

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
Детский экологический центр «Родник»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2019 г.

Утверждаю:
Директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
_____ Киселева А.В.
«28» августа 2019 г.

Программа муниципального образовательного учреждения дополнительного
образования детского экологического центра «Родник»
«Здоровье»

Авторы-составители:
Хромова Н.В., педагог-психолог

Ярославль, 2019

Паспорт программы «Здоровье» на период 2019-2022 гг.

Наименование программы	Программа муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детского экологического центра «Родник» «Здоровье»
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> • Закон РФ «Об образовании»; • ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 г. № 323 • СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных учреждениях» от 03.10.2014 • Приказ Министерства образования и науки РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»
Сроки и этапы реализации программы	<p>Период реализации с 2019 по 2022 гг.:</p> <p>I этап - 2019-2020гг. – организационно-мотивационный.</p> <p>II этап - 2020-2021гг. – этап реализации</p> <p>III этап – 2021-2022 гг. – итогово-аналитический.</p>
Цель программы	Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала учреждения, включающего компоненты – здоровьесберегающие потенциал здоровьесберегающей среды, здоровьесберегающие потенциал педагогов, здоровьесберегающие потенциал обучающихся и семьи.
Основные задачи	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечить организационно-педагогические, социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве МОУ ДО ДЭЦ «Родник». 2. Развивать способность педагогов качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме. 3. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и МОУ ДО ДЭЦ «Родник», развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся.

Предполагаемые результаты	<p>1. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения, развитие и укрепление позиций здоровьесберегающей среды;</p> <p>2. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов, использование в обучении современных здоровьесберегающих технологий, устранение факторов риска в образовательном процессе, повышение профессиональной компетенции педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и собственного здоровья;</p> <p>3. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся и их семей, повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения у обучающихся и родителей, повышение мотивации к здоровому образу жизни.</p>
Разработчики программы	Хромова Н.В., педагог-психолог МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
Руководитель программы	Киселева А.В., директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
Постановление об утверждении программы	Решение Педагогического совета МОУ ДО ДЭЦ «Родник» Протокол № 1 от «28» <u>августа</u> 2019 г.
Исполнители программы	Администрация, педагоги, обучающиеся и родители
Орган, осуществляющий контроль выполнения программы	Администрация

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка.....	4
Содержание	11
План мероприятий подпрограммы «Здоровьесберегающая среда».....	12
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровьесберегающая среда».....	15
План мероприятий подпрограммы «Здоровье педагогов».....	17
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье педагогов».....	18
План мероприятий подпрограммы «Здоровье обучающихся».....	18
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье обучающихся».....	19
Список литературы	22
Приложение. Матрица результатов мониторинга по программе «Здоровье».....	23

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы. Здоровье – величайшая социальная ценность и основное условие для выполнения человеком его биологических и социальных функций, фундамент самореализации личности. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, не сводящееся к отсутствию болезни; это такое состояние организма человека, когда функции всех его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения» [19].

Одним из основных принципов государственной политики в области образования детей и подростков в настоящее время является обеспечение приоритета сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, его полноценного физического, психического и интеллектуального развития [2].

В учреждении дополнительного образования детей (далее – ДОД) всегда уделялось значительное внимание сохранению здоровья всех участников образовательного процесса, а именно: обучающихся, родителей и педагогов. Однако ухудшение экологической обстановки, высокий уровень психолого-педагогических и медицинских проблем, повышенные физические и психические нагрузки, связанные с усвоением большого объема учебного материала, овладением новыми видами и формами деятельности, делает здоровьесбережение особенно актуальным [8].

Установка на здоровье (а, соответственно, на здоровый образ жизни) не появляется у обучающегося сама собой, а формируется в результате определённого воздействия путем использования различных технологических здоровьеразвивающих подходов, в том числе и вариативно-модульного подхода к проектированию здоровьесберегающих программ [18].

Современная ситуация в учреждении ДОД требует комплексного подхода к решению данной социальной проблемы. В связи с этим актуальными становятся вопросы определения тех факторов, которые влияют на рост физической подготовленности и снижения заболеваемости обучающихся, формирования мотивации к здоровому образу жизни [16].

В «Концепции развития дополнительного образования детей» (утв. распоряжением Правительства от 04.09.2014 № 1726-р) сказано, что «на базе учреждений дополнительного образования детей необходимо создание комплексной инфраструктуры современного детства, удовлетворяющей общественным потребностям в воспитании,

образовании, физическом развитии, и оздоровлении детей с учетом различных факторов».
[18].

В связи с этим необходимо создание среды, направленной на сохранение *здоровья* педагогов и обучающихся, которое включает следующие *компоненты*:

- *Физический компонент*: отражает уровень работы организма, его органов и систем, уровень их возможностей (группа здоровья) отсутствие физических дефектов, заболеваний (для спортивных и танцевальных коллективов), утомляемость, работоспособность в процессе занятия;
- *Интеллектуальный компонент*: то, как человек усваивает информацию, использует ее (умственные действия – технологический критерий мониторинга);
- *Социальный компонент*: общение со сверстниками, родителями, педагогами; осознание себя в качестве субъекта мужского или женского пола;
- *Духовно-нравственный компонент*: отражает суть человеческого бытия (доброта, правдивость, справедливость, милосердие);
- *Психологический компонент*: телесный (ощущение физического комфорта или дискомфорта); эмоциональный (умение понимать и выражать свои эмоции, чувства); когнитивный (знания человека о своем здоровье, о его роли в жизни, знание основных факторов, укрепляющих и повреждающих здоровье); мотивационный или поведенческий (актуализация деятельности человека по сохранению здоровья); личностный (самореализация, проявление способностей) [20].

Факторы, влияющие на развитие и укрепление компонентов здоровья, образуют здоровьесберегающую среду учреждения ДОД [5,6,7,11,13,14,17] (табл. 1).

таблица 1

Факторы здоровьесберегающей среды учреждения ДОД

Санитарно-гигиенические и бытовые факторы: расположение здания учреждения, участок образовательного учреждения, оборудование подсобных помещений, водоснабжение и канализация, учебные кабинеты, площадь, оснащенность, воздушно-тепловой режим, освещенность мест занятий, санитарное состояние, учебная нагрузка
Патогенное воздействие окружающей среды
Риск оказаться жертвой различных дорожно-транспортных происшествий, терактов, стать заложником и т.д.
Медико-гигиенические факторы
Макросоциальные факторы: провокации и вымогательство со стороны взрослых и сверстников, духовно-нравственное падение общества, стремление к материальным ценностям, примитивный характер общения, подмена живого общения виртуальным
Видеоэкранные средства, СМИ, мобильные телефоны, искусственно насаждаемый стиль поведения,

огромный поток информации, перегрузка памяти, повышение уровня тревожности, депрессии
Возрастающая учебная нагрузка, стрессовая тактика педагогических воздействий
Несоответствие методов и приемов обучения возрастным и функциональным возможностям детей и подростков
Повышение интенсивности учебного процесса
Педагогический стиль, педагогический такт, педагогическое мастерство
Гигиеническая рациональность занятия: плотность занятия, число видов учебной деятельности, продолжительность различных видов деятельности, частота чередования различных видов учебной деятельности, чередование видов обучения, наличие эмоциональных разрядок, место и длительность применения ТСО, чередование позы, физкультминутки
Психологическая комфортность обучения
Переутомление обучающихся, устойчивость интереса к изучаемому материалу и процессу обучения
Психическая напряженность обучающихся
Приоритетные каналы поступления информации у обучающихся
Возможности обучающихся
Отношение к своему здоровью
Компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения

Основным показателем развития здоровьесбережения учреждения ДОД является здоровьесберегающий потенциал, который рассматривается как комплексный (интегрированный) индикатор, включающий в себя совокупность имеющихся в учреждении здоровьесберегающих возможностей (хозяйственно-бытовых, социально-психологических и социально-педагогических) с одной стороны и психофизиологических, физических, психологических здоровьесберегающих способностей и задатков обучающихся с другой.

