



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА ИМЕНИ
Г.А. КАРЧЕВСКОГО»
(МУ ДО «ЦТ»)**

**«Г.А. КАРЧЕВСКИЙ
НИМА ТВОРЧЕСТВО СӨВМӨДАН»
СОДТӨД ТӨДӨМЛҮН СЕТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЙ УЧРЕЖДЕНИЕ
(«ТС» СТС МУ)**

Принято решением
педагогического совета
Протокол № 1
« 31 » августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МУ ДО «ЦТ»
от « 01 » сентября 2022 г.
№ 01-10/157
_____ Л.В. Красноперов

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ПРОГРАММА
Муниципального учреждения
дополнительного образования
«Центр творчества имени Г.А. Карчевского»
«Здоровая образовательная среда»

2022 г.

Пояснительная записка

Здоровьесберегающая программа Муниципального учреждения дополнительного образования «Центр творчества имени Г. А. Карчевского» (далее - МУ ДО «ЦТ») «Здоровая образовательная среда» разработана и реализуется до мая 2026 года. Ежегодно в программу вносятся изменения и дополнения в ответ на изменившиеся условия или требования.

Настоящая программа разработана в соответствии с:

- Конституцией Российской Федерации;
- Конституцией Республики Коми
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 09 ноября 2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 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»;
- Федеральным законом от 08 декабря 2020 г. N 430-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об обязательном медицинском страховании в Российской Федерации» и отдельные законодательные акты Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 31 июля 2020 г. N 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон об образовании в Российской Федерации»;
- Уставом МУ ДО «ЦТ»;
- Локальными актами МУ ДО «ЦТ».

Воспитание здорового ребёнка – главная задача основного и дополнительного образования. Поэтому весь потенциал, все перспективы социального и экономического развития должны быть направлены на сохранение физического и интеллектуального здоровья детей. В последние годы в нашем обществе все очевиднее ухудшение здоровья учащихся. Особую тревогу вызывает рост количества детей, употребляющих алкоголь, наркотики, психотропные сильнодействующие вещества, растет количество курящих детей. Наряду с неблагоприятными социальными и экологическими факторами в качестве причины признается и отрицательное влияние школьных нагрузок на здоровье детей. 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". Проблема оздоровления детей заключается в поиске эффективных технологий для реализации на занятиях в дополнительном образовании, с целью формирования здорового образа жизни детей.

Таким образом, сохранение здоровья ребёнка, его социальная адаптация является делом актуальным и сложным для дополнительного образования, куда ребенок приходит после школы. Перед дополнительным образованием встает проблема широкого использования здоровьесберегающих технологий на занятиях 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. Забота о здоровье учащихся неотделима от заботы педагога о своем собственном здоровье так, как педагог подает пример своим образом жизни и своим здоровьем.

В Муниципального учреждения дополнительного образования «Центр творчества имени Г. А. Карчевского» (далее - МУ ДО «ЦТ») используются здоровьесберегающие технологии следующих типов:

- 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; использование страховочных средств и защитных приспособлений в спортзалах с целью профилактики травматизма и т. п. (приложение №1).
- 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 представляется возможным: физкультминутки и физкультпаузы, 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. Типичные примеры - температурное закаливание, физические нагрузки. Активно используются в объединениях физкультурно-спортивной направленности, туристско-краеведческой направленности.
- 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.

Цель и задачи программы

Цель программы: создание оптимальных условий для воспитания физически здоровой личности, способной к творческому созиданию.

Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

- оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;
- прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации медицинский осмотров, в том числе профилактических медицинских осмотров, в связи с занятиями физической культурой и спортом, и диспансеризации;
- профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;
- обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий;
- обучение педагогических работников навыкам оказания первой помощи.

Администрация МУ ДО «ЦТ» при реализации дополнительных общеобразовательных программ создает условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивает:

- наблюдение за состоянием здоровья обучающихся;
- проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;

- соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

- расследование и учет несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

Задачи:

1. сформировать стремление к здоровому образу жизни учащихся МУ ДО «ЦТ», осознание здоровья как одной из главных жизненных ценностей;

2. сохранить и укрепить нравственное, психическое и физическое здоровье учащихся, обучить их осознанно вести здоровый образ жизни, заниматься физическим самосовершенствованием;

3. организовать профилактику и борьбу с вредными привычками (курение, употребление психо-активных веществ, ведение сидячего образа жизни, компьютерная зависимость);

4. создать оптимальные гигиенические и экологические условия для образовательного и воспитательного процессов;

5. обеспечить охрану здоровья учащихся и создать условия, позволяющие им грамотно укрепить свое здоровье;

6. провести диагностику и мониторинг динамики физического состояния учащихся;

7. организовать просветительскую работу с родителями (законными представителями) учащихся, направленную на формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

Этапы реализации программы

1-й этап – **подготовительный** (2020 -2021 учебный год)

1. Аналитико-диагностическая деятельность.

