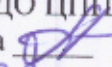


Принята
решением Совета Центра

От « 31 » 08 2016 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ ДО ЦШМСП
А.Н. Кургинова 
от « 31 » 08 2016г.

ПРОГРАММА ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ

«Здоровые дети – здоровая нация»

**Приложение к Положению
О санитарно-эпидемиологических
Правилах и нормативах
в ГБУ ДО ЦШМСП Выборгского района
на 2016-2021год.**

Содержание программы

1. Паспорт программы
2. Актуальность программы
3. Цели и задачи программы.
4. Нормативно-правовая и документальная основа
5. Педагогические средства
6. Основные направления программы
7. Ожидаемые конечные результаты программы
8. План мероприятий на 2016-21 год

Паспорт программы

Заказчик	Педагогический коллектив
Основные разработчики	А.Н. Кургинова; Е.В. Алексеева;
Цели	<p>Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.</p> <p>Воспитание ценностного отношения к здоровью у обучающихся и родителей;</p> <p>Формирование навыков здорового образа жизни.</p>
Задачи	<p>Формировать через социально-педагогические и профилактические занятия системы знаний о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья</p> <p>Создать информационный банк рекомендаций для родителей учащихся по здоровьесбережению;</p> <p>Вести просветительскую работу с обучающимися, родителями;</p> <p>Специалистам ГБУ ДО ЦППМСП Выборгского района в процессе социально-педагогических и профилактических занятий использовать «здоровосберегающие технологии»: динамические минутки, физкультминутки, музыкальные паузы, а также релаксационные мероприятия с использованием специфического оборудования;</p>
Сроки реализации программы	2016-2021 гг.
Ответственные за реализацию программы	Специалисты ГБУ ДО ЦППМСП Выборгского района
Ожидаемые результаты реализации программы	<p>Снижение заболеваемости</p> <p>Повышение мотивации к здоровьесбережению</p> <p>Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения</p>

Актуальность программы

В соответствии с законом РФ “Об образовании” здоровье детей и подростков отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед специалистами Центра, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Проблема здоровья обучающихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Поэтому в качестве основы нашей программы здоровьесбережения мы определили заботу о сохранении здоровья обучающихся. Программа построена на сотрудничестве всех участников образовательного процесса.

В дополнительном образовании снимаются проблемы, связанные с необходимостью усваивать большое количество информации в ограниченное время. Что само по себе благоприятно сказывается на состоянии здоровья.

Цели и задачи программы

Цели:

- Сохранение и укрепление здоровья обучающихся.
- Воспитание ценностного отношения к здоровью у обучающихся и родителей;
- Формирование навыков здорового образа жизни.

Задачи:

Формировать у детей и подростков через дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы знания о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;

вести просветительскую работу с обучающимися, родителями;

осваивать новые методы деятельности в процессе обучения, использовать технологии на занятиях, сберегающие здоровье детей.

Нормативно-правовая и документальная основа

- Конституция РФ
- Конвенция о правах ребенка
- Закон об образовании
- ФГОС ДО, НОО, ОО
- СанПиН

Технологии

Медицинские (технологии профилактики заболеваний, санитарно-гигиеническая деятельность),

Образовательные (информационно-обучающие и воспитательные), социальные (технологии здорового и безопасного образа жизни, профилактики и коррекции девиантного поведения),

Психологические (технологии профилактики и психокоррекции психологических отклонений личностного и интеллектуального характера).

Комплексные здоровьесберегающие технологии

Педагогические технологии, содействующие здоровью;

Технологии, формирующие здоровый образ жизни.

Классификация и содержание здоровьесберегающих технологий

Защитно-профилактические технологии направлены на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий.

К ним относятся: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиН; поддержание чистоты и проведение прививок с целью предупреждения инфекций;

ограничение предельного уровня образовательной нагрузки, исключающего наступление состояния переутомления детей;

Компенсаторно-нейтрализующие технологии направлены на восполнение того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности, или хотя бы частичную нейтрализацию негативных воздействий в случаях, когда полностью защитить человека от них не представляет возможным.

Это, например, физкультминутки и физкультпаузы, в какой-то мере нейтрализующие неблагоприятное воздействие статичности занятий и недостаточность физической нагрузки, эмоциональные разрядки, или «минутки покоя», снижающие стрессогенные воздействия и психоэмоциональное напряжение.

Стимулирующие технологии активизирует собственные силы организма, помогают использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния (физические нагрузки, релаксация)

Информационно-обучающие технологии обеспечивают всем участникам воспитательно-образовательного процесса уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье - своем и близких, способствуют формированию культуры здоровья. К ним относятся образовательные, просветительные и воспитательные мероприятия, адресованные детям, их родителям и педагогам. В соответствии с организационными особенностями здоровьесберегающие приемы и методы, используемые в образовательных учреждениях, подразделяются на обеспечивающие и реконструирующие. *Первые* создают необходимые условия для проведения образовательного процесса и по большей части регламентированы в СанПиН; *вторые* нацелены на привнесение новых элементов, условий, не предусмотренных нормативными документами (например, проведение оздоровительно-психологических тренингов и т. д.).

Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства.

Необходимо обязательное использование всеми педагогами здоровьесберегающих технологий.

