

Муниципальное образовательное учреждение
дополнительного образования детей
«Районный Дом детского творчества»

**Комплексная программа
по формированию
здорового образа жизни
«Сохраним здоровье!»**



р.п. Гусь-Железный
2010

**КОМПЛЕКСНАЯ ПРОГРАММА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
«СОХРАНИМ ЗДОРОВЬЕ!»**

Современное определение понятия “здоровье” впервые было сформулировано Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) в 1940 г. Было признано, что здоровье – это не просто отсутствие болезней, а состояние физического, психического и социального благополучия. При этом подразумевается гармоничное сочетание социального, физического, интеллектуального, эмоционального и духовного аспектов жизни. Сохранить жизнь нации способен только человек, обладающий определенным мировоззрением, уровнем развития личности, убеждениями и установками, а также всесторонними знаниями, умениями и привычками здорового образа жизни.

КРАТКАЯ ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

1.	Название проекта	«Сохраним здоровье!»
2.	Адрес организации, телефон	391320 Рязанская область, Касимовский район, р.п.Гусь-Железный, пл.Первомайская МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества». Тел. 46-1-73
3.	Авторы программы	Башлыкова М.А. - педагог-организатор МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества» Силкин А.В. – педагог-организатор МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества»
4.	Руководитель программы	Базенкова О.И. – директор МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества»
5.	География программы, количество участников	Касимовский район, 1500 человек
6.	Обоснование актуальности программы	<p>Необходимость комплексной программы “Сохраним здоровье!” продиктована многими причинами: прежде всего ухудшением физического и психического здоровья подрастающего поколения.</p> <p>В настоящее время растет число соматических заболеваний. Нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность, беспомощность. Чтобы избавиться от душевной боли, человек прибегает к употреблению алкоголя, табака, наркотиков и других токсических веществ.</p>

		<p>Самыми уязвимыми категориями населения являются дети, подростки и молодежь, которым еще предстоит сформировать свое отношение к миру, к себе, к сообществу.</p> <p>Именно на эту категорию населения и на решение вышеперечисленных проблем и направлена данная программа.</p>
7.	Цели и задачи программы	<p>Цель: Формирование здорового образа жизни в рамках единого процесса воспитания и формирования личности.</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ пропаганда здорового образа жизни; ◆ популяризация различных видов спорта; ◆ гармоничное развитие физических и духовных способностей личности, воспитание уверенности в своих делах, настойчивости; ◆ приобретение занимающимися в спортивных секциях определенного круга знаний по основам физического воспитания; ◆ социально-педагогическая защита подростков (предотвращение межличностных конфликтов, формирование позитивных отношений между людьми; развитие способностей и интересов личности, защита его прав; формирование и развитие личностных качеств подростка, необходимых для позитивной жизнедеятельности); ◆ компенсация дефицита общения в школе, семье, среде сверстников; ◆ дополнительное образование, получаемое в соответствии с их жизненными планами и интересами; ◆ создание условий, в которых дети и подростки могут максимально проявить свои потенциальные возможности; ◆ работа с родителями (беседы, собрания, ознакомление с правовой основой воспитания ребенка)
8.	Краткая аннотация содержания программы	<p>В настоящий момент педагогическим коллективом «Районного Дома детского творчества» реализуются несколько подпрограмм в рамках комплексной программы по пропаганде здорового образа жизни «Сохраним здоровье!»:</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Проект «Добежим до Сочи!». <p>Основная цель: Пропаганда Олимпийского движения, формирование здорового образа жизни. (Приложение № 1)</p> <ul style="list-style-type: none"> ◆ Проект межрайонного конкурса «Природа глазами ду-

		<p>ши».</p> <p>Основная цель: Духовно-нравственное возрождение личности на традициях народной культуры. (Приложение № 2)</p> <p>◆ Проект программы «Подари себе здоровье».</p> <p>Основная цель: Популяризация различных видов спорта. (Приложение № 3)</p> <p>◆ Проект « Сводные отряды: вчера, сегодня, завтра».</p> <p>Основная цель: Внедрение в практику новой формы социальной поддержки детей из семей социального риска.</p>
9.	Ожидаемый результат	<ul style="list-style-type: none"> ◆ сокращение численности детей и подростков, употребляющих ПАВ; ◆ количественный рост воспитанников в спортивно-оздоровительных, духовно-эстетических и др. объединениях; ◆ снижение уровня правонарушений; ◆ снижение уровня безнадзорности; ◆ повышение уровня правовой грамотности у детей и подростков.
10.	Сроки выполнения	2010-2015 гг.
11.	Имеющийся опыт	<p>Результаты работы детских объединений МОУ ДОД «Районного Дома детского творчества»:</p> <p>«Юный теннисист» - тренер-преподаватель Т.Ю.Саламатина;</p> <p>«Здоровье» - педагог дополнительного образования Е.В.Иванова;</p> <p>«Ключ к здоровью» - тренер-преподаватель Н.М.Бабаева</p>
12.	Финансирование проекта	<ul style="list-style-type: none"> • Управление образования, науки и молодежной политики Рязанской области; • Бюджет Касимовского района (средства Районного Дома Детского творчества)

