

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Самарской области «Областной детско-юношеский центр развития
физической культуры и спорта»

Рассмотрена и утверждена
на педагогическом совете
Протокол
№ 5 от 05.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Приказом № 43 от 25.08.2023
Директор ГБУ ДО СО ОДИОЦРФКС
Ю.Г. Ромашкина Ю.Г. Ромашкина

ПРОГРАММА
ПО СОХРАНЕНИЮ И УКРЕПЛЕНИЮ
ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ГБУ ДО СО ОДИОЦРФКС

Срок реализации программы: 3 года
Составитель программы:
заместитель директора Клепиков А.А.

г. Самара, 2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Реализация программы	6
3. Методы контроля над реализацией программы	9
4. План действий по реализации программы	10
5. Примерный план мероприятий	13
6. Литература	14

1. Пояснительная записка

Актуальность и педагогическая целесообразность программы. Проблемы сохранения здоровья обучающихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, создание условий, направленных на укрепление здоровья, сохранение физического, психического и духовного здоровья, наиболее актуальны в настоящее время.

Каждому участнику образовательного процесса необходимо обеспечить возможность сохранения здоровья за период обучения в ГБУ ДО СО ДЮОЦРФКС (далее Центр), сформировать необходимые знания по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания на практике и повседневной жизни.

Здоровье детей - это политика, в которой заложено будущего подрастающего поколения, поэтому перед педагогами, родителями и обществом стоит задача сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения в школе у детей ухудшается состояние здоровья в несколько раз. Проблема здоровья обучающихся сегодня обрела социальное значение. Программа сохранения и укрепления здоровья обучающихся Центра ставит главной задачей заботу о здоровье обучающихся, как основу физкультурно-спортивной деятельности.

Охрана здоровья педагога является важным фактором укрепления здоровья обучающихся. Педагог обязан ответственно относиться к своему здоровью, вести здоровый образ жизни, тем самым стать примером обучающимся.

Нормативно-правовая база

Программа составлена в соответствии с основными нормативными документами в области образования РФ и нормативными актами учреждения:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» N 273 ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2020 года (включаем все изменения до 6 февраля 2020 г.);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена 29 мая 2015 г. № 996-р.;
- Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» нацпроекта «Образование»;
- Концепция развития дополнительного образования;
- Примерная программа воспитания и пакет методических материалов по ее разработке.
- Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 года №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 «Об утверждении СанПин 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания

- и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-Р);
- Устав Государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Самарской области «Областной детско-юношеский центр развития физической культуры и спорта».

Адресат программы

Программа рассчитана на детей преимущественно с 6 до 18 лет.

Срок реализации программы: 3 года.

Педагогическая целесообразность.

Сегодня дополнительное образование все более определенно начинает рассматриваться как неотъемлемая составная часть системы образования, призванная обеспечить ребенку дополнительные возможности для духовного, интеллектуального и физического развития, удовлетворения его творческих и образовательных потребностей в том направлении деятельности, которое ребенок выбирает сам.

Важнейшим звеном в становлении и развитии детско-юношеского спорта, его базовой основой в системе образования были и остаются учреждения физкультурно-спортивной направленности.

Центр как учреждение дополнительного образования призван решать следующие задачи:

- способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству обучающихся;
- формировать здоровый образ жизни;
- способствовать развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей обучающихся, достижению ими уровня спортивных успехов, соответствующих их способностям.

Центр осуществляет работу среди детей и подростков, направленную на укрепление их здоровья и физическое развитие. Необходимо отметить, что Центр привлекает учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, оказывает всестороннюю помощь образовательным учреждениям в организации методической и массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. В процессе систематических занятий Центр выявляет способных детей и подростков для привлечения их к занятиям избраным видом физкультурно-спортивной деятельности.

Функции различных категорий работников Центра

Администрация Центра:

- общее руководство реализацией программы: организация, координация, контроль;
- обеспечение работы спортивного зала во внеурочное время;
- разработка системы воспитательных мероприятий по укреплению физического здоровья воспитанников и ее контроль;

- организация работы руководителей объединений по программездоровьесбережения и ее контроль;

Педагогических работников:

- выявление обучающихся специальной медицинской группы;
- санитарно-гигиеническая работа по организации деятельности обучающихся в Центре;
- организация и проведение мероприятий по профилактике детского травматизма;
- организация и проведение профилактических мероприятий по наркомании, табакокурения, алкоголизма среди обучающихся Центра;
- организация и проведение работы с родителями;
- организация и проведение воспитательных мероприятий (беседы, диспуты, лекции, конкурсы и др.) в рамках программы здоровьесбережения;
- организация и проведение диагностик уровня и качества знаний по технике безопасности.

