Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
От 30.08.2020

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУДО ЦРТДиЮ
_____ М/А/Бахарев
02.09.2020

**Целевая Программа**
**по созданию здоровьесберегающей среды в МБУДО ЦРТДиЮ**
**на 2020-2021 учебный год.**


| № п/п | Название раздела | Номер страницы |
|---|---|---|
| 1. | Пояснительная записка | 2 |
| 2. | Актуальность программы | 2 |
| 3. | Цель и задачи программы | 2 |
| 4. | Нормативно-правовая база | 3 |
| 5. | Условия реализации программы | 5 |
| 6. | Основные направления деятельности по реализации программы | 6 |
| 7. | Формы реализации основных направлений программы | 7 |
| 8. | Ожидаемые результаты программы | 8 |
| 9. | Формы представления результатов программы | 8 |
| 10. | Список литературы | 9 |
| 11. | Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2020-2021учебный год в МБУДО ЦРТДиЮ | 9 |
| 12. | Циклограмма работы учреждения по здоровьесбережению | 10 |
| 13. | Приложение | 10 |

Рассмотрено на заседании
Педагогического совета
От 30.08.2020

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБУДО ЦРТДиЮ
_____М/А/Бахарев
02.09.2020

**Целевая Программа**
**по созданию здоровьесберегающей среды в МБУДО ЦРТДиЮ**
**на 2020-2021 учебный год.**


| № п/п | Название раздела | Номер страницы |
|---|---|---|
| 1. | Пояснительная записка | **2** |
| 2. | Актуальность программы | **2** |
| 3. | Цель и задачи программы | **2** |
| 4. | Нормативно-правовая база | **3** |
| 5. | Условия реализации программы | **5** |
| 6. | Основные направления деятельности по реализации программы | **6** |
| 7. | Формы реализации основных направлений программы | **7** |
| 8. | Ожидаемые результаты программы | **8** |
| 9. | Формы представления результатов программы | **8** |
| 10. | Список литературы | **9** |
| 11. | Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2020-2021учебный год в МБУДО ЦРТДиЮ | **9** |
| 12. | Циклограмма работы учреждения по здоровьесбережению | **10** |
| 13. | Приложение | **10** |

## 1. Пояснительная записка.

Если нельзя вырастить ребенка,
чтобы он совсем не болел,
то, во всяком случае, поддерживать у него
высокий уровень здоровья вполне возможно.
Н.М. Амосов, академик

Проблемы сохранения здоровья детей и подростков, а так же привития им навыков здорового образа жизни, во все времена имели большое значение. Здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования, в соответствии с Законом «Об образовании».

Следует обеспечить каждому обучающемуся возможность сохранения здоровья за период обучения в МБУДО «Центр развития творчества детей и юношества»(далее МБУДО ЦРТДиЮ), сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Определяя цель деятельности нашего образовательного учреждения по здоровьесбережению, мы исходили из ранее собранных данных о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о новейших достижениях педагогической науки и практики в области здоровьесбережения.

## 2. Актуальность программы.

Здоровый ребенок, в первую очередь, социально и психологически адаптированный к среде, в которой он живет, т.к. именно среда определяет его нормальный рост и развитие. Для обучающихся в системе дополнительного образования городского округа Королев МО в данном случае является муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр развития творчества детей и юношества» .

МБУДО ЦРТДиЮ многопрофильное учреждение дополнительного образования, с предоставлением образовательных услуг по пяти творческим направленностям. Обучающиеся имеют возможность совмещать обучение по интересам иногда посещая три и более творческих объединений, с пребыванием в стенах ОУ более 70% свободного времени. Именно тогда и происходит наиболее интенсивный рост и развитие каждого ребенка, формирование его здоровья на всю оставшуюся жизнь.

Учреждение дополнительного образования это совокупность взаимосвязанных дополнительных общеразвивающих программ, средств, методов, технологий и процессов,

необходимых для развития личности детей и подростков. Дополнительное образование детей имеет свои особенности и строится на принципах свободы выбора той деятельности, которая отвечает интересам детей и подростков, успешности взаимодействия его и педагога, удовлетворения потребностей ребенка в основных сферах его жизнедеятельности и именно поэтому, создание здоровьсберегающей среды в МБУДО ЦРТДиЮ является актуальной задачей образовательного процесса в целом.

Программа несет в себе как оздоровительную, так и научно-исследовательскую функцию, раскрывая возможности учебно-воспитательного процесса для пропаганды, развития и сохранения здоровья обучающихся МБУДО ЦРТДиЮ. Программа построена на сотрудничестве администрации, педагогов-организаторов, педагогов дополнительного образования, родителей (законных представителей), учащихся, педагога-психолога.

