

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
МБУ ДО СЮТ Миллеровского района
Протокол № 1
31.08.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБУ ДО СЮТ
Миллеровского района
от 31.08.2026 г №79
_____ Г.В.Лаврухина

ПРОГРАММА

здоровьесберегающей деятельности

на 2026-2027 учебный год

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
Станция юных техников
Миллеровского района

I. Пояснительная записка.

Проблемы сохранения здоровья детей и привития им навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 5 до 18 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды. Особая роль в этом процессе системы дополнительного образования.

Система дополнительного образования рассматривается как совокупность взаимосвязанных образовательных программ, средств, методов и процессов, необходимых для развития личности детей и подростков. Дополнительное образование детей имеет свою особенность, так как ее деятельность строится на принципах свободы выбора той деятельности, которая отвечает интересам подростка, успешности взаимодействия его и педагога, удовлетворения потребностей ребенка в основных сферах его жизнедеятельности.

Создание здоровьесберегающей среды учреждений дополнительного образования является актуальной задачей образовательного процесса. Здоровьесберегающая среда обеспечивается наличием условий сохранения и укрепления здоровья учащихся, с одной стороны, и целенаправленным формированием культуры здоровья и здорового образа жизни всех участников образовательного процесса - с другой. Центральное место в культуре здоровья и формировании здорового образа жизни занимают ценностно-мотивационные установки, знания, умения и навыки сохранения и укрепления здоровья, организации здорового образа жизни.

Программа несет в себе как оздоровительную, так и научно-исследовательскую функцию, раскрывая возможности учебно-воспитательного процесса для пропаганды, развития и сохранения здоровья подрастающего поколения. Программа построена на сотрудничестве педагогов, родителей, учащихся, медицинских работников, ПМПК, инспекторов ПДН, сотрудников УФСКН по КО.

Программа здоровьесберегающей деятельности в дополнительном образовании направлена на формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Некоторые задачи программы:

- разработка комплекса мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, охране и укреплению здоровья;
- создание системы учёта и контроля состояния здоровья детей;
- создание материально-технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни;
- развитие организационного, программного и материально-технического обеспечения дополнительного образования учащихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга;
- разработка и внедрение комплекса мероприятий по поддержанию и развитию здоровья учащихся;
- просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Некоторые направления деятельности программы:

- **Организация воспитательной работы.** Включает традиционные досуговые дела, лектории и клубные занятия для старших учащихся, семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.
- **Конструктивное взаимодействие с семьями учащихся.** Включает индивидуальную работу с родителями, выпуск тематической печатной продукции, организацию работы родительских клубов, включение родителей в досуговую и образовательную деятельность.
- **Организация комфортной среды и благоприятного психологического климата в учреждении.** Включает формирование сплочённых детских коллективов, дружественные отношения между всеми участниками образовательного процесса, создание для всех учащихся ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.
- **Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.** Включает систему учёта детей, требующих особой педагогической поддержки, работу психолога с такими учащимися (консультирование, диагностика, коррекционно-развивающие занятия).
- **Организация методического сопровождения** для создания здоровьесберегающей среды. Включает разработку методических пособий, обобщение опыта педагогов и представление его в педагогической прессе, мотивацию к участию в конкурсах методической культуры педагога.

Программа построена на сотрудничестве педагогов, родителей, учащихся, медицинских работников, психологов и других специалистов. sutmillerovo.ru

Цели и задачи программы

Цель программы: формирование у учащихся понимания значимости сохранения, укрепления здоровья и навыков здорового образа жизни.