Цель программы: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала учреждения, включающего компоненты – здоровьесберегающий потенциал здоровьесберегающей среды, здоровьесберегающий потенциал педагогов, здоровьесберегающий потенциал обучающихся и семьи.

Под актуализацией мы понимаем диагностику исходного уровня показателей (компонентов) здоровьесберегающего потенциала учреждения.

Цель реализуется:

- на уровне учреждения (подпрограмма 1);
- на уровне субъектов образовательного процесса (подпрограмма 2 и 3).

Задачи программы

- Обеспечить организационно-педагогические, социальные и материально-технические условия развития здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды;

- Создать условия для развития здоровьесберегающего потенциала педагогов, развивать способность педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме;
- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и учреждения, развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся.

В качестве *теоретико-методологической обоснования программы* использовались исследования в следующих областях научного знания:

- основы сохранения, укрепления и развития здоровья (Н.М. Амосов, И.И. Брехман, В.П. Казначеев, Ю.П. Лисицын);
- основы природосообразного обучения (Я.А. Каменский, И.Г. Песталоцци, К.Д. Ушинский, В.А. Сухомлинский);
- основы обучения по особенностям растущего и развивающегося здорового организма (С. Холл, И. Павлов, Б. Ананьев);
- педагогические аспекты обеспечения здоровья человека в системе образования (Н.А. Голиков, Г.К. Зайцев, В.В. Колбанов, Е.В. Ткаченко);
- психологические основы здоровья и здоровьесбережения (Б.С. Братусь, Е.Р. Калитеевская, А. Маслоу, Г.С. Никифоров, Г. Олпорт, К. Роджерс, К.Г. Юнг);
- проблема изучения здоровья человека, его системности, связи с окружающей средой (В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, В.Н. Ирхин, Л.И. Лубышева, А.В. Царик, Р.Х. Яруллин.);
- исследования, направленные на поиски путей и средств сохранения, сбережения здоровья обучающихся и педагогов в условиях педагогического процесса (В.Ф. Базарный, В.К. Бальсевич, В.П. Казначеев, А.И. Киколов, В.В. Колбанов, Е.А. Леванова, Л.И. Лубышева, Л.М. Митина, П.Н. Пасюков, З.И. Тюмасева);
- теоретические представления о формировании здоровья ребёнка (Е.А. Аркин, В.М. Бехтерев, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, А.А. Ухтомский);
- условия и принципы организации работы с ослабленными детьми: индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребёнку с учетом физических и психологических особенностей; постепенное повышение физических нагрузок и нарастание трудностей в выполняемых учебных заданиях (М.Н. Алиев);
- практический опыт работы по взаимодействию образовательного учреждения и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья воспитанников (Е.С. Евдокимова, Н.В. Додокина, Е.А. Кудрявцева, Л.Е. Осипова).

Принципы построения программы

- Комплексное представление о здоровье как о совокупности физического, психологического, социального, интеллектуального, духовно-нравственного здоровья;
- Системность, предполагающая анализ взаимосвязей между количественными и качественными показателями образовательного учреждения;
- Целостность – необходимое условие для полноценного анализа данных, подразумевающее всестороннее представление результатов;
- Методическое единство – неременное условие сопоставимости данных, полученных на разных этапах исследования;
- Непрерывность и преемственность в организации деятельности по здоровьесбережению [9,17].

Основные ориентиры программы

1. Развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения ДОД

- 1.1. Обеспечение оптимальных санитарно-гигиенических условий обучения в соответствии с СанПиН;
- 1.2. Обеспечение норм доступности в образовательное учреждение людям с ограниченными возможностями здоровья (инвалидам);
- 1.3. Обязательное медицинское обследование сотрудников, организация санаторно-курортного лечения;
- 1.4. Разработка системы организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;
- 1.5. Организация инновационной деятельности педагогов в контексте здоровьесбережения;
- 1.6. Психолого-педагогическое сопровождение развития здоровьесберегающей среды учреждения;
- 1.7. Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий [5,6,7].

2. Развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов УДОД

- 2.1. Профилактика профессионального выгорания педагогов;
- 2.2. Развитие мотивации положительного отношения к собственному здоровьесбережению;
- 2.3. Спортивное оздоровление педагогов;
- 2.4. Создание и укрепление здорового психологического климата в коллективе [14,17].

3. Развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся УДОД

- 3.1. Организация психолого-педагогического сопровождения учебного процесса;
- 3.2. Соблюдение здоровьесберегающих правил детьми во время занятий и др. мероприятий центра;
- 3.3. Формирование представлений о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- 3.4. Формирование опыта осуществления осознанного выбора поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- 3.5. Формирование навыков грамотного, безопасного поведения в окружающей среде и умений предотвращения несчастных случаев и заболеваний в чрезвычайных ситуациях;
- 3.6. Формирование элементарных экологических знаний, бережного отношения к миру природы и окружающему миру в целом [3,4,8,9,10,11,12,16].

Предполагаемые результаты

1. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения, развитие и укрепление позиций здоровьесберегающей среды;
2. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов, использование в обучении современных здоровьесберегающих технологий, устранение факторов риска в образовательном процессе, повышение профессиональной компетенции педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и собственного здоровья;
3. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся и их семей, повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения у обучающихся и родителей, повышение мотивации к здоровому образу жизни.

Способы организации здоровьесберегающей деятельности

- Выявление факторов риска, диагностика исходного уровня показателей (компонентов) здоровьесберегающей среды учреждения;
- Консультации, психолого-педагогическая диагностика, коррекционно-развивающая работа (по запросу), выдача заключений, рекомендаций для родителей и педагогов;
- Тренинговые занятия для педагогов, обучающихся, родителей;
- Информирование родителей и педагогов по вопросам здоровьесбережения;
- Организация учебно-воспитательного процесса с позиций здоровьесбережения; использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- Мониторинг развития здоровьесберегающего потенциала субъектов учреждения;
- Организация мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;

- Подведение итогов, предоставление, распространение опыта (методические разработки, комплекс дидактических материалов, модульные программы) [17].