## 3. Цель и задачи программы

Цель программы**:** формирование у всех участников образовательного процесса понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и приобретения и совершенствования навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Разработать и внедрить комплекс мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, охране, укреплению и поддержанию здоровья учащихся;
2. Создать систему учёта и контроля состояния здоровья детей;
3. Создать материально - техническое, содержательное и информационное обеспечение агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
4. Разработать организационное и программное обеспечение дополнительного образования обучающихся в вопросах здоровьесбережения, а так же их отдыха, досуга;
5. Организовать просветительскую работу с родителями (законными представителями) в вопросах сохранения здоровья детей;
6. Организовать регулярное посещение научно-практических конференций, семинаров, лекций по данной проблеме и применение полученных педагогами знаний на практике;
7. Обеспечить соблюдение СанПин в организации обучения детей.

## 4. Нормативно-правовая база.

1. Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.

**2.** Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-Ф3.

3. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р).

4. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден приказом Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008).

5. Распоряжением правительства РФ от 04.09.2014г.№1726-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей»

6. Распоряжением Правительства РФ 24.04.2015 г. №729-р «об утверждении плана мероприятий на 2015 2020 годы по реализации концепции развития дополнительного образования детей, утверждённый Распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014г. №1726-р.

7. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (утверждено постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41).

8. О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 14.12.2015 № 09-3564).

9. Об учете результатов внеучебных достижений обучающихся (Приказ Министерства образования Московской области от 27.11.2009 № 2499).

10. Об изучении правил дорожного движения в образовательных учреждениях Московской области (Инструктивное письмо Министерства образования Московской области от 26.08.2013 № 10825 13 в/07).

111. Уставом МБУДО ЦРТДиЮ

## 5. Условия реализации программы

### 5.1 Использование психолого-педагогических технологий здоровьесбережения на занятиях и мероприятиях МБУДО ЦРТДиЮ.

- *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 детей и подростков, 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 обучающихся, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения.

- *Создание благоприятного психологического климата в общении ребенок – педагог, ребенок – ребенок.*

Доброжелательная обстановка на занятиях, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция педагога МБУДО ЦРТДиЮ 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 дополнительного образования, 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 во главу угла 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 обучающемуся 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.

**5.2 Создание условий для повышения качества профессиональной подготовки педагогов дополнительного образования МБУДО ЦРТДиЮ.**

Увеличение числа реализованных социально-значимых 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 методических совещаний, семинаров, мастер-классов, педсоветов по проблеме здоровьесбережения.

**5.3 Система управления развития здоровьесберегающей среды в МБУДО ЦРТДиЮ.**

Управление и контроль реализации программы формирования здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с родителями (законными представителями), педагогами МБУДО ЦРТДиЮ. Обеспечение необходимым оборудованием и инвентарем.

## 6. Основные направления деятельности по реализации программы

- *Организация каникулярной досуговой деятельности, в том числе во время летних каникул, направленной на пропаганду здорового образа жизни, активной жизненной позиции, формирования умения правильно планировать и использовать свое свободное время.*

Участие в благотворительных, экологических акциях и флешмобах. Организация и проведение мероприятий для привлечения обучающихся к социально-значимой деятельности. Прогулки, экскурсии с последующим обсуждением увиденного.

- *Организация воспитательной работы, направленной на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, потребности в активном содержательном досуге во время образовательного процесса.*

Традиционные досуговые дела МБУДО ЦРТДиЮ (календарные праздники, игровые занятия, беседы, интерактивные игры, тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др). Лектории, клубные занятия, участие в конкурсах для старших обучащихся. Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

- *Конструктивное взаимодействие с семьями обучающихся по вопросам охраны детского здоровья.*

Индивидуальная работа с родителями; выпуск и размещение на стендах МБУДО ЦРТДиЮ тематической печатной продукции; включение родителей в досуговую и образовательную деятельность; организация группового и индивидуального психолого-педагогического консультирования.

- *Организация комфортной среды и благоприятного психологического климата в учреждении – основа для психологического благополучия и психического здоровья*.

Формирование сплочённых детских творческих коллективов; дружественные отношения между всеми участниками образовательного процесса; создание для всех обучающихся ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.

- *Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.*

Система учёта детей, требующих особой педагогической поддержки. Работа педагога-психолога с такими обучающимися (консультирование, диагностика, коррекционно-развивающие занятия).

- *Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.*

Соблюдение СанПин, разработка методических пособий, обобщение опыта педагогов, мотивация к участию в конкурсах методического мастерства педагога.

