовательного учреждения.

- Выполнение здоровьесберегающих требований к размещению ОУ, земельному участку, зданию.
- Организация качественного горячего питания обучающихся.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к воздушно-тепловому режиму образовательного учреждения.
- Выполнение здоровьесберегающих требований к естественному и

искусственному освещению

– Выполнение здоровьесберегающих требований к состоянию и оборудованию учебных кабинетов и применению в образовательном процессе технических средств обучения.

Раздел 3. Целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся (организация здоровьесберегающей деятельности ОУ и готовность педагогов к реализации здоровьесберегающей деятельности).

– Позиционирование Дома творчества в качестве здоровьесберегающего образовательного учреждения.

– Вовлечение Дома творчества в сетевое взаимодействие системы здоровьесберегающих учреждений, научно-педагогических и общественных организаций.

– Готовность учителей к участию в здоровьесберегающей работе.

– Организация методической работы по повышению квалификации педагогических кадров в области здоровьесберегающего образования.

– Организация самоаудита учреждения – внутреннего мониторинга здоровьесберегающей деятельности Дома творчества.

Раздел 4. Реализация здоровьесберегающих технологий физкультуры и спорта в здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения:

– Физвоспитание в режиме дня учреждения.

– Внеучебная физкультурно-спортивная работа.

– Контроль за выполнением обучающимися образовательного учреждения нормативов двигательной активности.

– Комплексная оценка физической подготовленности обучающихся образовательного учреждения.

Раздел 5. Образовательная и воспитательная работа по организации системы формирования приоритетов здорового образа жизни обучающихся.

– Организация образовательной работы в образовательном учреждении в рамках учебных дисциплин здоровьесберегающего блока.

– Организация воспитательной работы в ОУ в области формирования культуры здорового образа жизни обучающихся.

– Участие обучающихся и их родителей в здоровьесберегающей работе образовательного учреждения.

Раздел 6. Организация профилактики употребления психоактивных веществ в социальной среде обучающихся.

– Программа профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.

– Выявление факторов риска распространения психоактивных веществ в среде обучающихся.

– Организация безопасной поддерживающей образовательной среды.

Раздел 7. Организация комплексного сопровождения системы формирования здорового образа жизни обучающихся (система медицинского обслуживания обучающихся).

Раздел 8. Организация системы мониторинга сформированности культуры

здорового образа жизни обучающихся (средствами психологических технологий, анкетных методов и социологических опросов).

– Программа диагностики психологических характеристик обучающихся, связанных с показателями их здоровья.

– Программа анкетирования показателей здоровья и образа жизни обучающихся.

– Оценка сформированности у обучающихся, их родителей и педагогов дополнительного образования мотивации ведения здорового образа жизни, обобщение аналитической информации в форме отчетов образовательного учреждения.

Здоровьесберегающие средства и технологии, применяемые в условиях образовательного учреждения

1. Гигиенические средства (медико-гигиенические здоровьесберегающие технологии), включающие комплекс мер, направленных на соблюдение надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПинНов:

– Требования к материально-техническому состоянию здания учреждения: организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов.

– Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления.

– Организация рационального горячего питания обучающихся: пища должна быть полноценной по химическому составу. Быть безвредной в химическом отношении и безопасной с точки зрения бактериального состава.

– Соблюдение общего режима дня обучающихся – режима умственного труда, двигательной активности, режима питания.

Соблюдение требований медицинской направленности:

– Своевременная диспансеризация педагогов и сотрудников образовательного учреждения.

– Формирование привычной потребности вести здоровый образ жизни.

– Привитие детям элементарных навыков личной и общественной гигиены.

2. Средства двигательной направленности (физкультурно-оздоровительные здоровьесберегающие технологии).

Двигательная активность обучающихся в образовательном процессе обеспечивается за счет:

– Физкультминутки в соответствии с рекомендуемым комплексом упражнений.

– Организованных подвижных игр на переменах.

– Внеклассных спортивных занятий и соревнований, общеучрежденческих спортивных мероприятий, дней здоровья.

3. Средства организации благоприятной психолого-педагогической среды ОУ (здоровьесберегающие образовательные технологии – психолого-педагогические). Психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса.

– Обеспечение положительного эмоционального климата в коллективе обучающихся и в процессе взаимодействия педагог-обучающийся.

– Всесторонняя психофизическая диагностика всех личностных сфер, обучающихся в процессе их развития.

– Коррекция неблагоприятных психосоматических состояний детей.

4. Средства педагогического воздействия, организации учебного процесса (здоровьесберегающие образовательные технологии – организационно-педагогические). Способствуют предотвращению состояния дезадаптационных состояний.

– Интеграция оздоровительной деятельности в образовательный процесс (частично регламентировано в СанПиНах).

– Системный подход к организации образовательной деятельности.

– Модернизация содержания образования, в рамках действующего законодательства.

5. Профилактические и закаливающие средства (здоровьесберегающие образовательные технологии – учебно-воспитательные).

– Обучение грамотной заботе о своем здоровье через просветительские лектории, тренинги.

– Культурно-массовые мероприятия оздоровительной направленности.