Признаки здоровьесберегающих технологий

1. Условия обучения детей – отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания;
2. Рациональная организация образовательного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями;
3. Соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям обучающихся;
4. Необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим (по Сонькину В.Д.) [17].

СОДЕРЖАНИЕ

Структура программы включает три подпрограммы, обеспечивающие условия развития основных ориентиров. Каждая подпрограмма включает самостоятельные модули, направленные на реализацию пунктов основных ориентиров.

Подпрограмма 1. «Здоровьесберегающая среда учреждения» (таблица 2,3).

Цель подпрограммы 1: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) здоровьесберегающей среды учреждения

Подпрограмма 2. «Здоровье педагогов» (таблица 4, 5).

Цель подпрограммы 2: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) педагогов.

Подпрограмма 3. «Здоровье обучающихся» (таблица 6, 7).

Цель подпрограммы 3: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) обучающихся.

План мероприятий подпрограммы «Здоровьесберегающая среда учреждения»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1. Санитарно-гигиенические условия учреждения	
Обеспечить оптимальные санитарно-гигиенические условия обучения в соответствии с СанПиН 2014 года	<ul style="list-style-type: none"> • Обязательное медицинское обследование сотрудников; • Обеспечение санаторно-курортного лечения сотрудников; • Соблюдение соответствия учебных помещений требованиям СанПиН; • Гибкое моделирование образовательного пространства; • Наличие комнаты психологической разгрузки; • Наличие тренажерного зала.
Модуль 2. Доступность получения образовательных услуг всем слоям населения	
Обеспечить нормы доступности в образовательное учреждение людям с ограниченными возможностями здоровья (инвалидам)	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение потребности инвалидов в образовательной деятельности, формирование групп; • Информирование сотрудников об условиях предоставления образовательных услуг инвалидам; • Приобретение учебного оборудования и носителей информации с учетом потребностей и возможностей инвалидов, получателей образовательных услуг.
Модуль 3. Психологический климат в учреждении	

Создать благоприятный психологический климат в коллективе сотрудников и обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> • Оценка состояния психологического климата в коллективе; • Гармонизация факторов, влияющих на формирование в коллективе психологического климата; • Создание кодекса культуры взаимоотношений в коллективе; • Изучение мотиваторов профессиональной деятельности педагогов, создание карты мотиваторов развития профессиональных мотивов.
Модуль 4. Организационно-массовые мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса в учреждении	
Разработать систему организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none"> • Введение производственной гимнастики для сотрудников центра; • Проведение спортивно-массовых мероприятий, спортивных праздников; • Включение в годовой план работы экскурсий, поездок на базу отдыха; • Проведение традиционных мероприятий «Всею семьей на выходной».
Модуль 5. Инновационная деятельность в контексте здоровьесбережения.	
Организовать обучение педагогов в контексте инновационной деятельности по здоровьесбережению	<ul style="list-style-type: none"> • МО «Здоровый урок» - использование инновационных технологий по здоровьесбережению детей; • МО «Современное здоровьесберегающее занятие в системе дополнительного образования детей и подростков»; • МО «Здоровьесбережение – через всю жизнь» – педагогический марафон (обмен опытом по использованию здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе).
Организовать психолого-педагогическое сопровождение использования в образовательном процессе	Изучение условий обучения детей: отсутствие-присутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения; рациональность организации образовательного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями; соответствие учебной и физической нагрузки

здоровьесберегающих технологий	возрастным возможностям обучающихся; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.
--------------------------------	--

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровьесберегающая среда учреждения»

Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие, характеристика уровня данного показателя	Метод
Здоровьесберегающий потенциал здоровьесберегающей среды учреждения;	санитарно-гигиенические условия обучения	Характеристика уровня (плохие, нормальные, оптимальные)	Анкетирование «Удовлетворенность санитарно-гигиеническими условиями»
	медицинское обследование сотрудников; организация санаторно-курортного лечения; наличие листков нетрудоспособности педагогов; количество детей, не посещающих занятия по болезни.	в % от общего числа сотрудников	изучение медицинских книжек
	система организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации: отчетов, справок, управленческого и методического мониторинга; опрос, анкетирование «Удовлетворенность массовыми мероприятиями»; наличие программ.
	инновационная деятельность педагогов в контексте здоровьесбережения	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации: отчетов, справок, управленческого и методического мониторинга, опрос, анкетирование «Отношение педагогов к инновационной деятельности»; посещение и анализ занятий, воспитательных мероприятий
	психолого-педагогическое сопровождение развития здоровьесберегающей среды учреждения	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации психолога

	использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий	наличие – отсутствие; степень выраженности в%	Анкетирование, «Как вы используете здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе», тестирование «Особенности здоровьесберегающих технологий», посещение и анализ занятий
	рациональность организации образовательного процесса	наличие – отсутствие; степень выраженности в%	посещение и анализ занятий, изучение программного обеспечения
	система профилактики детского травматизма, несчастных случаев.	наличие – отсутствие; степень выраженности	изучение документации, наличие программ, дидактического материала по профилактике детского травматизма
	факторы риска в образовательном процессе	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	посещение и анализ занятий, карта системного анализа и оценки здоровьесберегающего занятия»
	профессиональная компетенция педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и педагогов	характеристика уровня данного показателя (высокий, средний, низкий)	Тестирование «Здоровьесберегающие компетенции педагогов»; прохождение курсов; план самообразования; анализ индивидуальной информационной карты педагога дополнительного образования.

План мероприятий подпрограммы «Здоровье педагогов»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1.Профилактика профессионального выгорания	
Организовать мероприятия по профилактике профессионального выгорания педагогов центра	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение тренинга по профилактике профессионального выгорания; • Организация традиционного дня здоровья; • Проведение тренинга по развитию положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья; • Проведение тренингов по созданию благоприятного климата в коллективе.
Модуль 2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогов	
Организовать физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогов	<ul style="list-style-type: none"> • «Будь здоров, педагог!» (комплекс мероприятий по поддержанию и укреплению здоровья педагогических работников); • Активный отдых: физкультура и спорт (программы выходного дня для детей и взрослых).

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье педагогов»

Задача	Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие	Метод
Профилактика эмоционального выгорания	Эмоциональное выгорание	<ul style="list-style-type: none"> • Утомляемость; • Психосоматические осложнения; • Негативные установки по отношению к обучающимся, коллегам, к своей работе; • Пренебрежение исполнением своих обязанностей, усиление пассивности; • Заниженная самооценка, усиление агрессивности; • Чувство вины. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Методика «Диагностика эмоционального выгорания» В. В. Бойко
Организация активного физкультурно-оздоровительного отдыха для педагогов и их семей	Комплекс мероприятий по сохранению и укреплению здоровья педагогов	<ul style="list-style-type: none"> • День физкультурника; • Поездки с целью оздоровления: в парки активного отдыха, сосновый бор, по р.Волге на теплоходе и т.д.; • тренинги по профилактике профессионального выгорания 	Количество участников Удовлетворенность мероприятием в %	Статистический анализ Анкета удовлетворенности мероприятием

План мероприятий подпрограммы «Здоровье обучающихся»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1. Обеспечение безопасности жизнедеятельности	
Организовать подготовку обучающихся по обеспечению безопасности жизнедеятельности	Организация образовательной деятельности по курсовой подготовке: <ul style="list-style-type: none"> • «Азбука безопасности»; • «Умелый пешеход»; • «Экология и мы»; • «Я в обществе».
Модуль 2. Здоровый образ жизни	
Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • «Я – здоровый человек»; • «Мир без наркотиков и ПАВ»; • «Территория заблуждений»
Модуль 3. Экология здоровья	
Экология здоровья	<ul style="list-style-type: none"> • «Этикет здорового образа жизни: в мире человеческих правил»; • «Общение, тренинг, досуг: развитие навыков конструктивного поведения и общения у обучающихся»; • «Снятие эмоционального напряжения»; • «Экологическая культура и здоровый образ жизни».
Модуль 4. Просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Возрождение «Семейного клуба».

