

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ СЕВЕРНАЯ ОСЕТИЯ – АЛАНИЯ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА "ЗАРЯ"

Согласовано:
Методический совет
ЦРТДЮ «Заря» *к.р.с.д.*
« 9 » *11* 2018 г.



УТВЕРЖДЕНО:
Директор ЦРТДЮ «Заря»
Муркова А.С. *А.С. Муркова*
_____ 2018 г.

ПРОЕКТ
«БУДЕМ ЗДОРОВЫ!»

Содержание проекта

- I. Введение**
- II. Цели проекта.**
- III. Нормативно-правовая база.**
- IV. Функции различных категорий работников Центра.**
- V. Участники проекта.**
- VI. Здоровьесберегающие образовательные технологии.**
- VII. Основные направления деятельности программы.**
- VIII. План деятельности по реализации программы.**
- IX. Методы контроля над реализацией программы.**
- X. Сроки и этапы реализации программы.**
- XI. Модель личности обучающегося.**
- XII. Ожидаемые конечные результаты программы.**

Приложение № 1

Тематика мероприятий по ЗОЖ

1. Введение.

Проблемы здоровья молодежи в настоящее время находятся в сфере первостепенных интересов государства. Политика государства в этом направлении предполагает формирование физически здоровой, образованной, всесторонне развитой, социально активной личности, что нашло отражение в приоритетном национальном проекте «Здравоохранение».

Сохранение здоровья обучающегося, его социальная адаптация является делом актуальным и сложным для дополнительного образования, куда дети и молодежь приходят после школы, училища или ВУЗа. Для того, чтобы педагоги, дети и родители жили в состоянии эмоционального комфорта и высокого интереса к познанию, для того чтобы ребенок был здоров и социально адаптирован, сохранив любознательность и доверие для дальнейшего обучения, необходимо широко использовать здоровьесберегающие технологии на занятиях.

С этой целью педагогический коллектив Центра «Заря» разработал проект «Будем здоровы!».

2. Цели проекта:

- развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения Центра в вопросах здоровьесбережения, отдыха и досуга обучающихся;
- создание банка данных и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- формирование у обучающихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни;
- разработка и внедрение комплекса мер по поддержанию здоровья педагогических работников Центра;
- формирование представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе,

безопасного для человека и окружающей среды.

3. Нормативно-правовая база:

- Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90.
- Федеральный закон от 24.07.98 г. N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (с изменениями от 20 июля 2000 г.).
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (СанПиН 2.4.4.3172-14), зарегистрированные в Минюсте России 20.08.2014 г.;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»

4. Функции различных категорий работников Центра

4.1. Функции директора:

- общее руководство реализацией Проекта: организация, координация, контроль.

4.2. Функции заместителя директора:

- разработка системы мероприятий по укреплению физического здоровья обучающихся и ее контроль;
- организация работы педагогов по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в Центре;
- организация встреч родителей с представителями правоохранительных органов, работниками ГИБДД.

4.3. Функции педагога-психолога:

- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей;

- организация работы психологической службы в Центре.

4.4. Функции педагогов:

- организация и проведение в учебных группах мероприятий:

- по профилактике частых заболеваний обучающихся;

- по профилактике детского травматизма на дорогах;

- по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения;

- организация и проведение профилактической работы с родителями;

- организация и проведение воспитательных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения.

4.5. Функции педагога-организатора:

- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний обучающимися правил гигиены, дорожного движения, правовой культуры.

5. Участники проекта:

- обучающиеся

- педагогический коллектив

- родители.

6. Здоровьесберегающие образовательные технологии.

Для реализации проекта нами разработана программа «Будем здоровы!».

Ключевая роль в формировании здорового образа жизни ребенка принадлежит здоровьесберегающим технологиям и дополнительное образование имеет в этом плане большие возможности.

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

Кроме того, у детей появляется реальная возможность сформулировать здоровьесбережение как цель. Для системы дополнительного образования эта задача трансформируется в императив использовать для достижения этой цели те технологии, которыми как раз и владеет педагог. Здоровый и духовно развитый ребенок счастлив - он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самоусовершенствованию, развивая себя всесторонне в дополнительном образовании.

Здоровьесберегающие образовательные технологии, это совокупность всех используемых в образовательном процессе приёмов, технологий, не только оберегающих здоровье обучающихся и педагогов от неблагоприятного воздействия факторов образовательной сферы, но и способствующих воспитанию у обучающихся культуры здоровья.

По характеру действия здоровьесберегающие технологии делятся на 4 группы.

- **Защитно-профилактические технологии** направлены на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий. К ним относятся: выполнение санитарно-гигиенических требований, регламентированных СанПиН; поддержание чистоты; ограничение предельного уровня образовательной нагрузки, исключающего наступление состояния переутомления детей. Большая часть того, что в образовании традиционно понимается под здоровьесберегающими технологиями, как раз и относится к этой группе.

- **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** активизируют собственные силы организма, помогают использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния. Типичные примеры - температурное закаливание, физические нагрузки.

• **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 программы, адресованные детям, их родителям и педагогам.

7. Основные направления деятельности программы:

7.1. Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки с учетом расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно - гигиенического состояния Центра;
- реабилитационную работу:

7.2. Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с обучающимися по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни (тематические часы, лекции, конкурсы рисунков, плакатов, различные акции; совместная работа с

Центром по профилактике и борьбе со СПИД и инфекционными заболеваниями и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма).