– Работа с семьей обучающегося (пропаганда здорового образа жизни через систему занятий в родительском лектории, индивидуальных бесед, групп по интересам).

– Массовые оздоровительные мероприятия с участием родителей (спортивно-оздоровительные праздники, тематические праздники здоровья, выход на природу, экскурсии).

Методы контроля над реализацией программы

– проведение заседаний педагогического Совета, совещаний при директоре;

– посещение и взаимопосещение занятий, внеклассных мероприятий;

– создание методической копилки опыта;

– мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в учреждении;

– сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;

– контроль над организацией образовательного процесса, распределением нагрузки, образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1. Медицинское направление				
1.1.	Анализ случаев травматизма в учреждении	Администрация учреждения	Ежегодно	Материалы отчетов
1.2.	Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни	Педагоги дополнительного образования	Ежегодно	Материалы отчетов

1.3.	Контроль соответствия кабинетов гигиеническим требованиям: проветривание, освещение, отопление, вентиляция, уборка и т.д.	Педагоги дополнительного образования	Ежедневно в течение года	Заключение соответствия
1.4.	Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок участников образовательного процесса (соблюдение требований СанПиН)	Администрация учреждения	Ежегодно	Справка по оценке расписания
2. Просветительско-воспитательное направление				
2.1.	Организация просветительской работы с родителями (лекторий) по здоровому образу жизни.	Педагоги дополнительного образования	Ежегодно	График проведения лектория
2.2.	Разработка системы обучения родителей и педагогов по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.	Администрация учреждения	Ежегодно	План работы
2.3.	Вовлечение родителей и педагогов в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.	Администрация учреждения	Ежегодно	План работы
2.4.	Подготовка и проведение педагогического Совета по теме «Привычка быть здоровым»	Администрация учреждения	Ежегодно	Протокол педсовета
2.5.	Организация просветительской работы с обучающимися (лекторий, тематические классные часы и другие виды работ).	Методист	Ежегодно	План работы
2.6.	Пропаганда физической культуры и здорового образа жизни	Педагоги дополнительного образования	В течение года	Планы уроков
3. Психолого-педагогическое направление				
3.1.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей: определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; выявление профессиональных интересов учащихся и способностей с целью профессионального самоопределения;	Администрация учреждения, педагоги дополнительного образования.	Ежегодно	Диагностические исследования
3.2.	Использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности	Педагоги дополнительного образования	Ежегодно	Планы занятий
4. Спортивно-оздоровительное направление				
4.1.	Организация спортивных мероприятий.	Педагоги дополнительного образования	Ежегодно	План работы

4.2.	Разработка системы работы по формированию здорового образа жизни учащихся.	Администрация учреждения	Ежегодно	План воспитательной работы
4.3.	Привлечение обучающихся, родителей, социальных партнёров учреждения к различным формам оздоровительной работы.	Администрация учреждения	Ежегодно	План работы
5. Диагностическое направление				
5.1.	Подготовка и проведение круглого стола для педагогов дополнительного образования по теме	Администрация учреждения	Ежегодно	Материалы Круглого стола.

Ежегодный примерный календарный план реализации программы здоровьесбережения

Сентябрь

- Включение в план работы мероприятий, способствующих повышению эффективности работы по здоровьесбережению детей.
- Включение в планы по руководству и контролю вопросов, способствующих улучшению работы учреждения по здоровьесбережению.
- Проведение физкультминуток, подвижных игр на переменах.
- «Уроки гигиены».
- Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Неделя здоровья.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Октябрь

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка кабинетов к зимнему периоду.
- Проведение лекций, бесед, воспитательных часов по формированию здорового образа жизни.
- Ежедневные физкультминутки и подвижные игры на переменах.

Ноябрь

- Проведение мероприятий, приуроченных к празднику «День матери».
- Выпуск плакатов, посвященных борьбе с курением и наркотикам.
- Совещание актива по проведению физкультурных праздников, игр на территории учреждения.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Отчёты о проделанной работе по организации здоровьесбережения в образовательном учреждении.

Декабрь

- Проведение конкурсов «Папа, мама, я - спортивная семья», посвященных празднованию Дня семьи.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.

Январь

- Неделя здоровья. Открытые воспитательные часы «Тренинг здорового

образа жизни».

- «Весёлые старты».
- Физкультминутки и динамические паузы.

Февраль

- Месячник оборонно-массовой и патриотической работы.
- Физкультурно-оздоровительное мероприятие ко Дню защитника

Отечества.

- Физкультминутки и динамические паузы.

Март

- Планирование занятости учащихся в каникулярный период.
- Подготовка ко Дню здоровья.
- Систематические физкультминутки и динамические паузы.
- Организация каникулярного отдыха и оздоровления детей группы риска.

Апрель

- Акция «Всемирный день здоровья».
- День здоровья.
- Систематические динамические паузы, физкультминутки.

Май

- Мероприятия, посвященные годовщине Победы в ВОВ.
- Презентация «Уроков гигиены».

Июнь

- Международный день защиты детей.
- Всемирный день защиты окружающей среды.
- Работа по плану летних каникул.