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье обучающихся»

Цель мониторинга: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) обучающихся;

Задача	Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие	Метод
Подготовка к ОБЖ	Навыки безопасного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Имеют представления об опасных и вредных факторах, чрезвычайных ситуациях, формирование навыков здоровьесберегающего поведения; • Демонстрируют осознанное поведение в дорожно-транспортных ситуациях; • Осознают ответственность за состояние окружающей среды, знают как вести себя в окружающей среде; • Знают как вести себя в случае провокации (алкогольной, криминальной и т.д.) со стороны сверстников и взрослых. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Тестирование
Экология здоровья	формирование ценности здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Знают правила здорового образа жизни; • Сформированы навыки конструктивного поведения и общения у подростков; • Сформированы навыки снятия эмоционального напряжения; • Владеют основами экологической культуры и здорового образа жизни. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Наблюдение Тестирование
Пропаганда ЗОЖ	Навыки здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Сформированы навыки управления чувствами; • Владеют объективной информацией о психоактивных веществах; • Сформирован положительный «образ — Я»; • Сформированы навыки самоуважения; 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Наблюдение Тестирование

		<ul style="list-style-type: none"> • Сформированы навыки анализа чувств и преодоления стресса; • Имеют навыки конструктивного общения; • Имеют навыки постановки цели и решения проблем. 		
Просвещение родителей	Компетентность в вопросах здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Профилактика простудных заболеваний; • Профилактика употребления ПАВ; • Развитие навыков культуры здоровья. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Федеральный закон от 24.07.98 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 20 июля 2000 г.)
4. Федеральный закон № 38-ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»
5. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02 //Официальные документы в образовании. – 2003. – № 3. – С. 18-59.
6. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы, СанПиН 2.2.2/2.4.1240-03// Официальные документы в образовании. – 2003. – № 25. – С. 74-93.
7. О введении в действие санитарно-эпидемических правил и норм СанПиН 2.4.2.117802 (постановление Минздрава России от 05.12.2002 № 3997) // Вестник образования России. – 2003. – № 16. – С. 21-33.
8. О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации. Приказ МЗ и МО // Официальные документы в образовании. – 2002. – № 20. – С. 3-6.
9. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 31.05.2002 № 176/2017 «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» // Официальные документы в образовании. – 2002. – № 20. – С. 20-24.
10. Рекомендательное письмо от 12.07.2000 № 22-06-788 «О создании безопасных условий жизнедеятельности обучающихся в образовательных учреждениях» // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 23. – С. 10-12
11. Санитарные правила «Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений» // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 9. – С. 3-5.
12. О предупреждении (недопущении) чрезвычайных происшествий среди обучающихся в общеобразовательных учреждениях, письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 12. – С. 88-89.

13. О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения (с приложением), письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 12. – С. 63-69.
14. О мероприятиях по развитию службы практической психологии в системе Министерстве образования Российской Федерации в 2000-2001 гг., письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. - № 19. – С. 33-36
15. О недопустимости перегрузок обучающихся начальной школы //Официальные документы в образовании. – 1999. – № 5. – С. 39-43.
16. «Об улучшении работы органов управления образованием и образовательных учреждений по предупреждению детского дорожного травматизма» // Официальные документы в образовании. – 1996. - № 24.
17. Методические рекомендации по проведению гимнастики доучебных занятий и физкультурных минут на уроках / Сборник Приказов и инструкций МП РСФСР. – 1983. - № 32. – С. 10-24.
18. Цабыбин С.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Текст] / С.А. Цабыбин – Волгоград, изд-во «Учитель», 2009 – 172 с.
19. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<https://docviewer.yandex.ru/?url=http%3A%2F%2Fwww.firo.ru%2Fwp-content%2Fuploads%2F2015%2F06%2FPlan.pdf&name=Plan.pdf&lang=ru&c=56cf01806801>
20. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.who.int/ru/>
21. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<http://www.e-reading.club/book.php?book=1009715>

Матрица динамики развития здоровьесберегающего потенциала учреждения

Критери и	Динамика развития здоровьесберегающ здоровьесберегающей среды учр
--------------	--

	Степень, уровень выраженности п						
	1	2	3	4	5	6	7
	санитарно-гигиенические условия обучения	медицинское обследование сотрудников, организация санаторно-курортного лечения;	система организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;	инновационная деятельность педагогов в контексте здоровьесбережения	использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий	рациональность организации образовательного процесса	система профилактики детского психолого-педагогического сопровождение развития здоровьесберегающей среды
Исходный уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года)							
Итоговый уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года);							
Прирост показателя за год							
Динамика развития здоровьесберегающего потенциала педагогов	Эмоциональное выгорание		Удовлетворенность физкультурно-оздоровительным отдыхом по сохранению и укреплению здоровья		Динамика развития здоровьесберегающего потенциала обучающихся		Сформированность навыков безопасного поведения
Исходный уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года)							
Итоговый уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года);							

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
Детский экологический центр «Родник»

Принята на заседании
Педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2019 г.

Утверждаю:
Директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
_____ Киселева А.В.
«28» августа 2019 г.

Программа муниципального образовательного учреждения дополнительного
образования детского экологического центра «Родник»
«Здоровье»

Авторы-составители:
Хромова Н.В., педагог-психолог

Ярославль, 2019

Паспорт программы «Здоровье» на период 2019-2022 гг.