## 7. Формы реализации основных направлений программы:

1. Убеждение обучающихся МБУДО ЦРТДиЮ ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим занятий и отдыха.
2. Контроль над сменой видов деятельности обучающихся при нахождении в стенах учреждения, чему способствует удобное расписание занятий в творческих коллективах.
3. Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание кабинетов, озеленение помещений комнатными растениями.
4. Ежемесячное проведение генеральных уборок помещений.
5. Контроль условий теплового режима и освещённости учебных помещений.
6. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проведение бесед, воспитательных мероприятий с учётом возрастных особенностей детей с привлечением родителей и социальных партнеров.

7. Создание комфортной атмосферы в МБУДО ЦРТДиЮ, толерантных отношений всех участников образовательного процесса.

## 8.Ожидаемые результаты программы

- повышение уровня самостоятельности и активности обучающихся;
- повышение функциональных возможностей организма обучающихся, развитие физического потенциала;
- укрепление приоритета здорового образа жизни;
- повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни;
- повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении как здоровья учащихся, так и своего здоровья.

Важным этапом процесса реализации программы по созданию здоровьесберегающей среды в МБУДО ЦРТДиЮ и отслеживания выполнения планируемых результатов является оценка эффективности программы. Для осуществления оценки необходимо проведение мониторингов, анкетирования и опросов всех участников образовательной деятельности. Эти мероприятия позволяют проследить результативность и обоснованность проводимых мероприятий по сохранению и развитию здоровья обучающихся.

Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:

- Наличие в МБУДО ЦРТДиЮ методических разработок, направленных на повышение уровня знаний детей, родителей, педагогов по здоровьесбережению;
- Наличие знаний и умений у обучающихся в области формирования и сохранения здорового образа жизни (результаты участия в викторинах, опросах и тд);
- Наличие фото видео материалов в соц.сетях, на сайте МБУДО ЦРТДиЮ, потверждающих проведенные мероприятия;
- Физическая активность и подготовленность обучающихся (результаты участия в соревнованиях, конкурсах и фестивалях различного уровня).

## 9.Формы представления результатов программы

- Ежегодные аналитические отчеты (мониторинг) о ходе реализации программы на педагогическом совете.
- Активная методическая работа педагогов МБУДО ЦРТДиЮ по разработке циклов занятий, бесед, мероприятий по проблеме здоровьесбережения.
- Размещение материалов на сайте учреждения.

- Выступления педагогов дополнительного образования МБУДО ЦРТДиЮ на конференциях и семинарах различного уровня с представлением данной темы.

## 10. Список литературы


1. Антонова, Л. Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях [Текст]: учебное пособие / Л. Н. Антонова. - М.: Изд-во МГОУ, 2010. – 100 с.
2. Бабенкова, Е. А. Настольная книга здоровьесбережения [Текст]: методическое пособие / Е.А. Бабенкова. - УЦ «Перспектива», 2013. – 201 с.
3. Безруких, М. М. Основы здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений [Текст]: учебное пособие / М. М. Безруких. – М.: ООО «Вариант», 2012. – 203 с.
4. Зенова, Т. В. Материалы для подготовки комплексно-целевой программы «Школа здоровья» [Текст] / Т. В. Зенова // Практика административной работы в школе. – 2013. - №1. - С.25-28.
5. Лукина, Л. И. Организационные аспекты работы с педагогическими кадрами [Текст]: учебное пособие / Л.И. Лукина. - ТЦ «Сфера», 2010. – 213 с.
6. Макеева, А. Г. Внеурочная деятельность. Формирование культуры здоровья. [Текст]: методическое пособие для преподавателей / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2014. – 112 с.
7. Шапцева, Н. Н. Наш выбор – здоровье [Текст]: досуговая программа, разработки мероприятий, рекомендации / Н. Н. Шапцева. – Волгоград: Учитель, 2010. – 129 с.


## 11. Календарный план реализации программы здоровьесбережения на 2020-2021учебный год в МБУДО ЦРТДиЮ

| № | мероприятие | Сроки | ответственные |
|---|---|---|---|
| **1** | Проведение дней–здоровья:<br>• «Если хочешь быть здоров»<br>• «Основы ЗОЖ»<br>• «Международный день стоматолога»<br>• «Всемирный день иммунитета»<br>• «Всемирный день здоровья» | сентябрь<br>декабрь<br>9 февраля<br>1 марта<br>7 апреля | Педагоги дополнительного образования; педагоги-организаторы;<br>педагог-психолог; педагоги-организаторы |
| **2** | Лектории на тему: | | |