Задачи программы:

1. Разработка комплекса мероприятий по воспитанию здорового образа жизни, охране и укреплению здоровья.
2. Создание системы учёта и контроля состояния здоровья детей.
3. Создание материально - технического, содержательного и информационного обеспечения агитационной и пропагандистской работы по приобщению подрастающего поколения к здоровому образу жизни.
4. Развитие организационного, программного и материально - технического обеспечения дополнительного образования учащихся в аспектах здоровьесбережения, их отдыха, досуга.
5. Разработка и внедрение комплекса мероприятий по поддержанию и развитию здоровья учащихся.
6. Просвещение родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

II. Условия реализации программы

1. Использование психолого-педагогических технологий здоровьесбережения

Снятие эмоционального напряжения

Использование игровых технологий, игровых обучающих программ, оригинальных заданий и упражнений, досуговых программ, исторических экскурсов и отступлений позволяют снять эмоциональное напряжение. Этот прием, также позволяет решить одновременно несколько различных задач: обеспечить психологическую разгрузку учащихся, дать им сведения развивающего и воспитательного плана, показать практическую значимость сделанного, побудить к активизации самостоятельной познавательной деятельности и т. п. Хороший эффект дает использование интерактивных обучающих приемов, которые вызывают неизменный интерес у учащихся, одновременно снимая у них элементы стресса и напряжения.

Создание благоприятного психологического климата в общении ребенок – педагог, ребенок – ребенок.

Доброжелательная обстановка на занятии, спокойная беседа, внимание к каждому высказыванию, позитивная реакция педагога, ведущего на желание ребенка выразить свою точку зрения, тактичное исправление допущенных ошибок, поощрение к самостоятельной мыслительной деятельности, уместный юмор или небольшое историческое отступление — вот далеко не весь арсенал, которым может располагать педагог, стремящийся к раскрытию способностей каждого ребенка. В обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность коллектива творческого объединения заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний, и, как следствие, к более высоким результатам.

Комплексное использование личностно-ориентированных технологий.

Личностно-ориентированные технологии в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. Используются приемы: применение заданий, позволяющих учащемуся самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую); индивидуальная работа с детьми с особыми возможностями; развитие регулятивных навыков, в частности рефлексии, обсуждение того, что получилось, не получилось, почему, поиск путей исправления, улучшения и др.

2. Создание условий для повышения качества профессиональной подготовки педагогов дополнительного образования

Увеличение числа реализованных социальных проектов, акций, направленных на формирование нравственного здоровья, а также числа их участников. Создание системы информационного обеспечения участников образовательного процесса по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, в том числе на основе Интернет-технологий. Пополнение информационно-методического банка здоровьесберегающих образовательных технологий, методик, методов, приемов. Проведение семинаров, мастер-классов, педсоветов по проблеме здоровьесбережения.

3. Система управления развития здоровьесберегающей среды в учреждении дополнительного образования

Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни. Контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с родителями, педагогами. Обеспечение необходимым оборудованием и инвентарем.

III. Основные направления деятельности по реализации программы

Организация воспитательной работы, направленной на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, потребности в активном содержательном досуге.

Традиционные досуговые дела Дома творчества (туристический слёт, путешествие по экологической тропе, тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др). Лектории и клубные занятия для старших учащихся. Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

Конструктивное взаимодействие с семьями учащихся по вопросам охраны детского здоровья.

Индивидуальная работа с родителями; выпуск тематической печатной продукции; организация работы родительских клубов; включение родителей в досуговую и образовательную деятельность; организация группового и индивидуального психолого-педагогического консультирования.

Организация комфортной среды и благоприятного психологического климата в учреждении – основа для психологического благополучия и психического здоровья

Формирование сплочённых детских коллективов; дружественные отношения между всеми участниками образовательного процесса; создание для всех учащихся ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.

Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.

Система учёта детей, требующих особой педагогической поддержки. Работа психолога с такими учащимися (консультирование, диагностика, коррекционно-развивающие занятия).

Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.

Разработка методических пособий, обобщение опыта педагогов и представление его в педагогической прессе, мотивация к участию в конкурсах методической культуры педагога.

Принципы деятельности.

В своей деятельности мы основываемся на принципах здоровьесбережения, сформулированных Н.К.Смирновым. (Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М.: АПК и ПРО, 2002. – с. 62.)

«Не навреди!» — все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и педагога

Приоритет заботы о здоровье педагога и учащегося — все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.

Непрерывность и преемственность — работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом занятии.

Субъект-субъектные взаимоотношения — воспитанники учреждения являются непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.

Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся — объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.

Успех порождает успех — акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

Активность — активное включение, а 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 и навыки по сохранности здоровья.