Наименование программы	Программа муниципального образовательного учреждения дополнительного образования детского экологического центра «Родник» «Здоровье»
Основания для разработки программы	<ul style="list-style-type: none"> • Закон РФ «Об образовании»; • ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 г. № 323 • СанПиН «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных учреждениях» от 03.10.2014 • Приказ Министерства образования и науки РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»
Сроки и этапы реализации программы	<p>Период реализации с 2019 по 2022 гг.:</p> <p>I этап - 2019-2020гг. – организационно-мотивационный.</p> <p>II этап - 2020-2021гг. – этап реализации</p> <p>III этап – 2021-2022 гг. – итогово-аналитический.</p>
Цель программы	Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала учреждения, включающего компоненты – здоровьесберегающие потенциал здоровьесберегающей среды, здоровьесберегающие потенциал педагогов, здоровьесберегающие потенциал обучающихся и семьи.
Основные задачи	<p>4. Обеспечить организационно-педагогические, социальные и материально-технические условия для оптимального психофизического развития детей, эмоционального благополучия, повышения их познавательной активности, функциональных и адаптивных возможностей в инновационном здоровьесберегающем пространстве МОУ ДО ДЭЦ «Родник».</p> <p>5. Развивать способность педагогов качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме.</p> <p>6. Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и МОУ ДО ДЭЦ «Родник», развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся.</p>

Предполагаемые результаты	<p>1. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения, развитие и укрепление позиций здоровьесберегающей среды;</p> <p>2. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов, использование в обучении современных здоровьесберегающих технологий, устранение факторов риска в образовательном процессе, повышение профессиональной компетенции педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и собственного здоровья;</p> <p>3. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся и их семей, повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения у обучающихся и родителей, повышение мотивации к здоровому образу жизни.</p>
Разработчики программы	Хромова Н.В., педагог-психолог МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
Руководитель программы	Киселева А.В., директор МОУ ДО ДЭЦ «Родник»
Постановление об утверждении программы	Решение Педагогического совета МОУ ДО ДЭЦ «Родник» Протокол № 1 от «28» <u>августа</u> 2019 г.
Исполнители программы	Администрация, педагоги, обучающиеся и родители
Орган, осуществляющий контроль выполнения программы	Администрация

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка.....	5
Содержание	12
План мероприятий подпрограммы «Здоровьесберегающая среда».....	13
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровьесберегающая среда».....	15
План мероприятий подпрограммы «Здоровье педагогов».....	17
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье педагогов».....	18
План мероприятий подпрограммы «Здоровье обучающихся».....	18
Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье обучающихся».....	19
Список литературы	20
Приложение. Матрица результатов мониторинга по программе «Здоровье».....	23

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы. Здоровье – величайшая социальная ценность и основное условие для выполнения человеком его биологических и социальных функций, фундамент самореализации личности. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения, «здоровье – это состояние физического, духовного и социального благополучия, не сводящееся к отсутствию болезни; это такое состояние организма человека, когда функции всех его органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения» [19].

Одним из основных принципов государственной политики в области образования детей и подростков в настоящее время является обеспечение приоритета сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, его полноценного физического, психического и интеллектуального развития [2].

В учреждении дополнительного образования детей (далее – ДОД) всегда уделялось значительное внимание сохранению здоровья всех участников образовательного процесса, а именно: обучающихся, родителей и педагогов. Однако ухудшение экологической обстановки, высокий уровень психолого-педагогических и медицинских проблем, повышенные физические и психические нагрузки, связанные с усвоением большого объема учебного материала, овладением новыми видами и формами деятельности, делает здоровьесбережение особенно актуальным [8].

Установка на здоровье (а, соответственно, на здоровый образ жизни) не появляется у обучающегося сама собой, а формируется в результате определённого воздействия путем использования различных технологических здоровьеразвивающих подходов, в том числе и вариативно-модульного подхода к проектированию здоровьесберегающих программ [18].

Современная ситуация в учреждении ДОД требует комплексного подхода к решению данной социальной проблемы. В связи с этим актуальными становятся вопросы определения тех факторов, которые влияют на рост физической подготовленности и снижения заболеваемости обучающихся, формирования мотивации к здоровому образу жизни [16].

В «Концепции развития дополнительного образования детей» (утв. распоряжением Правительства от 04.09.2014 № 1726-р) сказано, что «на базе учреждений дополнительного образования детей необходимо создание комплексной инфраструктуры современного детства, удовлетворяющей общественным потребностям в воспитании,

образовании, физическом развитии, и оздоровлении детей с учетом различных факторов».
[18].

В связи с этим необходимо создание среды, направленной на сохранение **здоровья** педагогов и обучающихся, которое включает следующие **компоненты**:

- *Физический компонент*: отражает уровень работы организма, его органов и систем, уровень их возможностей (группа здоровья) отсутствие физических дефектов, заболеваний (для спортивных и танцевальных коллективов), утомляемость, работоспособность в процессе занятия;
- *Интеллектуальный компонент*: то, как человек усваивает информацию, использует ее (умственные действия – технологический критерий мониторинга);
- *Социальный компонент*: общение со сверстниками, родителями, педагогами; осознание себя в качестве субъекта мужского или женского пола;
- *Духовно-нравственный компонент*: отражает суть человеческого бытия (доброта, правдивость, справедливость, милосердие);
- *Психологический компонент*: телесный (ощущение физического комфорта или дискомфорта); эмоциональный (умение понимать и выражать свои эмоции, чувства); когнитивный (знания человека о своем здоровье, о его роли в жизни, знание основных факторов, укрепляющих и повреждающих здоровье); мотивационный или поведенческий (актуализация деятельности человека по сохранению здоровья); личностный (самореализация, проявление способностей) [20].

Факторы, влияющие на развитие и укрепление компонентов здоровья, образуют здоровьесберегающую среду учреждения ДОД [5,6,7,11,13,14,17] (табл. 1).

таблица 1

Факторы здоровьесберегающей среды учреждения ДОД

Санитарно-гигиенические и бытовые факторы: расположение здания учреждения, участок образовательного учреждения, оборудование подсобных помещений, водоснабжение и канализация, учебные кабинеты, площадь, оснащенность, воздушно-тепловой режим, освещенность мест занятий, санитарное состояние, учебная нагрузка
Патогенное воздействие окружающей среды
Риск оказаться жертвой различных дорожно-транспортных происшествий, терактов, стать заложником и т.д.
Медико-гигиенические факторы
Макросоциальные факторы: провокации и вымогательство со стороны взрослых и сверстников, духовно-нравственное падение общества, стремление к материальным ценностям, примитивный характер общения, подмена живого общения виртуальным
Видеоэкранные средства, СМИ, мобильные телефоны, искусственно насаждаемый стиль поведения,

огромный поток информации, перегрузка памяти, повышение уровня тревожности, депрессии
Возрастающая учебная нагрузка, стрессовая тактика педагогических воздействий
Несоответствие методов и приемов обучения возрастным и функциональным возможностям детей и подростков
Повышение интенсивности учебного процесса
Педагогический стиль, педагогический такт, педагогическое мастерство
Гигиеническая рациональность занятия: плотность занятия, число видов учебной деятельности, продолжительность различных видов деятельности, частота чередования различных видов учебной деятельности, чередование видов обучения, наличие эмоциональных разрядок, место и длительность применения ТСО, чередование позы, физкультминутки
Психологическая комфортность обучения
Переутомление обучающихся, устойчивость интереса к изучаемому материалу и процессу обучения
Психическая напряженность обучающихся
Приоритетные каналы поступления информации у обучающихся
Возможности обучающихся
Отношение к своему здоровью
Компетентность родителей в вопросах здоровьесбережения

Основным показателем развития здоровьесбережения учреждения ДОД является здоровьесберегающий потенциал, который рассматривается как комплексный (интегрированный) индикатор, включающий в себя совокупность имеющихся в учреждении здоровьесберегающих возможностей (хозяйственно-бытовых, социально-психологических и социально-педагогических) с одной стороны и психофизиологических, физических, психологических здоровьесберегающих способностей и задатков обучающихся с другой.