7.3. Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- предупреждение проблем развития ребенка;
- обеспечение адаптации на разных этапах обучения;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

8. План деятельности по реализации программы

№	Мероприятия	Ответственные исполнители	Сроки	Планируемый результат и выполнение
1.	Просветительское направление			
1.1.	Организация просветительской работы с родителями по ЗОЖ (лекторий).		ежегодно	график проведения и тематика лектория
1.2.	Разработка системы обучения родителей и педагогов по проблемам охраны, укрепления и сохранения здоровья детей.		ежегодно	план работы
1.3.	Вовлечение родителей и педагогов в работу по сохранению и укреплению здоровья детей.		ежегодно	план работы
1.4.	Подготовка доклада на методический совет «Валеология на уроках хореографии»		сентябрь	протокол методсовета
1.5.	Проведение совещания с педагогами по реализации проекта «Будем здоровы!»		ноябрь	протокол педсовета
1.6.	Организация просветительской работы с обучающимися		ежегодно	план работы
1.7.	Совместная работа с Центром по профилактике и борьбе со СПИД и органами внутренних дел по профилактике токсикомании, наркомании, курения и алкоголизма.		ежегодно	план работы

2.	Психолого-педагогическое направление.			
2.1.	Организация психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса.		ежегодно	план работы
2.2.	Отслеживание работоспособности, тревожности и других психических показателей обучающихся: - определение влияния учебной нагрузки на психическое здоровье детей; - изучение психологических возможностей обучающихся		ежегодно	диагностические исследования
2.3.	Круглый стол по теме «Здоровьесберегающие технологии обучения»		2020-2021г.г.	материалы к круглому столу
2.4.	Использование здоровьесберегающих технологий в организации учебной деятельности.		ежегодно	планы занятий
2.5.	Выявление группы риска по социальной дезадаптации.		ежегодно	план работы
3.	Медицинское направление			
3.1.	Проведение мониторинга за состоянием здоровья обучающихся хореографических групп		ежегодно	Медицинские справки
3.2.	Ежедневный контроль за выполнением соответствующих санитарных требований по СанПину		постоянно	
3.3.	Медицинское обследование всех работников Центра		ежегодно	санитарные книжки
3.4.	Контроль за нормированием учебной нагрузки		постоянно	расписание занятий

9. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического и Педагогического советов Центра;
- создание методической копилки опыта;
- мониторинг состояния здоровья обучающихся и морально-психологического климата в Центре;
- сбор статистики о динамике развития мотивации к обучению;

- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, образовательной деятельностью обучающихся в свете формирования здорового образа жизни.

10. Сроки и этапы реализации программы:

1 этап – подготовительный (2018 – 2019 гг.):

- анализ уровня заболеваемости;
- изучение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ и их внедрение;
- разработка системы профилактических и воспитательных мероприятий.

2 этап – апробационный (2019 – 2020 гг.):

- внедрение новых форм и методов пропаганды ЗОЖ, выявление наиболее эффективных;
- систематическая воспитательная работа по пропаганде ЗОЖ;
- выполнение оздоровительных мероприятий.

3 этап - контрольно-обобщающий (2021 – 2022 гг.):

- сбор и анализ результатов выполнения программы;
- коррекции деятельности.

11. Модель личности обучающегося.

По завершении этапа проектирования управленческих решений наступает этап их исполнения. При этом работникам Центра необходимо знать, какие результаты должны быть получены в ходе их деятельности по реализации решений, направленных на обеспечение здоровьесбережения детей и подростков.

Для этого создана прогнозируемая модель личности обучающегося:

<i>Модель выпускника первой степени обучения</i>	<i>Модель выпускника второй степени обучения</i>	<i>Модель выпускника третьей степени обучения</i>
- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами	- знание основ личной гигиены, выполнение правил гигиены; - владение основами	- стремление к самосовершенствованию, саморазвитию и профессиональной пригодности через

<p>личной гигиены и здорового образа жизни.</p>	<p>личной гигиены и здорового образа жизни.</p> <ul style="list-style-type: none"> - знание основ строения и функционирования организма человека; - знание изменений в организме человека в пубертатный период; - умение оценивать свое физическое и психическое состояние; - понимание негативного влияния алкоголя, курения, наркомании на здоровье человека; - поддержание физической формы; - телесно-мануальные навыки, связанные с укреплением силы, выносливости, ловкости; - гигиена умственного труда. 	<p>физическое совершенствование и заботу о своем здоровье;</p> <ul style="list-style-type: none"> - убеждение в пагубности для здоровья и дальнейшей жизни вредных привычек; - знание различных оздоровительных систем; - умение поддерживать здоровый образ жизни, индивидуальный для каждого человека; - способность вырабатывать индивидуальный образ жизни; - гигиена умственного труда.
---	--	---

12. Ожидаемые конечные результаты программы:

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

Тематика мероприятий по ЗОЖ

№	Мероприятие	Ответственные
1	Проведение уроков здоровья: «Если хочешь быть здоров» «Из чего состоит наша пища» «Здоровье - это здорово» Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра) «Осенний калейдоскоп» (о здоровой и полезной пище) «Цена ломтика» «Что такое здоровье?» «Разрешение конфликтов без насилия» «В здоровом теле – здоровый дух!»	педагоги
2	Родительские собрания: «Режим труда и учёбы» «Здоровье ребёнка в руках взрослых» «Секреты здоровья ребёнка» «Психологические особенности подростков»	педагоги
3	День здоровья	педагоги, родители
4	Проведение месячника по предупреждению дорожно-транспортного травматизма.	заместитель директора