

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
города Новосибирска
«Дом детского творчества им. В. Дубинина»

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Л.В.Третьякова



1 сентября 2019 года

ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА
В ДОМЕ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА
им.В.ДУБИНИНА**

НОВОСИБИРСК 2019

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. **Здоровьесберегающая 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

ДЦТ им. В.Дубинина

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 (проект «ДДТ – территория здоровья»). Основные результаты реализации программы: формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения; (родителей, партнеров ДДТ); анонимные анкеты, позволяющие анализировать ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочные суждения детей.

Основные направления деятельности по реализации программы.

Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих и здоровьесформирующих возможностей различных видов творческой деятельности

Направление деятельности	Основной здоровьесберегающий потенциал	Коллективы ДДТ
Спорт и туризм	<ul style="list-style-type: none">• Общее физическое развитие, активное движение;• Закаливание, профилактика заболеваний, пребывание на свежем воздухе;• Формирование ценностного отношения к здоровью и активному отдыху;• Использование восстановительных ресурсов природы.	<ul style="list-style-type: none">▶ Центр спортивно-оздоровительной аэробики «Диана»▶ Туристский клуб «Ирбис»▶ Туристский клуб «Искра»▶ Спелеоклуб «Солнышко»▶ Оздоровительная гимнастика в ЦРД
Археология и экология	<ul style="list-style-type: none">• Умеренные физические нагрузки;• Пребывание на свежем воздухе в условиях экспедиции, практического занятия;• Использование восстановительных ресурсов природы;• Формирование ценностного отношения к здоровью и содержательному досугу	<ul style="list-style-type: none">▶ Археологическое объединение «Икар»▶ Детский эколого-биологический центр «Планета»
Хореография	<ul style="list-style-type: none">• Развитие двигательного аппарата, формирование осанки;• Постановка дыхания в движении;• Оптимальные физические нагрузки, способствующие гармоничному	<ul style="list-style-type: none">▶ Образцовый ансамбль классического танца «Пленительные ритмы»▶ Студия бального танца «Гармония»▶ Фитнес-студия «Лейла»▶ Ансамбль народного

	<p>физическому развитию;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Формирование потребности в содержательном досуге. 	<p>танца «Амрита»</p>
<p>Вокал и инструментальная музыка</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Развитие постановка дыхания – профилактика заболеваний; • Развитие артикуляционного аппарата; • Оптимальные физические нагрузки, способствующие гармоничному физическому развитию; • Формирование потребности в содержательном досуге. 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Образцовый коллектив Вокально-хоровая студия «Радость» ▶ Школа духовой музыки ▶ Ансамбль эстрадного вокала «Дебют»
<p>Художественное творчество</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Гармонизация эмоционального состояния; • Снятие психо-физического напряжения; • Развитие мелкой моторики – содействие в формировании психических функций; • Формирование потребности в содержательном досуге; • Использование восстановительных ресурсов природы (работа с природным материалом, организация пленэрных занятий по изобразительному творчеству и пейзажных фотосъемок и др.). 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Образцовый коллектив театральной студии «Сказка» ▶ Театр-студия «Игра» ▶ Мастерская декоративно-прикладного творчества «Сувенир» ▶ Изостудия «Радуга» ▶ Изостудия «Спектр» ▶ Дизайн студия «Веснушка» ▶ Фотостудии «Сюжет» и «Эдельвейс» ▶ Студия «Семицветик» для детей с ОВЗ ▶ Предметы художественного цикла в ЦРД
<p>Спортивно-техническое творчество</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Умеренные физические нагрузки; • Пребывание на свежем воздухе 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Судомодельная лаборатория «Юные корабелы» ▶ Авиасекция «Полет»

	<p>условиях практического занятия, соревнований;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Развитие мелкой моторики – содействие в формировании психических функций; • Формирование потребности в содержательном досуге. 	<p>▶ Детский автотоцентр «Скат»</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------

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

- Традиционные досуговые дела Дома творчества /туристический слёт воспитанников, путешествие по экологической тропе, тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др./.
- Лектории и клубные занятия для старших воспитанников.
- Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

Конструктивное взаимодействие с семьями воспитанников по вопросам охраны детского здоровья.

- Индивидуальная работа с родителями.
- Выпуск тематической печатной продукции.
- Организация работы родительских клубов.
- 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 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.
- Работа Психологического центра ДДТ (консультирование, диагностика, коррекционно-развивающие занятия).

Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.

- Разработка методических пособий.
- Включение в систему повышения квалификации педагогов здоровьесберегающей тематики.
- Обобщение опыта педагогов. Представление в педагогической прессе.
- Стимулирование мотивации к участию в конкурсах методической культуры педагога.

Ожидаемые результаты

1. Создание системы по формированию здоровьесберегающей среды в ДДТ.
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, ДДТ, общественных местах, дома, на улице.
5. Формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни.
6. Организация проектов, акций, дел в рамках педагогического проекта «ДДТ – территория здоровья». Создание банка методического сопровождения по проблеме.