Цель программы: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала учреждения, включающего компоненты – здоровьесберегающий потенциал здоровьесберегающей среды, здоровьесберегающий потенциал педагогов, здоровьесберегающий потенциал обучающихся и семьи.

Под актуализацией мы понимаем диагностику исходного уровня показателей (компонентов) здоровьесберегающего потенциала учреждения.

Цель реализуется:

- на уровне учреждения (подпрограмма 1);
- на уровне субъектов образовательного процесса (подпрограмма 2 и 3).

Задачи программы

- Обеспечить организационно-педагогические, социальные и материально-технические условия развития здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды;

- Создать условия для развития здоровьесберегающего потенциала педагогов, развивать способность педагогов к качественному моделированию здоровьесберегающего процесса в инновационном режиме;
- Формировать качественно новый уровень продуктивного взаимодействия института семьи и учреждения, развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся.

В качестве *теоретико-методологической обоснования программы* использовались исследования в следующих областях научного знания:

- основы сохранения, укрепления и развития здоровья (Н.М. Амосов, И.И. Брехман, В.П. Казначеев, Ю.П. Лисицын);
- основы природосообразного обучения (Я.А. Каменский, И.Г. Песталоцци, К.Д. Ушинский, В.А. Сухомлинский);
- основы обучения по особенностям растущего и развивающегося здорового организма (С. Холл, И. Павлов, Б. Ананьев);
- педагогические аспекты обеспечения здоровья человека в системе образования (Н.А. Голиков, Г.К. Зайцев, В.В. Колбанов, Е.В. Ткаченко);
- психологические основы здоровья и здоровьесбережения (Б.С. Братусь, Е.Р. Калитеевская, А. Маслоу, Г.С. Никифоров, Г. Олпорт, К. Роджерс, К.Г. Юнг);
- проблема изучения здоровья человека, его системности, связи с окружающей средой (В.К. Бальсевич, М.Я. Виленский, В.Н. Ирхин, Л.И. Лубышева, А.В. Царик, Р.Х. Яруллин.);
- исследования, направленные на поиски путей и средств сохранения, сбережения здоровья обучающихся и педагогов в условиях педагогического процесса (В.Ф. Базарный, В.К. Бальсевич, В.П. Казначеев, А.И. Киколов, В.В. Колбанов, Е.А. Леванова, Л.И. Лубышева, Л.М. Митина, П.Н. Пасюков, З.И. Тюмасева);
- теоретические представления о формировании здоровья ребёнка (Е.А. Аркин, В.М. Бехтерев, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, А.А. Ухтомский);
- условия и принципы организации работы с ослабленными детьми: индивидуально-дифференцированный подход к каждому ребёнку с учетом физических и психологических особенностей; постепенное повышение физических нагрузок и нарастание трудностей в выполняемых учебных заданиях (М.Н. Алиев);
- практический опыт работы по взаимодействию образовательного учреждения и семьи в вопросах сохранения и укрепления здоровья воспитанников (Е.С. Евдокимова, Н.В. Додокина, Е.А. Кудрявцева, Л.Е. Осипова).

Принципы построения программы

- Комплексное представление о здоровье как о совокупности физического, психологического, социального, интеллектуального, духовно-нравственного здоровья;
- Системность, предполагающая анализ взаимосвязей между количественными и качественными показателями образовательного учреждения;
- Целостность – необходимое условие для полноценного анализа данных, подразумевающее всестороннее представление результатов;
- Методическое единство – неперемное условие сопоставимости данных, полученных на разных этапах исследования;
- Непрерывность и преемственность в организации деятельности по здоровьесбережению [9,17].

Основные ориентиры программы

1. Развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения ДОД

- 1.1. Обеспечение оптимальных санитарно-гигиенических условий обучения в соответствии с СанПиН;
- 1.2. Обеспечение норм доступности в образовательное учреждение людям с ограниченными возможностями здоровья (инвалидам);
- 1.3. Обязательное медицинское обследование сотрудников, организация санаторно-курортного лечения;
- 1.4. Разработка системы организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;
- 1.5. Организация инновационной деятельности педагогов в контексте здоровьесбережения;
- 1.6. Психолого-педагогическое сопровождение развития здоровьесберегающей среды учреждения;
- 1.7. Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий [5,6,7].

2. Развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов УДОД

- 2.5. Профилактика профессионального выгорания педагогов;
- 2.6. Развитие мотивации положительного отношения к собственному здоровьесбережению;
- 2.7. Спортивное оздоровление педагогов;
- 2.8. Создание и укрепление здорового психологического климата в коллективе [14,17].

4. Развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся УДОД

- 3.1. Организация психолого-педагогического сопровождения учебного процесса;
- 3.2. Соблюдение здоровьесберегающих правил детьми во время занятий и др. мероприятий центра;
- 3.3. Формирование представлений о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;
- 3.4. Формирование опыта осуществления осознанного выбора поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- 3.5. Формирование навыков грамотного, безопасного поведения в окружающей среде и умений предотвращения несчастных случаев и заболеваний в чрезвычайных ситуациях;
- 3.6. Формирование элементарных экологических знаний, бережного отношения к миру природы и окружающему миру в целом [3,4,8,9,10,11,12,16].

Предполагаемые результаты

1. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения, развитие и укрепление позиций здоровьесберегающей среды;
2. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала педагогов, использование в обучении современных здоровьесберегающих технологий, устранение факторов риска в образовательном процессе, повышение профессиональной компетенции педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и собственного здоровья;
3. Актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала обучающихся и их семей, повышение уровня знаний по вопросам здоровья и его сохранения у обучающихся и родителей, повышение мотивации к здоровому образу жизни.

Способы организации здоровьесберегающей деятельности

- Выявление факторов риска, диагностика исходного уровня показателей (компонентов) здоровьесберегающей среды учреждения;
- Консультации, психолого-педагогическая диагностика, коррекционно-развивающая работа (по запросу), выдача заключений, рекомендаций для родителей и педагогов;
- Тренинговые занятия для педагогов, обучающихся, родителей;
- Информирование родителей и педагогов по вопросам здоровьесбережения;
- Организация учебно-воспитательного процесса с позиций здоровьесбережения; использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности;
- Мониторинг развития здоровьесберегающего потенциала субъектов учреждения;
- Организация мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;

- Подведение итогов, предоставление, распространение опыта (методические разработки, комплекс дидактических материалов, модульные программы) [17].

Признаки здоровьесберегающих технологий

5. Условия обучения детей – отсутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения и воспитания;
6. Рациональная организация образовательного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями;
7. Соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям обучающихся;
8. Необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим (по Сонькину В.Д.) [17].

СОДЕРЖАНИЕ

Структура программы включает три подпрограммы, обеспечивающие условия развития основных ориентиров. Каждая подпрограмма включает самостоятельные модули, направленные на реализацию пунктов основных ориентиров.

Подпрограмма 1. «Здоровьесберегающая среда учреждения» (таблица 2,3).