| | | | |
|---|---|---|---|
| | • «Режим дня – основа жизни человека» (беседа – игра);<br>• «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище);<br>• «Что такое здоровье?»;<br>• «Разрешение конфликтов без насилия»;<br>• «В здоровом теле – здоровый дух!» | В течение учебного года | Педагоги-организаторы;<br><br>педагог-психолог |
| **3** | Проведение родительских собраний:<br>• «Правильный режим труда и отдыха»<br>• «Здоровье ребёнка в руках взрослых»<br>• «Секреты здоровья ребёнка»<br>• «Психологические особенности подростков»<br>• «Отказ от вредных привычек» | Сентябрь<br>Ноябрь<br>Декабрь<br>Февраль<br>Апрель | педагоги дополнительного образования; методисты; педагоги-организаторы;<br><br>педагог-психолог |
| **4** | Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма. | Ноябрь (Всемирный день памяти жертв дорожно-транспортного травматизма – третье воскресенье ноября) | заместитель директора по УВР педагоги-организаторы |
| **5** | Оформление Уголка здоровья в холле учреждения | В течение года | Педагоги-организаторы, Педагог-психолог |

## 12. Циклограмма работы учреждения по здоровьесбережению

| Ежедневно | Еженедельно | Ежемесячно | Один раз в 3 месяца | Один раз в полугодие | Один раз в год |
|---|---|---|---|---|---|
| 1. Визуальный контроль за состоянием здоровья каждого обучающегося.<br><br>2.Контроль за тепловым, санитарным | 1.Проведение подвижных игр.<br><br>2.Мероприятия на сведем воздухе. | 1. Генеральная уборка кабинетов.<br><br>2. Проведение спортивных соревнований, праздников. | 1. Конкурсы рисунков, выставка агитплакатов<br><br>2. Организация экскурсий. | 1.Проведение родительских собраний.<br><br>2.Организация встреч детей и родителей для участия в спортивных соревнованиях | 1.Медицинский осмотр сотрудников.<br><br>2. Профилакти ческие прививки. |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| режимом и освещенностью помещений.<br><br>3. Проведение физкультминуток (на занятии) и динамических пауз.<br><br>4. Уборка и проветривание помещений. | | 3. Организация дискуссий, бесед, викторин по здоровьесбережению в творческих объединениях. | 3. Проведение «Дня здоровья».<br><br>4. Обновление уголка здоровья. | 3.Проведение мониторинга. | 3.Аналитический отчет по программе.<br><br>4.Создание методических рекомендаций, памяток. |

## 14. Приложение

### Анкета для родителей
### «О здоровье всерьёз!»

1. Каково состояние Вашего здоровья?
   а) очень хорошее; б) хорошее; в) нормальное; г) плохое.
2. Каково состояние здоровья Вашего ребёнка?
   а) хорошее; б) нормальное; в) плохое.
3. Когда в последний раз Вы проверяли состояние своего здоровья?
   а) в этом месяце; б) в этом полугодии; в) в этом году; г) более года назад;
   д) не помню.
4. Когда в последний раз проверяли здоровье ребёнка?
   а) в этом месяце; б) в этом полугодии; в) в этом году.
5. Вы занимаетесь физкультурой и спортом?
   а) постоянно; б) часто; в) очень редко; г) не занимаюсь.
6. Посещает ли Ваш ребёнок спортивную секцию?
   а) да; б) нет.
7. Если посещает, то какую? _____
8. Есть ли в Вашем доме спортивные снаряды? а) да; б) нет.
9. Делаете ли Вы с ребёнком дома утреннюю гимнастику?
   а) да, регулярно; б) нерегулярно; в) нет.
10. Считаете ли Вы питание Вашей семьи рациональным?
    а) да; б) отчасти; в) нет; г) затрудняюсь ответить.
11. Установлен ли для Вашего ребёнка режим дня?
    а) да; б) нет.
12. Как Вы проводите свой отпуск?
    а) на море; б) дома; в) в санатории; г) когда как.
13. Как Ваши дети проводят досуг?
    а) гуляют на улице; б) смотрят телевизор; в) общаются с друзьями;
    г) читают книги.
14. Вы знаете, что значит вести здоровый образ жизни?
    а) да; б) нет; в) затрудняюсь ответить.
15. Откуда Вы получаете знания о здоровом образе жизни? а) из специальных книг; б) из средств информации; в) из беседы с врачом;
    г) другое.
16. Вы прививаете здоровый образ жизни своим детям?

а) да;  б) затрудняюсь ответить.

17. Если прививаете, то каким образом?

    а) с помощью бесед;  б) личным примером;  в) совместными занятиями с детьми;

    г) прибегаю к услугам школы;  д) другое.

18. Достаточно ли в нашем Центре уделяется внимания здоровьесбережению обучающихся? Если нет, то напишите Ваши замечания._____