2. Поиск инновационных форм и способов первичной профилактики употребления психоактивных веществ.

3. Определение стратегии и тактики деятельности.

2-й этап – **практический** (2020-2021, 2021-2022, 2022-2023, 2023-2024, 2024-2025, учебные годы)

1. Использование в учебно-воспитательном процессе группы личностно-ориентированных приемов и методов для формирования личностных ресурсов, обеспечивающих развитие у ребенка активного жизненного стиля поведения.

2. Внедрение в образовательную среду инновационных педагогических и психологических технологий, обеспечивающих развитие ценностей здорового образа жизни, а также технологий раннего обнаружения случаев употребления наркотиков и спиртных напитков детьми.

3-й этап – **обобщающий** (май 2025 года)

1. Обработка и интерпретация полученной в ходе реализации программы информации.

2. Соотношение результатов реализации программы с поставленными целями и задачами.

3. Определение перспектив развития в этом направлении.

Основные направления программы

1. Профилактика употребления наркотических средств, табачных и спиртных изделий

№	Мероприятие	Сроки исполнения	Ответственный
1	Изучение нормативных документов.	Август, сентябрь	П.д.о.
2	Планирование работы педагогов с учащимися объединений (тематические беседы, диспуты, акции и т. д.).	Август, сентябрь	П.д.о.
3	Планирование работы и ее проведение с психологами, представителями Благотворительного фонда «Город без наркотиков».	В течение года	П.д.о. Канда А.И.
4	Проведение мероприятий с учащимися объединений: 1. Акция «Обменяй сигарету на конфету». 2. Игра «Невинные жертвы» 3. Игра – развлечение для младших классов «Масса разных забав» 4. Просмотр фильма «Разумный человек – разумный выбор» 5. Выпуск серии статей о вреде табакокурения, наркотических средств и употребления алкоголя в детской газете «Остров» 6. Игра «Суд над наркотиками» 7. Просмотр фильма «Наркотикам – нет»	В течение года	ПДО Зам. директора по УВР Кузнецова Н.А. Зав. ОГПВМ Лифарь Л.Н.

	8. Ролевая игра «Наркомания и здоровье» 9. Просмотр фильма «Вождение в нетрезвом виде» 10. Беседа «Детки в пивной клетке» 11. Круглый стол «курить – здоровью вредить»		ПДО
5	Проведение тематических родительских собраний	В течение года	ПДО

2. Профилактика правонарушений

Задействованность детей и подростков в свободное время творческим делом (занятия по интересам в объединениях Центра), является самым мощным на сегодняшний день средством профилактики правонарушений.

Организация деятельности администрации и педагогов

№	Мероприятие	Сроки исполнения	ответственный
1	Создание банка учащихся из семей группы риска	Сентябрь	Зам. директора по УВР Кузнецова Н.А.
2	Организация летнего трудового отряда	Июнь Июль Август	Директор Красноперов Л.В.
3	Организация многодневных походов и походов выходного дня	Июнь	П.д.о. Храмцов В.А.
4	Проведение рекламной компании по привлечению детей и подростков в объединения Центра	С 01 апреля по 15 сентября	Зам. директора по ОМР Коблик Г.А.

3. Здоровый образ жизни

Организация деятельности администрации и педагогов и родителей

№	Мероприятие	Сроки исполнения	ответственный
1	Планирование работы педагогов с учащимися объединений (тематические беседы, диспуты, акции и т. д.).	Август, сентябрь	П.д.о.
2	Проведение мероприятий с учащимися объединений: 1. Серия статей в детской газете «Остров» о здоровом образе жизни 2. Участие в традиционном муниципальном конкурсе «Здоровый образ жизни» 3. КВН «Здоровая планета в наших руках» 4. Беседа «Пища настоящего и будущего» 5. Круглый стол «Человек, продли свой век» 6. Диспут «Проблемы экологии» 7. Беседа «Секреты продления жизни»	В течение года	Зам. директора по УВР Кузнецова Н.А. Зам. директора по ОМР Коблик Г.А. Зав. отделом ОГПВМ Лифарь Л.Н.