Участники программы:

- обучающиеся Центра;
- педагогические и административные работники Центра;
- родители и законные представители обучающихся.

Материально-техническое обеспечение программы.

В оперативном управлении Центра находятся помещения по адресу: пр. Масленникова, 7 (спортивный зал для занятий единоборствами).

Культивируемые виды спорта: баскетбол, бочча, волейбол, велоспорт, греко-римская борьба, дзюдо, тхэквондо, танцевальный спорт, футбол, хоккей с мячом, шашки.

Центр сотрудничает с муниципальными и государственными учреждениями разных форм собственности г. Самары и Самарской области в порядке предоставления спортивных залов и помещений для организации физкультурно-спортивных занятий.

Идейный замысел программы в поэтапной реализации путей обновления структуры и содержания работы в Центре, совершенствование учебно-тренировочного процесса, укрепления материально-технической базы.

Структура программы включает две основные части:

1. Анализ деятельности Центра с момента становления по настоящее время.
2. Практические ориентиры - ведущие направления развития Центра представлены в основных образовательных Программах.

Центр выполняет свою социальную роль, исходя из определенных педагогическим коллективом целей, задач, видов деятельности и требований

законодательства к системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности.

Центр функционирует на основе социального заказа государства, общества, семьи с учетом интересов и потребностей личности.

Социальный заказ государства:

- Обеспечить детей дополнительным образованием.
- Обеспечить необходимыми условиями для личностного развития детей.
- Сохранить и укрепить здоровье подрастающего поколения.
- Создать условия для систематических занятий спортом.
- Привлечь детей, подростков и молодежь к ведению здорового образа жизни, к занятиям избранным видом спортивной деятельности.

Социальный заказ семьи:

- Занять свободное время детей деятельностью, направленной на развитие их физических способностей, укрепление здоровья.
- Сформировать у детей потребность в здоровом образе жизни.
- Профилактика асоциального и дезадаптивного поведения детей.

Социальный заказ детей:

- Обеспечение доступности для занятий избранным видом спортивной деятельности.
- Общение в группах по интересам.
- Достижение в избранном виде спортивной деятельности побед на соревнованиях различного уровня.

Социальный заказ педагогов:

- Удовлетворение профессиональных потребностей (возможность заниматься избранным видом спортивной деятельности).
- Повышение квалификации, мастерства по своему направлению.
- Удовлетворение материальных потребностей.

Социальный заказ для учреждений дополнительного образования:

- Сохранение и укрепление здоровья детей, подростков и молодежи.
- Повышение уровня их физической подготовки.
- Умение работать в команде.
- Заказ на физически здорового работника.

Ожидаемые результаты:

- Сохранение и укрепление здоровья и физического развития обучающихся, снижение заболеваемости.
- Высокий уровень физического развития и функционального состояния обучающихся, формирование здорового образа жизни обучающихся Центра.
- Физическое совершенство выпускников.
- Обеспечение доступности занятий физической культурой и спортом для всех категорий обучающихся.
- Увеличение числа детей, регулярно занимающихся спортом и готовых продолжить свое профессиональное обучение.

- Устойчивость интереса к образовательному процессу.
- Наличие спортивного результата у обучающихся.
- Совершенствование учебно-тренировочного процесса для успешного и результативного прохождения подготовки обучающихся.
- Устойчивая удовлетворенность детей психологическим климатом в коллективе, условиями, содержанием, организацией деятельности и др.
- Высокий уровень социализации обучающихся (социальной грамотности, активности, устойчивости).
- Высокий уровень нравственности обучающихся (культура поведения и построение отношений).
- Формирование у молодого поколения гражданского патриотического мировоззрения и активной жизненной позиции.
- Повышение качества организации и проведения массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы с детьми и подростками.
- Улучшение подготовки и повышения квалификации педагогических кадров, способных эффективно использовать традиционные формы, средства и методы, развивать и создавать новые.
- Повышение уровня обеспеченности учащихся спортивным инвентарем и оборудованием.
- Снижение уровня безнадзорности и профилактика правонарушений.