IV. Концептуальные идеи здоровьесберегающей деятельности учреждения

Здоровье мы рассматриваем как единство физического, психического здоровья и психологического благополучия.

1. Ребенок растет и развивается и в основе его физического и психического здоровья — необходимость максимального удовлетворения возрастных потребностей /движение, познание, общение, сотрудничество и т.д./.

2. Многие естественные потребности детей, важные для физического и психического здоровья, не удовлетворяются. Например, естественная потребность в движении: в школе малоподвижные виды деятельности, статичные позы, дома — телевизор и компьютер. Выход — включение детей в деятельность, способствующую сохранению и развитию здоровья. Именно такие виды деятельности развивает дополнительное образование детей.

3. Педагогический коллектив считает необходимым в рамках учебно-воспитательного процесса обеспечивать профилактику детского травматизма и содействовать формированию у ребёнка культуры собственной безопасности.

4. Ресурсы дополнительного образования должны быть доступны каждому ребёнку, в том числе и с ограниченными возможностями здоровья.

Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни. Контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с

родителями, педагогами; эффективности реализации программы. Основные результаты реализации программы: формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнеров СЮТ); анонимные анкеты, позволяющие анализировать ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учетом возраста; самооценочные суждения детей.

Создание условий для повышения качества профессиональной подготовки педагогов дополнительного образования.

1. Увеличение числа реализованных социальных проектов, акций, направленных на формирование нравственного здоровья, а также числа их участников.
2. Создание системы информационного обеспечения участников образовательного процесса по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, в том числе на основе Интернет-технологий.
3. Пополнение информационно-методического банка здоровьесберегающих образовательных технологий, методик, методов, приемов.
4. Проведение семинаров, мастер-классов, педсоветов по темам: «Реорганизация учебно-воспитательного процесса с позиций здоровьесбережения»; «Внедрение новых технологий и активных форм обучения как средства повышения качества компетенций, обучающихся»; «Психологическая атмосфера на занятии», «Подготовка обучающихся к публичным выступлениям».

V. Ожидаемые результаты программы.

Оценка эффективности программы является важным этапом процесса реализации программы. Информацию, полученную в результате оценки эффективности программы необходимо анализировать и возможно использовать при подготовке аналогичных программ в будущем. В основе оценки эффективности программы заложен мониторинг, который позволяет проследить обоснованность применяемых мер по сохранению и развитию здоровья учащихся.

Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов:

1. Наличие в образовательном учреждении разработок, направленных на повышение уровня знаний детей, родителей, педагогов по здоровьесбережению.
2. Наличие знаний у учащихся в области формирования и сохранения здорового образа жизни.
3. Физическая подготовленность учащихся.

4. *Ожидаемые результаты.*

5. Создание системы по формированию здоровьесберегающей среды на Станции юных техников.
6. Приобретение знаний о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями.
7. Соблюдение санитарно-гигиенических требований и норм при организации учебно-воспитательного процесса.
8. Усвоение определенных санитарно-гигиенических знаний для использования их в школе, на СЮТ, в общественных местах, дома, на улице.
9. Формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни.
10. Организация проектов, акций в рамках педагогического проекта «СЮТ – территория здоровья»
11. Создание банка методического сопровождения по проблеме.
12. *Формы представления результатов программы*
13. Ежегодные аналитические отчеты (мониторинг) о ходе реализации программы на педагогическом совете.
14. Разработка педагогами методических разработок по проблеме здоровьесбережения и их защита.
15. Размещение материалов на сайте учреждения.

VI. Организация воспитательной работы, направленной на формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, потребности в активном содержательном досуге.

1. Традиционные досуговые дела СЮТ /выставки, тематические викторины, конкурсы, игры-путешествия и др./.
2. Лектории и клубные занятия для старших обучающихся.
3. Семейные спортивные и досуговые праздники, конкурсы, соревнования.

Конструктивное взаимодействие с семьями учащихся по вопросам охраны детского здоровья.

4. Индивидуальная работа с родителями.
5. Включение родителей в досуговую и образовательную деятельность.
6. Организация группового и индивидуального психолого-педагогического консультирования.

