

Кировский муниципальный район Ленинградской области
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Кировский центр информационных технологий»
187342, г. Кировск, ул. Кирова, д.8

«УТВЕРЖДЕН»
приказом директора
МБУДО «Кировский ЦИТ»
От 2 сентября 2021 г. №159

ПРОГРАММА

ПО СОХРАНЕНИЮ И
УКРЕПЛЕНИЮ
ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ

на 2021-2022 учебный год

Автор: Фейгина Евгения Алексеевна,
заместитель директора МБУДО «Кировский ЦИТ»

Г. Кировск
2021 год

Основные положения

Формирование личности здоровой, социально устойчивой, адаптированной к условиям жизни и счастливой - главная цель современного образования. Наряду с традиционными функциями - обучающей, воспитывающей и развивающей - образование и его институты выполняют функции культутопреемственности и культуторотворчества, здоровьесозидания, социальной защиты, т.е. в современных условиях возрастает многофункциональность образования.

Сегодня приоритетной задачей системы образования в нашей стране является воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как наивысшей социальной ценности, формирование высокого уровня здоровья детей и учащейся молодежи во всех его аспектах - духовном, психическом, физическом.

По данным Института возрастной физиологии РАО, образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20-40% негативных влияний, ухудшающих здоровье детей. Исследования ПНФ РАО позволяют проранжировать факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье детей:

- стрессовая педагогическая тактика;
- несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям детей;
- несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации образовательного процесса;
- недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
- провалы в существующей системе физического воспитания;
- интенсификация образовательного процесса;
- функциональная неграмотность педагогов в вопросах охраны и укрепления здоровья;
- частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
- отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Решение проблемы здоровья участников образовательного процесса отмечается как приоритетная цель в большинстве документов, характеризующих российскую государственную политику в области образования.

В настоящее время в педагогической практике наметилась тенденция к переходу от унифицированного образования к образованию, учитывающему личностные особенности и способности каждого индивида, а также уровень его здоровья. Новые ориентиры образования смещают фокус внимания с формирования знаний, умений и навыков на целостное развитие личности, на стимулирование ценностного отношения к здоровью, определяющего в дальнейшем полноту реализации жизненных целей и смыслов.

Одной из важнейших задач современной системы образования является формирование здоровьесберегающей образовательной среды, чтобы занятия в учреждениях образования проходили без ущерба для здоровья, а наоборот, воспитывали у учащихся культуру здоровья, формировала потребность в здоровом образе жизни. ФГОС нового поколения впервые определяют такую составляющую, как здоровье, в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья - в качестве приоритетного направления деятельности.

Современный подход к здоровью определяет его с системных и индивидуальных позиций, предполагает доминирующую роль психолого-педагогического направления его обеспечения. Доминирующим способом обеспечения здоровья становятся собственные усилия человека по его сохранению и укреплению. Поэтому среди многообразия терминов, характеризующих обеспечение здоровья человека в системе образования, наиболее адекватным является термин *здоровьесозидающее образование*.

При построении здоровьесозидающей образовательной среды чаще всего решаются три взаимосвязанные *задачи*:

- построение внутренней среды, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность его участников (внедрение здоровьесозидающих образовательных технологий и научно обоснованного учебного режима, обеспечение двигательной активности, оздоровительной инфраструктуры, здорового питания т.п.);
- повышение культуры здоровья участников образовательного процесса (педагогов, учащихся, специалистов), их готовности к здоровому образу жизни;
- создание условий для коррекции нарушений здоровья, реабилитации и оздоровления ослабленных учащихся (разработка индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных и групповых оздоровительных программ, неспецифическая первичная профилактика социально обусловленных заболеваний и т.п.).