2. Реализация программы

Реализация программы направлена на формирование у всех участников образовательного процесса культуры отношения к своему здоровью, что включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую (способность управлять физическими способностями);
- культуру психологическую (способность управлять своими чувствами и эмоциями);
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Базовыми компонентами на всех этапах являются:

- формирование ценностного отношения к вопросам, касающимся здоровья и здорового образа жизни;
- формирование системы знаний по овладению методами оздоровления организма;
- формирование положительной мотивации, направленной на занятия физическими упражнениями, различными видами спортивной деятельности;

- формирование основ медицинских знаний по вопросам оказания доврачебной помощи.

Основные направления деятельности программы

Медицинское направление предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований;
- проведение физкультурно-спортивных занятий;
 - гигиеническое нормирование учебной нагрузки с учетом расписания, режима дня;
 - отслеживание санитарно - гигиенического состояния Центра;
 - обязательное медицинское обследование педагогов.

Просветительское направление предполагает:

- организацию деятельности с воспитанниками по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- организацию деятельности с родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании;
- пропаганду здорового образа жизни (тематические беседы, лекции, познавательные игры, конкурсы, различные акции; совместная работа с учреждениями здравоохранения и органами внутренних дел).

Педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организационно-учебной деятельности;
 - предупреждение проблем развития ребенка;
 - развитие познавательной и учебной мотивации;
 - формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
 - организация педагогической помощи воспитанникам.

Спортивно-оздоровительное направление предполагает:

- организацию и проведение физкультурно-спортивных занятий;
- привлечение системы воспитательной работы к формированию здорового образа жизни воспитанников;
 - широкое привлечение воспитанников, родителей, партнёров Центра к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы.

Диагностическое направление предполагает

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в ходе которого выявляются: общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- текущая заболеваемость, в том числе скрытая (ребенок не обращается к врачу, а 2-3 дня находится дома под наблюдением родителей).

Реализация основных направлений программы

- Убеждение всех участников образовательного процесса ежедневно выполнять утреннюю гимнастику, соблюдать режим труда и отдыха.
- Контроль над сменой видов деятельности в течение дня,

чему способствует удобное расписание занятий в Центре.

- Проведение ежедневной влажной уборки, проветривание помещений.

- Ежемесячное проведение генеральных уборок.

- Привлечение обучающихся к здоровьесберегающим мероприятиям.

- Обучение педагогов и обучающихся оказанию первой медицинской помощи.

Применение разнообразных форм работы

Учет состояния детей:

- анализ справок о состоянии здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы объединений.

Физическая и психологическая разгрузка воспитанников:

- организация спортивных праздников, проведение дополнительных занятий на свежем воздухе;

- индивидуальные занятия;

- организация дней здоровья;

- организация отдыха детей в летних оздоровительных лагерях;

Учебная и воспитательная работа:

- открытые мероприятия физкультурно-спортивной направленности.

3. Методы контроля над реализацией программы:

- проведение заседаний Методического совета Центра;

- посещение занятий, проводимых;

- создание методической копилки опыта;

- мониторинг состояния морально-психологического климата в Центре;

- контроль за организацией учебного процесса, распределением учебной нагрузки, расписанием занятий, воспитательной работой в свете формирования здорового образа жизни.

4. План действий по реализации программы развития

Направления деятельности	Планируемые действия по созданию необходимых ресурсов					Ответственный	Срок	Ожидаемый результат
	Научно-методические	Информационные	Нормативно-правовые	Материально-технические	Финансовые			
Цель: развитие образовательной системы Центра, обеспечение физического, психологического и социального благополучия обучающихся на основе целевого и эффективного использования всех имеющихся ресурсов.								
Развитие массового спорта и физкультурно-оздоровительного движения среди всех возрастных групп и категорий обучающихся.	Проведение педагогического совета.	Тематические публикации для сайта.	Дополнительные общеобразовательные обихеразвивающие программы по видам спорта.	Приобретение спортивного инвентаря. Приобретение оргтехники. Приобретение информационных методической продукции.	Бюджет, спонсорские средства	Увеличение штатных работников, повышение их квалификации.	Администрация, педагоги, дополнительные работники образования	2025-2028
	Разработка методических рекомендаций для педагогов дополнительного образования по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.		Положения о спортивно-массовых соревнованиях и мероприятий.					
Создание условий для формирования духовно-богатой,	Проведение семинаров, педагогических советов.	Пропаганда занятий физической культурой и спортом.	Положения о соревнованиях и мероприятий.	Приобретение спортивного инвентаря. Содержание	Бюджет, спонсорские средства	Повышение квалификации педагогов, привлечение дополнительных специалистов	Администрация, методист, педагог	2025-2028