Организация комфортной среды и благоприятного психологического климата в учреждении – основа для психологического благополучия и психического здоровья

7. Формирование сплочённых детских коллективов.
8. Дружественные отношения между всеми участниками образовательного процесса.
9. Создание для всех детей ситуаций успеха и эмоционально-положительных переживаний.

Организация работы с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации.

10. Система учёта детей, требующих особой педагогической поддержки.

Организация методического сопровождения для создания здоровьесберегающей среды.

11. Разработка методических пособий.
12. Включение в систему повышения квалификации педагогов здоровьесберегающей тематики.
13. Обобщение опыта педагогов. Представление в педагогической прессе.
14. Стимулирование мотивации к участию в конкурсах методической культуры педагога.

Основные направления деятельности по реализации программы.

***Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих и
здоровьеформирующих возможностей различных видов творческой деятельности***

Направленность образовательной деятельности	Основной здоровьесберегающий потенциал	Объединения СЮТ
Художественная	Гармонизация эмоционального состояния; Снятие психо-физического напряжения; Развитие мелкой моторики – содействие в формировании психических функций; Формирование потребности в содержательном досуге; Использование восстановительных ресурсов природы (работа с природным материалом, организация пленэрных занятий и др.); Минимизация работы на ПК; Обучение безопасной работы на ПК	«Творческая мастерская», «Модели из бумаги», «Волшебная бумага»
Техническая, физкультурно-спортивная	Умеренные физические нагрузки, общее физическое развитие, активное движение; Пребывание на свежем воздухе в условиях практического занятия, соревнований; Развитие мелкой моторики – содействие в формировании психических функций; Формирование потребности в	Объединение «Стендовое авиамоделирование», «Юный стрелок», «Занимательная информатика», «Информатика».

	содержательном досуге. Формирование ценностного отношения к здоровью и активному отдыху.	
Естественнонаучная	Под здоровье формирующим потенциалом (ЗФП) естественнонаучного образования мы понимаем те составляющие учебно-воспитательного процесса, источники, возможности и средства, которые могут быть приведены в действие и использованы для обеспечения успешности воспитания у учащихся привычки к здоровому образу жизни. Его актуализация заключается в реализации полученных детьми теоретических знаний в практической деятельности.	«Занимательная физика», «Уроки современности», «Прикладная математика»
Социально-педагогическая (работа с детьми ОВЗ, детьми-инвалидами и инвалидами)	Под реабилитацией понимают весь комплекс мероприятий, помогающих людям с физическими нарушениями и хроническими заболеваниями адаптироваться к требованиям школьного обучения, профессиональной и общественной жизни. Общая цель данного процесса состоит в том, чтобы совместными усилиями помочь человеку с физическими, психическими	Отсутствуют объединения социально-педагогической направленности

	или психологическими ограничениями, обусловленными болезнью, врожденной патологией или экзогенными повреждениями после течения острого состояния, с помощью комплексных мероприятий, найти свое место в обществе или вернуться к тому образу жизни в повседневной, общественной и профессиональной сфере, которого он достоин, как и каждый гражданин своего государства, полноценный представитель социума.	
--	---	--

Циклограмма работы учреждения по здоровьесбережению

Ежедневно	Еженедельно	Ежемесячно	Один раз в 3 месяца	Один раз в полугодие	Один раз в год
1. Проведение гимнастики (перед занятиями). 2. Контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью помещения. 3. Проведение физкультминуток (на занятии) и динамических пауз.	1. Занятия творческих объединений физкультурно-спортивной направленности. 2. Проведение подвижных и дидактических игр. 3. Прогулки.	1. Генеральная уборка кабинетов. 2. Организация дискуссий, бесед, викторин по здоровьесбережению в объединениях.	1. Конкурсы рисунков, выставка агитплакатов «Мы против наркотиков!» 2. Организация экскурсий. 3. Обновление уголка здоровья.	1. Проведение мероприятий с приглашением медицинского работника. 2. Проведение родительских собраний. 3. Организация встреч детей и родителей для участия в спортивных соревнованиях 4. Проведение мониторинга	1. Медицинский осмотр сотрудников. 2. Профилактические прививки. 3. Аналитический отчет по программе. 4. Создание методических рекомендаций, памяток.