Отличие здоровьесозидающей (саногенной -«несущий здоровье» (*sanos* - оздоровление; *genos* - несущий)) образовательной среды от здоровьесберегающей состоит в следующем: *здоровьесберегающая образовательная среда* обеспечивает сохранение у субъектов педагогического процесса наличного потенциала здоровья, в то время как здоровьесозидающая образовательная среда обеспечивает у субъектов педагогического процесса одновременное развитие бинарных способностей: к акмедвижению и самосохранению, к автономии и сотрудничеству на основе умений планирования и формирования четкого образа желаемого результата, имеющего отношение к возможности управления собственным здоровьем как ресурсом.

Таким образом, здоровьесозидающая образовательная среда объединяет в себе все виды ценностно-смысловых ориентаций и является в отличие от здоровьесберегающей образовательной среды полифункциональной, целостной, гуманистической, открытой, синергетической (в ней присутствует тенденция к самоорганизации здорового образа жизни), социально-психолого-педагогической системой, формирующей здоровую личность выпускника образовательного учреждения и обеспечивающей наращивание его здоровья посредством формирования установок на активизацию внутриличностных ресурсов.

Педагогическим коллективом МБУДО «Кировский ЦИТ» накоплен значительный опыт применения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

Педагогами широко используются игровые моменты во время проведения занятий, обязательным условием являются мероприятия по профилактике утомления, нарушения осанки, зрения (физкультминутки, гимнастика для глаз).

На занятиях, прежде всего, создаются условия для здорового развития детей: соблюдаются физиологические основы учебно-воспитательного режима, учитывается

время трудоспособности, утомляемость, учебная нагрузка; формируются знания о здоровом образе жизни.

Таким образом, в МБУДО «Кировский ЦИТ» формируется здоровьесозидающая образовательная среда.

1. Цель и задачи программы

Цель программы – развитие здоровьесозидающей образовательной среды МБУДО «Кировский ЦИТ».

Задачи программы

- построение внутренней среды, обеспечивающей здоровьесозидающий характер образовательного процесса и безопасность его участников (внедрение здоровьесозидающих образовательных технологий и научно обоснованного учебного режима, обеспечение двигательной активности, оздоровительной инфраструктуры и т.п.);
- повышение культуры здоровья участников образовательного процесса, их готовности к здоровому образу жизни.

2. Основные направления реализации программы

Направления (подпроекты)	Краткое содержание
1. Здоровое и безопасное образовательное пространство МБУДО «Кировский ЦИТ»	Обеспечение соответствия инфраструктуры, оборудования санитарно-гигиеническим требованиям: 1. Составление расписания занятий с учетом санитарных норм. 2. Организация рабочего места: <ul style="list-style-type: none">○ требования к оборудованию (систематическое проведение технического осмотра помещений ЦИТ, замеров уровня электромагнитных полей и освещенности рабочих мест);○ требования к мебели (высота стола, стула). 3. Продолжительность работы за компьютером. 4. Соблюдение норм перерывов, режима проветривания помещений. 5. Гимнастика во время проведения занятий и на переменах (в том числе гимнастика для глаз).
2. Физическая культура	На базе ЛОЛ «Эрудит» - систематические занятия в ФОК, посещения бассейна, прогулки и игры на свежем воздухе, творческие мероприятия и конкурсы, посвященные формированию знаний и потребности в ЗОЖ.

Направления (подпроекты)	Краткое содержание
3. Культура здоровья обучающихся	<ol style="list-style-type: none"> 1. Содержание образовательных программ (Например, программа «Я – исследователь!», часть 2, вариант выбора содержательной части «Расту здоровым»). 2. Беседы о ЗОЖ, о соблюдении норм работы за компьютером в учебных заведениях и дома. 3. Викторины, конкурсы, КВНЫ на тематику ЗОЖ. 4. Участие в конкурсах творческих проектов на темы ЗОЖ и санитарных норм работы за компьютером. <ul style="list-style-type: none"> ○ «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»; ○ «Мы выбираем». 5. На базе ЛОЛ «Эрудит» беседы <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>с врачом-гигиенистом</i> – о правилах личной гигиены, о здоровом питании, первой помощи при травмах, о вредных привычках ○ <i>с врачом-инфекционистом</i> – о безопасном поведении в весенне-летний период на природе (профилактика клещевого энцефалита и других заболеваний, переносимых насекомыми).
4. Сопровождение обучающихся с особыми потребностями в здоровьесбережении	Индивидуальные образовательные программы для детей с ограниченными возможностями здоровья
5. Здоровый ребенок в здоровой семье	Обеспечение разных организационных форм просвещения родителей по вопросам «Компьютер и здоровье ребенка»

