



## **Актуальность**

Здоровье подрастающего поколения – важный показатель качества жизни общества и государства. В.А. Сухомлинский справедливо указал: «Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От здоровья и жизнедеятельности детей зависит их духовная жизнь, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Поэтому одной из стратегических целей государственной политики является создание условий, ориентирующих детей и подростков на здоровый образ жизни.

Вопросы сохранения, укрепления здоровья детей, формирования здорового образа жизни регламентируются Федеральным законом «Об образовании в РФ» (ст. 41, ст. 28 п. 62).

В целях совершенствования работы МБОУ ДО «ДТДМ» г.Смоленска в данном направлении была разработана комплексно-целевая программа «Здоровье».

Программа «Здоровье» направлена на создание здоровьесберегающей среды, т.е. совокупности условий, в которых обучающиеся могут развивать свои индивидуальные способности, реализовывать возможности самоопределения и самовыражения с учетом реального состояния здоровья и необходимости его дальнейшего укрепления.

Программа является комплексной, т.к. она предусматривает деятельность всех участников образовательного процесса: администрации, педагогов, обучающихся, родителей, технического персонала.

**Срок реализации программы – 5 лет (сентябрь 2021- сентябрь 2026).**

**Цель:** обеспечение и сохранение здоровья обучающихся через соблюдение и выполнение санитарных норм, культивирование здорового образа жизни, проведение профилактики заболеваемости.

**Задачи** программа:

– сохранять, поддерживать, укреплять тот уровень здоровья, с которым ребенок приходит в ДТДМ;

- воспитывать у обучающихся ценностное отношение к собственному здоровью, обучать их основам здорового образа жизни;
- способствовать созданию комфортного микроклимата в ДТДМ;
- развивать формы досуга, способствующие ведению здорового образа жизни.

***Факторы*** здорового образа жизни:

- высокая двигательная активность;
- благоприятный психоэмоциональный климат;
- повышение защитных свойств организма;
- отказ от вредных привычек;
- организация быта и досуга.

***Принципы*** здоровьесориентированной образовательной деятельности:

- сохранение здоровья;
- укрепление здоровья;
- формирование здорового образа жизни.

Содержание программы сформировано с учетом факторов здорового образа жизни и вышеназванных задач и включает в себя следующие основные направления деятельности.

***Направления*** деятельности:

- охрана труда и здоровья участников образовательного процесса;
- рациональная организация образовательного процесса;
- пропаганда здорового образа жизни;
- создание комфортного микроклимата;
- организация отдыха обучающихся в период летних каникул.

Механизм реализации программы предусматривает использование в ходе занятий и внеучебной деятельности следующих здоровьесберегающих технологий:

- комплекс физкультминуток и динамических пауз;
- комплекс дыхательной гимнастики;

- комплекс пальчиковой гимнастики;
- комплекс гимнастики для глаз;
- ритмопластика;
- подвижные игры;
- релаксация;
- бодрящая гимнастика;
- арттерапия;
- технология музыкального воздействия;
- цветотерапия;
- артикуляционная гимнастика;
- игротренинги и игротерапия;
- личный пример педагога;
- эмоциональная разрядка на занятии (шутки, улыбки, музыкальные минутки и т.п.);
- наличие мотивации деятельности обучающихся на занятии (оценка, похвала, поддержка, радость от активности, интерес к изучаемому материалу);
- чередование видов деятельности;
- технологии Монтессори.

Данные технологии должны удовлетворять принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н.К. Смирнов:

- *«Не навреди!»* - все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью обучающегося и преподавателя.
- *Непрерывность и преемственность* – работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом учебном занятии;
- *Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям обучающихся* – объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту обучающихся;

- *Успех порождает успех* – акцент делается только на хорошее: в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.
- *Активность* – активное включение в 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, навыки по сохранности здоровья.

***Ожидаемые результаты.***

1. Формирование валеологической образовательной среды.
2. Создание системы работы по здоровьесбережению.
3. Разумное использование учебной нагрузки.
4. Овладение педагогами здоровьесберегающими технологиями.
5. Положительные результаты анкетирования педагогов, детей и их родителей по вопросам удовлетворенностью образовательным процессом.



УТВЕРЖДАЮ  
и.о. директора МБУ ДО «ДТДМ»  
А.А. Чванькин

**План мероприятий  
комплексно-целевой программы «Здоровье»**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Ответственные
Для педагогов			
1	Диспансеризация сотрудников	Ноябрь	администрация
2	Инструктажи сотрудников ДТДМ по охране труда, пожарной безопасности, антитеррористической деятельности	Сентябрь, декабрь	администрация
3	Включение вопросов валеологической направленности в ДООП	Август, сентябрь	ПДО
4	Проверка наличия справок о состоянии здоровья при зачислении в объединения физкультурно-спортивной, туристско-краеведческой направленности	Сентябрь	ПДО
5	Контроль правильного использования ТСО	В течение года	администрация
6	Контроль питьевого режима	В течение года	администрация
7	Контроль качества и эстетики наглядных пособий, дидактического материала	В течение года	Зав.отделами
8	Уход за растениями в помещениях для занятий, фойе, коридорах зданий	В течение года	Завхоз, ПДО
9	Благоустройство территории	В течение года	Завхоз, ПДО
10	Диагностические исследования «Удовлетворенность образовательным процессом в ДТДМ педагогических кадров, родителей и обучающихся»	Апрель	Аналитическая группа
Для обучающихся			
1	Инструктажи обучающихся по правилам дорожного движения, охране труда, противопожарной безопасности,	В течение года	ПДО

	антитеррористической деятельности		
2	Туристско-краеведческие сборы на т/б «Рибшево»: - «Дары осени» - «Осенние» - «Сказки зимнего леса» - «Штурм зимней крепости» - «Весенние» - «Вахта памяти» - «Летние»	Сентябрь Ноябрь Декабрь Февраль Март Май Июнь	Центр этнографии, краеведения и естественнонаучной деятельности (ЦЭКиЕД)
3	Фольклорно-этнографические праздники «Золотая осень», «Масленица» на природе	Октябрь Февраль	ЦЭКиЕД
4	Конкурсная программа «Осенняя трапеза»	Октябрь	ЦЭКиЕД
5	Оздоровительная программа «Полоса туристической техники»	Октябрь Ноябрь Июнь	ЦЭКиЕД
6	Учебно-тренировочные походы	В течение года	ЦЭКиЕД
7	Городской конкурс плакатов «Мы за ЗОЖ»	Ноябрь	ЦЭКиЕД
8	Конкурс видеороликов «Я люблю тебя, жизнь!»	Февраль	ЦЭКиЕД
9	Участие в национальной премии в области культуры и искусства «Будущее России»	Ноябрь	Отдел художественного воспитания
10	Фестиваль-конкурс по бальному танцу «Первый»	Апрель	Отдел художественного воспитания
11	Соревнования по танцевальному спорту «Весна»	Май	Отдел художественного воспитания
12	Интерактивное занятие «Здоровое дыхание»	Ноябрь	Организационно-массовый отдел
13	Интерактивное занятие «Красивая осанка – залог здоровья»	Январь	Организационно-массовый отдел

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 149573922187837288311503629658482451098261240708

Владелец Дмитриев Максим Вячеславович

Действителен с 17.10.2025 по 17.10.2026