	8. Просмотр фильма «Здоровье» 9. Игра «Слабое звено» 10. Круглый стол «Уберечься от игромании» 11. Дискуссия «Интернет зависимость» 12. Круглый стол «Уберечься от игромании» 13. Лекция «Научно-технический прогресс и его влияние на здоровье человека»		П.д.о.
3	Проведение тематических родительских собраний	В течение года	П.д.о.

4. Профилактика дорожно-транспортного травматизма

Организация деятельности администрации и педагогов

№	Мероприятие	Сроки исполнения	ответственный
1	Организация и проведение инструктажей по профилактике безопасности дорожного движения	Сентябрь	Зам. директора по УВР Кузнецова Н.А.
2	Участие в традиционном муниципальном конкурсе рисунков по безопасности дорожного движения	В течение года	Зам. директора по ОМР Коблик Г.А.
3	Обсуждение вопроса о профилактике детского дорожно-транспортного травматизма на родительских собраниях	В течение года	П.д.о.

5. Противопожарные мероприятия

Организация деятельности администрации и педагогов

№	Мероприятие	Сроки исполнения	ответственный
1	Организация и проведение противопожарного инструктажа педагогов Центра	сентябрь	Зам. директора по ОТ и БЖ Матвиенко И.В.
2	Организация и проведение противопожарного инструктажа педагогов Центра	сентябрь	П.д.о.

6. Создание здоровьесберегающей образовательной среды

Организация деятельности администрации и педагогов

№	Мероприятие	Сроки исполнения	ответственный
1	Регулярный контроль за выполнением санитарно-гигиенических требований согласно санитарным нормам и правилам: 1. санитарно-гигиеническое состояние учреждения, световой, питьевой, воздушный режимы учебных комнат, спортзала, мастерских и других помещений; 2. соблюдение санитарно-гигиенических требований к занятиям: рассаживание учащихся	В течение года	Зам. директора по АХР Кулиева Г.Э.

	согласно рекомендациям, валеологический анализ расписания, предотвращение перегрузки учебными занятиями, дозирование домашних заданий, профилактика близорукости.		
2	Инструктаж работников Центра по вопросам охраны жизни детей и соблюдения правил техники безопасности	В течение года	Зам. директора по ОТ и БЖ Матвиенко И.В.
3	Контроль состояния пожарной безопасности в учебных помещениях. Особое внимание обратить на исправность электропроводки, наличие щитов с пожарным инвентарем, огнетушителей	В течение года	Зам. директора по ОТ и БЖ Матвиенко И.В.
4	Принятие меры безопасности в учебных кабинетах: балета, бальных танцев, спортивном зале, кабинетах прикладного творчества	В течение года	Зам. директора по ОТ и БЖ Матвиенко И.В.
5	При организации экскурсий, туристических походов тщательно выбирать маршруты, проводить подготовку учащихся и руководителей: тренировки, инструктаж; проверять оборудование и средства первой доврачебной помощи	В течение года	П.д.о.
6	При проведении массовых мероприятий (в актовом зале, спортплощадках и т.д.) принимать постоянные меры по безопасности и охране жизни учащихся	В течение года	Зам. директора по ОМР Коблик Г.А.

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

1. Повышение посещаемости занятий учащимися объединений и сохранность численности контингента в течение всего учебного года.
2. Отсутствие травматизма учащихся на занятиях в Центре.
3. Положительная динамика работы с учащимися группы риска.
4. Расширение представлений учащихся о здоровом образе жизни.

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ

1. Анкетирование.
2. Статистический учет.
3. Наблюдение.

Требования к построению занятий в дополнительном образовании с учетом здоровьесберегающих технологий:

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 учебной деятельности на занятии не менее 4-х так, как однообразие способствует утомлению. Средняя положительность и частота чередования различных видов учебной деятельности – 7-10 минут.

3. Количество видов преподавания (словесный, наглядный, самостоятельная работа) должно быть не менее трех. Чередование видов преподавания не позже чем через 10-15 минут.

4. На занятиях следует выбирать такие методы, которые бы способствовали активизации инициативы и творческого самовыражения самих учащихся.

5. На занятиях должна присутствовать смена поз учащихся, которые соответствовали бы видам работы.

6. 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.

7. Следует включать в занятия вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни.

8. Наличие мотивации учебной деятельности. Внешняя мотивация: оценка, похвала, поддержка, соревновательный метод. Стимуляция внутренней мотивации: стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу.

9. Следует помнить, что на состояние здоровья оказывают большое влияние эмоциональные разрядки: шутка, улыбка, музыкальная минутка, небольшое стихотворение.