Ожидаемые результаты здоровьесберегающей деятельности учреждения

Основная задача учреждения, которая работает над формированием здоровьесберегающей среды, заключается в том, чтобы подготовить обучающегося к самостоятельной жизни, вырастить его нравственно и физически здоровым, научить грамотно, ответственно и эффективно сохранять свое здоровье. Здоровье ученика, его социально-психологическая адаптация, нормальное развитие во многом определяется средой, в которой он живет. Для ребенка этой средой является школа.

1 ступень. Начальное звено.

Уровень: Примитивно-поведенческий

Результат:

- Сформированы навыки коммуникации педагог-обучающийся, обучающийся-обучающийся.
- Присутствуют элементарные навыки санитарно-гигиенической культуры.
- Обучающийся приобщается к гигиенической культуре.
- Обучающийся внедряет в свою деятельность элементарные составляющие здорового образа жизни.

2 ступень. Среднее звено.

Уровень: Эмоциональный.

Результат:

- Стремление к самостоятельной организации здорового образа жизни.
- Уменьшение психоэмоциональной нагрузки, отсутствие негативного отношения к учебному процессу.
- Учебная нагрузка, соответствующая возрасту обучающегося, не вызывает угнетения ребенка.
- Снижение гиподинамии в жизни обучающегося.
- Осведомленность участников образовательного процесса в вопросах охраны и укрепления здоровья.
- Наличие индивидуального подхода к обучающимся.

3 ступень. Старшее звено.

Уровень: Нравственный.

- Отсутствие стрессовых ситуаций на занятиях.
- Интенсификация образовательного процесса не приводит к переутомлению. Отсутствие нарушений физиологических и гигиенических норм.
- Правильная организация питания в учреждении.
- Популяризация культуры здоровья.

В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно педагоги в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто педагог должен работать так, чтобы обучение обучающихся не наносило ущерба их здоровью. В реальной практике гораздо важнее выстроить учебный процесс таким образом, чтобы он не только не ухудшал физическое состояние обучающихся, но и, напротив, укреплял их силы и возможности. Осуществление запланированных действий по реализации данной программы позволит получить следующие результаты:

Будет

- сформирована система физкультурно-оздоровительной работы образовательного учреждения по предупреждению заболеваний детей и подростков, сохранению здоровья обучающихся для достижения оптимальных результатов в учебной деятельности каждого ребенка;
- осуществляться систематический контроль над состоянием здоровья обучающихся и педагогов на основе организации профилактических осмотров, первичной профилактики;
- снижаться заболеваемость всех участников образовательного процесса;
- повышаться уровень знаний по вопросам здоровья и его сохранения.

**План действий по реализации программы «Путь к здоровью»
на 2024-2027 учебные годы**

Этапы реализации программы	Программные мероприятия		
	Для педагогов	Для обучающихся	Для родителей
Первый этап (2024-2025 уч.г.)	1.Круглый стол в рамках педагогического совещания «Основы воспитания культуры здоровья обучающихся в системе работы педагога дополнительного образования».	1. Круглый стол «Здоровый образ жизни - основа нашего будущего»	1. Ознакомление родителей с требованиями комплексной программы физического воспитания учащихся посредством консультаций, информационных писем и буклетов, выступлений на родительских конференциях, родительских собраниях и днях открытых дверей.
Второй этап (2025-2026 уч.г.) Цель: реализация программы деятельности, внесение, по мере необходимости, корректив в ее основные положения	1.Обмен методическими материалами «Здоровье – это сила». 2.Организация цикла занятий «Здоровье- это сила».	1. Беседы, лекции, просмотры научно-популярных телепрограмм, видеофильмов. 2. Цикл классных часов «Здоровые привычки – здоровый образ жизни».	1.Совместные занятия детей и родителей. 2. Тематические родительские собрания «Быть здоровым – это модно!».

<p>Третий этап (2025 – 2026 уч.г) Цель: обобщение позитивного опыта реализации концепции системы физкультурно - оздоровительной работы учреждения.</p>	<p>Педагогический совет «Здоровьесберегаю щая деятельность учреждения: мониторинг эффективности».</p>	<p>Изучение показателей культуры здоровья школьников: осознание школьниками ценности здоровья; уровень сформированност и культуры здоровья</p>	<p>1.Общее родительское собрание «Результаты реализации программы». 2. Размещение отчетной информации в родительские чаты.</p>
<p>Традиционные мероприятия на всех этапах</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Выполнение и соблюдение норм и правил СанПиНов (шум, освещённость, воздушная среда, размеры мебели, предотвращение перегрузки учебными занятиями, рациональное расписание занятий). 2. Соблюдение динамических пауз на занятиях. 3. Осуществления мер, предупреждающих распространение инфекционных и неинфекционных заболеваний среди обучающихся. 4. Профилактика гиподинамии – организация подвижных переменок. 5. Дни здоровья. 6. Антинаркотический месячник «Будем жить!». 7. Тематические классные часы по ЗОЖ. 8. Мониторинг заболеваемости учащихся и педагогов. 9. Мониторинг эмоционального состояния учащихся и педагогов. 10. Учет участия обучающихся в мероприятиях, пропагандирующих здоровый образ жизни. 		