физически развитой, социально- активной творческой личности ребенка.	консультаций. Разработка и адаптация общественных образователь- ных общественных программ по видам спорта. Разработка методических рекомендаций для педагогов дополнительного образования.	(модели развития), по которым функционирует школа.	всех помещений. Приобретение информацион- но- методической литературы.	ые средства	ого образования	ого образования	способности к физической культуре и спорту. Повышение спортивного мастерства.
Снижение уровня заболеваемости детей и подростков, формирование основ здорового образа жизни с рекреативной физической культуры и спорта.	Проведение семинаров, консультаций. Разработка программ и методических рекомендаций по пропаганде здорового образа жизни. Разработка и внедрение программ по снижению уровня заболеваемости детей.	Положения о мероприятиях	Приобретение спортивного инвентаря, оборудования и экипировки. Стендов по пропаганде здорового образа жизни. Приобретение информацион- но- методической продукции.	Обучение, переподготовка педагогов дополнительного образования по данному вопросу.	Педagogи дополнительного образования	2025- Улучшение показателей основ культуры здоровья у обучающихся.	
Совершенствование	Консультаций.	Наглядная	Программа		Увеличение	Администрации	2025- Обеспечение

ание системы повышения квалификации педагогического состава.	Методические разработки и рекомендации педагогам дополнительного образования о повышении своей квалификации.	агитация по повышению квалификации и	курсах повышения квалификации	курсов. Приобретение методической литературы. Расширение компьютерной техники и сети Интернет.	числе аттестованных к педагогов дополнительн ого образования	ия	2028	методически м материалами Наличие обобщенного опыта лучших тренеров- преподавате лей.
--	---	---	-------------------------------------	---	---	----	------	--

Примерный план мероприятий

Для детских объединений и родителей

№	Мероприятие, форма	Цель	Срок	Ответственный
1.	Проведение инструктажей по технике безопасности обучающихся	Выработать у учащихся позицию противостояния негативным явлениям	Сентябрь	Методисты Педагоги
2.	Проведение тематических бесед и дискуссий по профилактике алкоголизма, табакокурения, наркомании	Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственности за состояние своего организма	Октябрь	Педагоги Родители
3.	Анкетирование информированности по вопросам асоциального поведения	Обеспечить учащихся достоверной информацией о факторах, влияющих на здоровье человека и поведения в обществе	Ноябрь	Методисты Педагоги
5.	Родительское собрание: «Ответственность родителей за нравственное и физическое здоровье детей»	Формирование у родителей необходимости проявления должного внимания к здоровью детей	Январь	Педагоги
6.	Участие в празднике «День защитника Отечества»	Воспитание любви к своему Отечеству.	Февраль	Педагоги Родители
7.	Проведение урока-здоровья «Влияние наркотиков и алкоголя на организм ребенка»	Повысить обучающихся к осознанию негативного влияния вредных привычек на здоровье человека;	Март	Методисты Педагоги
8.	Опрос «Мой образ жизни».	Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность жизни	Апрель	Методисты Педагоги Родители
9.	День здоровья	Формировать навыки здоровьесберегающей деятельности	Май	Зап.отделами Педагоги Родители

Литература и Интернет ресурсы

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в школе. 1-4 классы. – М.: Воко, 2005
2. Павлова М. А., Лысогорская М. В. Здоровьесберегающая система ДОУ. Модели программ. Рекомендации. Разработки занятий. – М.: Учитель, 2009
3. Смирнов И.К. «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе».- М.: АПК и ПРО, 2002
4. Советова Е.В. «Эффективные образовательные технологии». - Ростов: Феникс, 2007
5. <http://www.openclass.ru/io/9/kostenko> Костенко Л.В. «Здоровье сберегающие технологии в школе»