

## **План работы МБУ ДО ЦТТ на 2020-2021 учебный год по направлению «Пропаганда здорового образа жизни»**

Самое ценное у человека – это жизнь, а самое ценное в его жизни – здоровье, за которое бороться всеми силами становится не только актуально, но и экономически, практически и жизненно необходимо.

Здоровье – это первая и важнейшая потребность человека, определяющая способность его к труду и учебе, и обеспечивающая гармоническое развитие личности. Оно является важнейшей предпосылкой к познанию окружающего мира, к самоутверждению и счастью человека. Активная долгая жизнь – это важное слагаемое человеческого фактора.

Сущность обеспечения здоровья подрастающего поколения состоит в формировании у человека с раннего возраста компетентности в сфере сохранения здоровья, индивидуального стиля здорового образа жизни, являющегося основой культуры здоровья личности. Наиболее эффективно формирование здорового образа жизни происходит на основе личностно ориентированного обучения и воспитания, включающих изучение своего организма, освоения гигиенических навыков, знания факторов риска и умение реализовывать на практике все средства и методы сохранения и приумножения здоровья.

Формирование здорового образа жизни - проблема комплексная. Речь не может идти лишь о способах и методах укрепления здоровья, профилактики заболеваний. Необходимо повышение роли личностных качеств в сознательном и волевом принятии принципов здорового образа жизни, о заботе о здоровье, его укреплении должны стать ценностными мотивами поведения.

Работа педагогов дополнительного образования Центра технического творчества в этом направлении предусматривает формирование сознательной установки у воспитанников на здоровый образ жизни, ориентирование детей и подростков на развитие сознательного мышления, на самовоспитание, выработку системы нравственных ценностей и навыков культуры здорового образа жизни, физической активности, привитию стойкого иммунитета к негативным влияниям среды.

Задача педагогов воспитать потребность в каждом воспитаннике вести здоровый образ жизни, стать оптимистичными и верящими в себя. В основу здоровьесберегающего процесса во время занятий входят физкультминутки, физкультпаузы, беседы и мероприятия.

Сегодня жизнь требует, чтобы человек обладал целым рядом культурных навыков, в том числе соблюдал режим дня, выполнял правила личной гигиены, привычку ежедневно заниматься физическими упражнениями, бороться с вредными привычками.

### **Цель программы:**

Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления здоровья, формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса.

### **Задачи:**

- ✓ Внедрение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Воспитание у педагогов и обучающихся сознательного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни;
- ✓ Формирование у педагогов и обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- ✓ Пропаганда здорового образа жизни, формирование отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- ✓ Изменение ценностного отношения к вредным привычкам и формирование личной ответственности за свое поведение;
- ✓ Обучение умению противостоять разрушительным для здоровья формам поведения;
- ✓ Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

### **Основные направления:**

- ✓ Рациональная организация учебного процесса в соответствии с СанПин и гигиеническими требованиями, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс;
- ✓ Обучение безопасности и профилактика несчастных случаев и травматизма;
- ✓ Диагностическая деятельность;
- ✓ Профилактика наркомании, табакокурения, алкоголизма;
- ✓ Работа с педагогическим коллективом и родителями, учащимися по пропаганде здорового образа жизни в семье.

**Ожидаемый результат:**

- ✓ Использование в образовательном процессе здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Сознательное отношение личности к своему здоровью и здоровому образу жизни, отказ от вредных привычек, исключение употребления табака, алкоголя, наркотиков, ПАВ;
- ✓ Наличие у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- ✓ Повышение общей культуры в направлении сохранения и развития физического здоровья обучающихся;
- ✓ Здоровый физически, психически, нравственно, адекватно оценивающий свое место и предназначение в жизни учащийся;
- ✓ Снижение уровня заболеваемости учащихся;

План работы

№	Мероприятия	Ответственный	Срок исполнения	Результаты мероприятий
1	Создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей, составление расписания занятий	Администрация	Август – сентябрь 2020 г.	
2	Проверка санитарного состояния учебных кабинетов, естественного и искусственного освещения, теплового режима, канализации и водоснабжения	Зам. директора по АХР	Август, сентябрь 2020г.	
3	Диагностическая деятельность	ПДО	Сентябрь- ноябрь 2020 г. январь, май 2021 г.	Получение картины состояния физического здоровья детей, оптимизация форм работы
4	Месячник безопасности детей	ПДО	Сентябрь 2020 г.	Сбережение здоровья и формирование культуры здорового образа жизни у учащихся.

5	Формирование благоприятного морально психологического климата в ученическом коллективе	ПДО	Постоянно	Благоприятная дружественная атмосфера в ученическом коллективе
6	Посещение занятий с целью контроля проведения физкультминуток, правильной посадки за партами	Зам. директора по УВР	Сентябрь 2020 г., Январь 2021 г.	Предупреждение переутомления и снижения умственной работоспособности во время занятий, сохранение и укрепление физического здоровья учащихся
7	Иммунологическая работа: Провести вакцинацию всех работников Центра против гриппа	Администрация	Октябрь, ноябрь 2020 г.	
8	Проведение месячника «Месячник семьи»	Педагог-организаторы	Октябрь 2020 г.	Формирование у учащихся готовности к сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья членов семьи
9	Беседы по пропаганде здорового образа жизни с воспитанниками и их родителями	ПДО	В течение года	Формирование здорового образа жизни в семье, ответственное отношение к своему здоровью
10	Профилактика травматизма	ПДО	В течение года	Сохранение жизни и здоровья учащихся
11	Беседа «Умей сказать нет!» Противостояние табакокурению, алкоголизму, наркотикам	ПДО	Январь 2021 г.	Формирование личности, не склонной к употреблению ПАВ, алкоголя, табака;
12	Беседа «Забота о своем здоровье» (профилактика нарушения осанки, сколиоза, активный отдых во	ПДО	Февраль 2021 г.	Мотивация двигательной активности и

	внеурочное время, физкультминутки на занятии, правильное поведение на переменах			закаливание организма.
13	Беседа «Наше здоровье в наших руках»	ПДО	Март 2021 г.	Главная ценность жизни есть здоровье, за которое отвечает сам человек
14	Беседа «Здоровье всему голова!» (Летнее оздоровление, правила поведения на пляже, в лесу, парке, в местах развлечений)	ПДО	Май 2021 г.	Формирование у детей навыков обеспечения личной безопасности