Цель подпрограммы 1: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) здоровьесберегающей среды учреждения

Подпрограмма 2. «Здоровье педагогов» (таблица 4, 5).

Цель подпрограммы 2: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) педагогов.

Подпрограмма 3. «Здоровье обучающихся» (таблица 6, 7).

Цель подпрограммы 3: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) обучающихся.

План мероприятий подпрограммы «Здоровьесберегающая среда учреждения»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1. Санитарно-гигиенические условия учреждения	
Обеспечить оптимальные санитарно-гигиенические условия обучения в соответствии с СанПиН 2014 года	<ul style="list-style-type: none"> • Обязательное медицинское обследование сотрудников; • Обеспечение санаторно-курортного лечения сотрудников; • Соблюдение соответствия учебных помещений требованиям СанПиН; • Гибкое моделирование образовательного пространства; • Наличие комнаты психологической разгрузки; • Наличие тренажерного зала.
Модуль 2. Доступность получения образовательных услуг всем слоям населения	
Обеспечить нормы доступности в образовательное учреждение людям с ограниченными возможностями здоровья (инвалидам)	<ul style="list-style-type: none"> • Изучение потребности инвалидов в образовательной деятельности, формирование групп; • Информирование сотрудников об условиях предоставления образовательных услуг инвалидам; • Приобретение учебного оборудования и носителей информации с учетом потребностей и возможностей инвалидов, получателей образовательных услуг.
Модуль 3. Психологический климат в учреждении	
Создать благоприятный психологический климат в коллективе сотрудников и обучающихся	<ul style="list-style-type: none"> • Оценка состояния психологического климата в коллективе; • Гармонизация факторов, влияющих на формирование в коллективе психологического климата; • Создание кодекса культуры взаимоотношений в коллективе; • Изучение мотиваторов профессиональной деятельности педагогов, создание карты мотиваторов развития профессиональных мотивов.

Модуль 4. Организационно-массовые мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса в учреждении	
Разработать систему организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса	<ul style="list-style-type: none"> • Введение производственной гимнастики для сотрудников центра; • Проведение спортивно-массовых мероприятий, спортивных праздников; • Включение в годовой план работы экскурсий, поездок на базу отдыха; • Проведение традиционных мероприятий «Всей семьей на выходной».
Модуль 5. Инновационная деятельность в контексте здоровьесбережения.	
Организовать обучение педагогов в контексте инновационной деятельности по здоровьесбережению	<ul style="list-style-type: none"> • МО «Здоровый урок» - использование инновационных технологий по здоровьесбережению детей; • МО «»Современное здоровьесберегающее занятие в системе дополнительного образования детей и подростков»; • МО «Здоровьесбережение – через всю жизнь» – педагогический марафон (обмен опытом по использованию здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе).
Организовать психолого-педагогическое сопровождение использования в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий	Изучение условий обучения детей: отсутствие-присутствие стресса, адекватность требований, адекватность методик обучения; рациональность организации образовательного процесса в соответствии с возрастными, половыми, индивидуальными особенностями и гигиеническими требованиями; соответствие учебной и физической нагрузки возрастным возможностям обучающихся; необходимый, достаточный и рационально организованный двигательный режим.

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровьесберегающая среда учреждения»

Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие, характеристика уровня данного показателя	Метод
Здоровьесберегающий потенциал здоровьесберегающей среды учреждения;	санитарно-гигиенические условия обучения	Характеристика уровня (плохие, нормальные, оптимальные)	Анкетирование «Удовлетворенность санитарно-гигиеническими условиями»
	медицинское обследование сотрудников; организация санаторно-курортного лечения; наличие листков нетрудоспособности педагогов; количество детей, не посещающих занятия по болезни.	в % от общего числа сотрудников	изучение медицинских книжек
	система организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации: отчетов, справок, управленческого и методического мониторинга; опрос, анкетирование «Удовлетворенность массовыми мероприятиями»; наличие программ.
	инновационная деятельность педагогов в контексте здоровьесбережения	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации: отчетов, справок, управленческого и методического мониторинга, опрос, анкетирование «Отношение педагогов к инновационной деятельности»; посещение и анализ занятий, воспитательных мероприятий
	психолого-педагогическое сопровождение развития здоровьесберегающей среды учреждения	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	Изучение документации психолога

	использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий	наличие – отсутствие; степень выраженности в%	Анкетирование, «Как вы используете здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе», тестирование «Особенности здоровьесберегающих технологий», посещение и анализ занятий
	рациональность организации образовательного процесса	наличие – отсутствие; степень выраженности в%	посещение и анализ занятий, изучение программного обеспечения
	система профилактики детского травматизма, несчастных случаев.	наличие – отсутствие; степень выраженности	изучение документации, наличие программ, дидактического материала по профилактике детского травматизма
	факторы риска в образовательном процессе	наличие – отсутствие; степень выраженности в %	посещение и анализ занятий, карта системного анализа и оценки здоровьесберегающего занятия»
	профессиональная компетенция педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и педагогов	характеристика уровня данного показателя (высокий, средний, низкий)	Тестирование «Здоровьесберегающие компетенции педагогов»; прохождение курсов; план самообразования; анализ индивидуальной информационной карты педагога дополнительного образования.

План мероприятий подпрограммы «Здоровье педагогов»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1.Профилактика профессионального выгорания	
Организовать мероприятия по профилактике профессионального выгорания педагогов центра	<ul style="list-style-type: none"> • Проведение тренинга по профилактике профессионального выгорания; • Организация традиционного дня здоровья; • Проведение тренинга по развитию положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья; • Проведение тренингов по созданию благоприятного климата в коллективе.
Модуль 2. Физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогов	
Организовать физкультурно-оздоровительные мероприятия для педагогов	<ul style="list-style-type: none"> • «Будь здоров, педагог!» (комплекс мероприятий по поддержанию и укреплению здоровья педагогических работников); • Активный отдых: физкультура и спорт (программы выходного дня для детей и взрослых).

таблица 5

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье педагогов»

Задача	Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие	Метод
Профилактика эмоционального выгорания	Эмоциональное выгорание	<ul style="list-style-type: none"> • Утомляемость; • Психосоматические осложнения; • Негативные установки по отношению к обучающимся, коллегам, к своей работе; • Пренебрежение исполнением своих обязанностей, усиление пассивности; • Заниженная самооценка, усиление агрессивности; • Чувство вины. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Методика «Диагностика эмоционального выгорания» В. В. Бойко
Организация активного физкультурно-оздоровительного отдыха для педагогов и их семей	Комплекс мероприятий по сохранению и укреплению здоровья педагогов	<ul style="list-style-type: none"> • День физкультурника; • Поездки с целью оздоровления: в парки активного отдыха, сосновый бор, по р.Волге на теплоходе и т.д.; • тренинги по профилактике профессионального выгорания 	Количество участников Удовлетворенность мероприятием в %	Статистический анализ Анкета удовлетворенности мероприятием

таблица 6

План мероприятий подпрограммы «Здоровье обучающихся»

Задачи	Мероприятия
Модуль 1. Обеспечение безопасности жизнедеятельности	
Организовать подготовку обучающихся по обеспечению безопасности жизнедеятельности	Организация образовательной деятельности по курсовой подготовке: <ul style="list-style-type: none"> • «Азбука безопасности»; • «Умелый пешеход»;

	<ul style="list-style-type: none"> • «Экология и мы»; • «Я в обществе».
Модуль 2. Здоровый образ жизни	
Пропаганда ЗОЖ	<ul style="list-style-type: none"> • «Я – здоровый человек»; • «Мир без наркотиков и ПАВ»; • «Территория заблуждений»
Модуль 3. Экология здоровья	
Экология здоровья	<ul style="list-style-type: none"> • «Этикет здорового образа жизни: в мире человеческих правил»; • «Общение, тренинг, досуг: развитие навыков конструктивного поведения и общения у обучающихся»; • «Снятие эмоционального напряжения»; • «Экологическая культура и здоровый образ жизни».
Модуль 4. Просвещение родителей по вопросам здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Возрождение «Семейного клуба».