3. Мероприятия, направленные на решение задач Программы

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
Здоровое и безопасное образовательное пространство МБУДО «Кировский ЦИТ»			
1.	Составление расписания занятий с учетом санитарных норм.	1-10 сентября 2021 года	Заместитель директор по УВР
2.	Организация рабочего места обучающихся с учетом требований к оборудованию и требований к мебели (высота стола, стула).	Август – сентябрь 2021 г	Директор

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки проведения	Ответственные
3.	Соблюдение требований <ul style="list-style-type: none"> ○ К продолжительности работы за компьютером. ○ К соблюдению норм перерывов, режима проветривания помещений. ○ К выполнению гимнастики во время проведения занятий и на переменах (в том числе гимнастика для глаз). 	Сентябрь 2021 г.– июнь 2022 г.	Педагоги, контроль – директор, заместитель директора по УВР
Физическая культура			
4.	На базе ЛОЛ «Эрудит» - ежедневные занятия в ФОК; посещения бассейна, прогулки и игры на свежем воздухе	Июнь 2022 г	Начальник ЛОЛ «Эрудит», воспитатели
Культура здоровья обучающихся			
5.	Выбор содержания образовательных программ (Например, программа «Я – исследователь!», часть 2, вариант выбора содержательной части «Расту здоровым!»).	Сентябрь 2021 г.	Педагоги
6.	Беседы о ЗОЖ, о соблюдении норм работы за компьютером в учебных заведениях и дома.	Сентябрь 2021 – май 2022 г.	Педагоги
7.	Викторины, конкурсы, КВНЫ на тематику ЗОЖ.	Сентябрь 2021 – май 2022 г.	Педагоги, методисты
8.	Участие в конкурсах творческих проектов на темы ЗОЖ и санитарных норм работы за компьютером. <ul style="list-style-type: none"> ○ «Спорт – альтернатива пагубным привычкам»; ○ «Мы выбираем» 	Сентябрь 2021 – май 2022 г.	Педагоги, методисты
Сопровождение обучающихся с особыми потребностями в здоровьесбережении (при наличии заявок на обучение детей с ОВЗ)			
9.	Разработка индивидуальных образовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья	Август – сентябрь 2021г.	Педагоги, методисты, заместитель директора по УВР
10.	Реализация индивидуальных образовательных программ для детей с ограниченными возможностями здоровья	Сентябрь 2021 – май 2022 г.	Педагоги
Здоровый ребенок в здоровой семье			
11.	Подготовка и организация разных форм просвещения родителей по вопросам «Компьютер и здоровье ребенка»	Сентябрь 2021 – май 2022 г.	Педагоги, методисты

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

1. <http://nsportal.ru/shkola/obshchepedagogicheskie-tehnologii/library/statya-formirovanie-zdorovesozidayushchey-sredy-v>
2. МОДЕЛИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСОЗИДАЮЩЕЙ (САНОГЕННОЙ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ (Маджуга А.Г., Хакутдинова С.Р.) - <http://www.science-education.ru/105-7191>
3. ПРОГРАММА «ЗДОРОВЬЕСОЗИДАЮЩАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ СРЕДА - ЗАЛОГ КАЧЕСТВЕННОГО И ДОСТУПНОГО ОБРАЗОВАНИЯ», Отдел образования администрации Кронштадтского района Санкт-Петербурга Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного педагогического профессионального образования центр повышения квалификации специалистов Кронштадтского района Санкт-Петербурга «Информационно - методический Центр», СПб, 2011 г.