В этом случае получение обучающимися дополнительного образования происходит без ущерба для здоровья

Поэтому педагоги при построении своих занятий должны учитывать такие требования:

1. Обстановка и гигиенические условия в кабинетах должны соответствовать норме (температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей).
2. Смена видов деятельности на занятии не менее 4-х так, как однообразность способствует утомлению. Средняя положительность и частота чередования различных видов деятельности на занятии – 7-10 минут.
4. Количество видов взаимодействия (словесный, наглядный, самостоятельная работа) должно быть не менее трех. Чередование видов взаимодействия не позже чем через 10-15 минут.
5. На занятиях следует выбирать такие методы, которые бы способствовали активизации инициативы и творческого самовыражения ребенка.
6. На занятиях должна присутствовать смена поз, которые соответствовали бы видам работы.
7. Должны присутствовать оздоровительные моменты: физкультминутки, минутки релаксации, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз. Норма: на 15-20 минут занятия по одной минуте из 3-х легких упражнений с 3-4 повторениями каждого.
8. Следует включать в занятия вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.
9. Наличие мотивации образовательной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.
10. Следует помнить, что на состояние здоровья оказывают большое влияние эмоциональные разрядки: шутка, улыбка, музыкальная минутка, небольшое стихотворение.

Для оценки динамики состояния здоровья детей используются карты наблюдений, на основе которых составляются сводные таблицы.

Педагогические средства

Санитарно-просветительская работа: стенды, круглые столы, конференции.
Методические рекомендации по формированию у обучающихся гигиенических навыков.
Дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы, формирующие основы здорового образа жизни
Недели Здоровья

Участниками программы являются: обучающиеся, специалисты Центра, врачи, работающие в ГБУ ДО ЦППМСП, родители.

Для этого нами создана прогнозируемая модель личности обучающегося:

- Физически, нравственно, духовно здоровая личность, образованная, адаптированная к условиям нестабильного социума.
- Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека.
- Правильная организация своей жизнедеятельности.
- Стойкий интерес к познавательной и двигательной деятельности.
- Потребность в самостоятельной двигательной активности.
- Самоконтроль, личностное саморазвитие.
- Творческая продуктивность.

Данная программа конкретизируется в виде плана работы, в течение которого решаются следующие вопросы:

- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния ГБУ ДО ЦППМСП Выборгского района на основании положения о санитарно-эпидемиологических правилах и нормах в ГБУ ДО ЦППМСП Выборгского района;
- гигиеническое нормирование нагрузки, режима занятий, санитарно-эпидемиологические правила и нормы;
- совершенствование здоровьесберегающих технологий обучения;

Основные направления программы:

Создание соответствующих санитарным требованиям условий для обучающихся;
Введение в содержание социально-педагогических и профилактических занятий информации о своём здоровье и навыков ценностного отношения к нему;
Обеспечение двигательной активности детей;
Пропаганда здорового образа жизни (через наглядный материал стендов, перекидных элементов);
Привлечение родителей к информационным проектам, тематическим семинарам, различным формам оздоровительной работы;
Развитие здоровьесберегающей инфраструктуры ГБУ ДО ЦППМСП Выборгского района.

В рамках данных направлений осуществлять следующие **действия:**

1. Убеждать обучающихся ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим занятий и отдыха ребенка.
2. Во время занятий проводить динамические паузы, подвижные игры.
3. Следить за сменой видов деятельности обучающихся в течение занятий.
4. Проводить влажную уборку, проветривание рабочих кабинетов в соответствии с графиком, озеленять помещения комнатными растениями.
5. Ежемесячно проводить генеральную уборку помещений ГБУ ДО ЦППМСП (обтирать плафоны, мыть парты и стулья моющими средствами).
6. Обеспечивать питьевой режим обучающихся.
7. Следить за условиями теплового режима, освещённости кабинетов.

8. В рамках обучения детей правильному отношению к собственному здоровью проводить беседы с учётом возрастных особенностей детей.

9. Способствовать созданию комфортной атмосферы в ГБУ ДО ЦППМСП.

Ожидаемые результаты реализации программы

- Сформированность у детей и подростков через дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы знания о здоровьесбережении, мотивации на сохранение здоровья;
- Повышение уровня самостоятельности и активности
- Снижение заболеваемости острыми респираторными заболеваниями.
- Повышение мотивации к учебной деятельности.
- Повышение уровня знаний по вопросам здоровьесбережения.
- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся

План работы по программе здоровья - Безопасности на 2016-2017 учебный год

Сентябрь

1. Проведение мероприятий для формирования у детей навыков по формированию здорового образа жизни.
2. Формирование у детей и подростков навыков, способствующих сохранению здоровья (использование навыков гигиены)
3. Проведение мероприятий по формированию навыков здорового образа жизни (использование навыков гигиены)
4. Проведение мероприятий по формированию навыков здорового образа жизни (использование навыков гигиены)
5. Проведение мероприятий по формированию навыков здорового образа жизни (использование навыков гигиены)
6. Профилактика употребления психоактивных веществ. По плану отдела профилактики правонарушений
7. Контроль за питанием учащихся.

Октябрь

1. Проверка состояния кабинета содержания темы «Безопасность», требования к содержанию кабинета.
2. Использование подвижных игр на занятиях. Реализация в занятиях. Использование навыков гигиены
3. Обеспечение требований охраны безопасности на занятиях.
4. Проверка наличия инструкций на рабочих местах.
5. Проведение генеральной уборки и влажной уборки.
6. Профилактика употребления психоактивных веществ. По плану отдела профилактики правонарушений
7. Контроль за питанием учащихся.