таблица 7

Мониторинг результатов подпрограммы «Здоровье обучающихся»

Цель мониторинга: актуализация и развитие здоровьесберегающего потенциала (как возможности) обучающихся;

Задача	Критерий	Показатель	Параметр: степень выраженности в %, в долях, наличие-отсутствие	Метод
Подготовка к ОБЖ	Навыки безопасного поведения	<ul style="list-style-type: none"> • Имеют представления об опасных и вредных факторах, чрезвычайных ситуациях, формирование навыков жизнеспасающего поведения; • Демонстрируют осознанное поведение в дорожно-транспортных ситуациях; • Осознают ответственность за состояние 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Тестирование

		<p>окружающей среды, знают как вести себя в окружающей среде;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Знают как вести себя в случае провокации (алкогольной, криминальной и т.д.) со стороны сверстников и взрослых. 		
Экология здоровья	формирование ценности здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Знают правила здорового образа жизни; • Сформированы навыки конструктивного поведения и общения у подростков; • Сформированы навыки снятия эмоционального напряжения; • Владеют основами экологической культуры и здорового образа жизни. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Наблюдение Тестирование
Пропаганда ЗОЖ	Навыки здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • Сформированы навыки управления чувствами; • Владеют объективной информацией о психоактивных веществах; • Сформирован положительный «образ — Я»; • Сформированы навыки самоуважения; • Сформированы навыки анализа чувств и преодоления стресса; • Имеют навыки конструктивного общения; • Имеют навыки постановки цели и решения проблем. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование Наблюдение Тестирование
Просвещение родителей	Компетентность в вопросах здоровьесбережения	<ul style="list-style-type: none"> • Профилактика простудных заболеваний; • Профилактика употребления ПАВ; • Развитие навыков культуры здоровья. 	Наличие-отсутствие Степень выраженности	Анкетирование

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Конвенция о правах ребенка. Принята Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.89 и ратифицирована Верховным Советом СССР 13.06.90
2. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
3. Федеральный закон от 24.07.98 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями от 20 июля 2000 г.)
4. Федеральный закон № 38-ФЗ от 30.03.1995. «О предупреждении распространения в Российской Федерации заболевания, вызываемого вирусом иммунодефицита человека (ВИЧ-инфекции)»
5. Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях, Сан ПиН 2.4.2.1178-02 //Официальные документы в образовании. – 2003. – № 3. – С. 18-59.
6. Гигиенические требования к персональным электронно-вычислительным машинам и организации работы, СанПиН 2.2.2/2.4.1240-03// Официальные документы в образовании. – 2003. – № 25. – С. 74-93.
7. О введении в действие санитарно-эпидемических правил и норм СанПиН 2.4.2.117802 (постановление Минздрава России от 05.12.2002 № 3997) // Вестник образования России. – 2003. – № 16. – С. 21-33.
8. О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации. Приказ МЗ и МО // Официальные документы в образовании. – 2002. – № 20. – С. 3-6.
9. Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации от 31.05.2002 № 176/2017 «О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» // Официальные документы в образовании. – 2002. – № 20. – С. 20-24.
10. Рекомендательное письмо от 12.07.2000 № 22-06-788 «О создании безопасных условий жизнедеятельности обучающихся в образовательных учреждениях» // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 23. – С. 10-12
11. Санитарные правила «Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений» // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 9. – С. 3-5.
12. О предупреждении (недопущении) чрезвычайных происшествий среди обучающихся в общеобразовательных учреждениях, письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 12. – С. 88-89.

13. О гигиенических требованиях к максимальной нагрузке на детей дошкольного возраста в организованных формах обучения (с приложением), письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. – № 12. – С. 63-69.
14. О мероприятиях по развитию службы практической психологии в системе Министерстве образования Российской Федерации в 2000-2001 гг., письмо МО // Официальные документы в образовании. – 2000. - № 19. – С. 33-36
15. О недопустимости перегрузок обучающихся начальной школы //Официальные документы в образовании. – 1999. – № 5. – С. 39-43.
16. «Об улучшении работы органов управления образованием и образовательных учреждений по предупреждению детского дорожного травматизма» // Официальные документы в образовании. – 1996. - № 24.
17. Методические рекомендации по проведению гимнастики доучебных занятий и физкультурных минут на уроках / Сборник Приказов и инструкций МП РСФСР. – 1983. - № 32. – С. 10-24.
18. Цабыбин С.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе [Текст] / С.А. Цабыбин – Волгоград, изд-во «Учитель», 2009 – 172 с.
19. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<https://docviewer.yandex.ru/?url=http%3A%2F%2Fwww.firo.ru%2Fwp-content%2Fuploads%2F2015%2F06%2FPlan.pdf&name=Plan.pdf&lang=ru&c=56cf01806801>
20. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.who.int/ru/>
21. [Электронный ресурс]. – Режим доступа:
<http://www.e-reading.club/book.php?book=1009715>

Матрица динамики развития здоровьесберегающего потенциала учреждения

Критерии	Динамика развития здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения										
	Степень, уровень выраженности показателя										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	санитарно-гигиенические условия обучения	медицинское обследование сотрудников, организация санаторно-курортного лечения;	система организационно-массовых мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса;	инновационная деятельность педагогов в контексте здоровьесбережения	использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий	рациональность организации образовательного процесса система профилактики детского	психолого-педагогическое сопровождение развития здоровьесберегающей среды учреждения	факторы риска в образовательном процессе	система профилактики детского травматизма, несчастных случаев.	факторы риска в образовательном процессе	профессиональная компетенция педагогов в сохранении и укреплении здоровья обучающихся и педагогов
Исходный уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года)											
Итоговый уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года);				49							

Прирост показателя за год										
Динамика развития здоровьесберегающего потенциала педагогов	Эмоциональное выгорание	Удовлетворенность физкультурно-оздоровительным отдыхом по сохранению и укреплению здоровья	Динамика развития здоровьесберегающего потенциала обучающихся	Сформированность навыков безопасного поведения	Воспитание ценности здоровьесбережения	Формирование навыков ЗОЖ				
Исходный уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года)										
Итоговый уровень показателей здоровьесберегающего потенциала здоровьесберегающей среды учреждения (на начало года);										