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/zdorovesberezhenie/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://zdrovayashkola.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/zdorovesberezhenie/0-92>

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей города Новосибирска
«Дом детского творчества им. В.Дубинина»



Утверждаю
директор

Л.В.Третьякова

01.09.2019 г.

ПЛАН РАБОТЫ

по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, по обеспечению санитарно-гигиенического режима на 2019-20 учебный год

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
Мероприятия по сохранности и укреплению здоровья обучающихся			
1.	Анализ состояния здоровья обучающихся на основе бесед с родителями, медицинских допусков в коллективы спортивной направленности	Сентябрь, октябрь	Педагоги
2.	Мониторинг состояния здоровья обучающихся спортивных объединений	В течение года	Педагоги
3.	Организация занятий по оздоровительной гимнастике в Центре развития дошкольников	В течение года	Камынина В.И., начальник СП
4.	Проведение Дня зарядки	Сентябрь	Центр досуга
5.	Обеспечение медицинскими аптечками всех помещений учреждения, своевременное пополнение медаптечек	В течение года	Чуб А.С., зам. дир. по АХР
6.	Организация профилактической работы во время эпидемий	Во время эпидемий	Педагоги
7.	Проведение на занятиях физминуток, динамических пауз	Систематически	Педагоги
8.	Поддержание санитарно - гигиенического режима в учреждении (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т.д.)	В течение года	Администрация Педагоги
9.	Эстетическое оформление интерьера учебных кабинетов и других помещений учреждения	В течение года	Администрация Педагоги
10.	Рациональное составление расписания занятий, не допускающее перегрузок в соответствии с СанПиН 2.4.4.2172-14	Сентябрь	Чиклаева Е.В, зам. дир. по УВР
11.	Работа психологической службы: диагностика, организация психоэмоциональной разгрузки педагогов и обучающихся	По плану пси. службы	Малютина Т.Г., Параскун Е.В., педагоги-психологи
12.	Реализация программ, непосредственно формирующих здоровый образ жизни: спортивных, туристско-краеведческих и т.д.	Постоянно	Педагоги
13.	Осмотр кабинетов на соответствие санитарно-гигиеническим, психофизическим, эстетическим требованиям	По плану	Администрация

14.	Обеспечение соблюдения правил безопасности во всех помещениях учреждения	Постоянно	Администрация Педагоги
15.	Проверка состояния охраны труда в Доме творчества и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутреннего контроля	Германов М.В., Чикулаева Е.В.
16.	Заключение договоров на организацию горячего питания обучающихся	В течение учебного года	Администрация
17.	Организация отдыха и оздоровления обучающихся в каникулярное время и летний период	Каникулярное время. Май - август	Педагоги
18.	Проведение медосмотра сотрудников учреждения	В течение года по графику	Администрация
19.	Организация готовности ОУ к новому учебному году	Август	Администрация
Гигиеническое, санитарно-просветительное воспитание обучающихся			
1.	Организация Акций чистоты и порядка	В течение года	Педагоги
2.	Проведение тематических мероприятий по здоровому образу жизни и безопасности	В течение года	Центр досуга
3.	Проведение выставок рисунков по формированию ЗОЖ	1 раз в полугодие	Педагоги СП «Вернисаж»
4.	Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни	1 раз в четверть	Методическая служба, педагоги
5.	Проведение «Недели безопасности»	Сентябрь, май	Центр досуга
6.	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ГТБ во время каникул	Каникулярное время	Администрация пдагогов
Работа по профилактике у обучающихся вредных привычек			
1.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	Педагоги, психологи
2.	Тематические беседы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	По планам ВР	1 Педагоги
3.	Встречи обучающихся с работниками полиции, медицинскими работниками	По необходимости	Администрация
4.	Участие в проведении Всероссийской акции «За здоровье и безопасность наших детей», Международного дня борьбы со СПИДом, Международного дня борьбы с курением	Октябрь-ноябрь Март-апрель	Центр досуга, администрация
5.	Анкетирование обучающихся по выявлению отношения к вредным привычкам	По необходимости	Педагоги, психологи
Массовая и оздоровительная работа			
1.	Туристский слёт обучающихся Дома творчества	Сентябрь	Администрация Педагоги
2.	Организация мероприятий различной направленности, с целью обеспечения занятости обучающихся в каникулярное время	Каникулярный период	Центр досуга
3.	Организация выездов детских объединений в загородные летние лагеря	Июнь-август	Педагоги
4.	Организация походов, экспедиций и других выездных мероприятий	В течение года	Педагоги

Работа с родителями			
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления обучающихся	По плану	Администрация Педагоги
2.	Приглашение на родительские собрания специалистов	По необходимости	Педагоги
3.	Организация индивидуальных психологических консультаций для родителей	В течение года	Педагоги-психологи
4.	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях объединений	В течение года	Педагоги
5.	Организация обучающих семинаров для родителей в рамках социально-педагогического проекта «Вместе»	В течение года	Педагоги ЦРД