ОБОСНОВАНИЕ АКТУАЛЬНОСТИ ПРОЕКТА

Необходимость комплексной программы “Сохраним здоровье! ” продиктована многими причинами: прежде всего ухудшением физического и психического здоровья подрастающего поколения.

В настоящее время растет число соматических заболеваний. Нервные нагрузки приводят к обострению психических болезней. Привычными ощущениями современного человека становится потеря смысла жизни, неуверенность,

беспомощность. Чтобы избавиться от душевной боли, человек прибегает к употреблению алкоголя, табака, наркотиков и других токсических веществ.

Самыми уязвимыми категориями населения являются дети, подростки и молодежь, которым еще предстоит сформировать свое отношение к миру, к себе, к обществу. Особенно опасно, если становление личности у подрастающего поколения происходит при деформации структуры семьи, высокого риска безработицы, неэффективности функционирования государственных структур общества, избытка информации, ухудшения состояния окружающей среды, разобщенности людей, разрушения культурных ценностей.

Рабочий поселок Гусь-Железный расположен на расстоянии 20 км от центра района г.Касимова. На его территории проживает 411 несовершеннолетних детей. Около половины всех детей проживают в семьях, относящихся к категории семей социального риска. Отрыв от семьи, ослабление родительского контроля, воспитание в неполных и «неблагополучных» семьях, прекращение посещения школы ведут к тому, что в современных условиях дети и подростки вынуждены переживать стрессы и преодолевать психологические трудности самостоятельно. Последствиями и проявлениями социальной дезадаптации детей и подростков поселка в настоящее время является тенденция роста различного рода правонарушений в их среде, участились случаи подростковой агрессии (драки), увеличилось число детей с девиантным поведением. Анализ анкетирования, проведенного среди учащихся Гусевской средней школы, показал, что среди учащихся 10-11 классов 12,5 % детей хотя бы однократно употребляли наркотики, 17,5 % подростков проявляют безразличное отношение к людям, употребляющим ПАВ, 10 % детей считают безопасным однократное употребление ПАВ.

С учетом того, что значительная часть детей проживает в неблагополучных социальных условиях, на данном этапе развития общества значительно повышается воспитательная роль образовательных учреждений, которые с учетом местных условий должны определить для себя формы и методы решения специфических образовательных задач по формированию здорового образа жизни.

«Районный Дом детского творчества» организует свою работу, опираясь на накопленный пятидесятилетний опыт воспитательной деятельности, используя все лучшее с учетом реальностей современных условий (отсутствие в поселке шефских организаций, недостаточность средств, выделяемых для финансирования проводимых мероприятий, недостаточность современного оборудования для проведения занятий, отсутствие Интернета и т.п.).

В этих условиях одной из основных форм дополнительного финансирования проводимых мероприятий были выбраны разработка и апробирование инновационных направлений. (См. приложения)

Предлагаемая программа является комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здорового образа жизни и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать новое отношение к здоровью на уровне установок, навыков и умений.

Особенностью данной программы является то, что в ее подготовке и реализации непосредственное участие принимают не только педагоги, но и сами участники проекта (подростки, молодежь).

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Цель: Формирование здорового образа жизни в рамках единого процесса воспитания и формирования личности.

Задачи:

- ◆ пропаганда здорового образа жизни;
- ◆ популяризация различных видов спорта;
- ◆ гармоничное развитие физических и духовных способностей личности, воспитание уверенности в своих делах, настойчивости;
- ◆ приобретение занимающимися в спортивных секциях, объединениях определенного круга знаний по основам физического воспитания;
- ◆ социально-педагогическая защита подростков (предотвращение межличностных конфликтов, формирование позитивных отношений между людьми; развитие способностей и интересов личности, защита его прав; формирование и развитие личностных качеств подростка, необходимых для позитивной жизнедеятельности);
- ◆ компенсация дефицита общения в школе, семье, среде сверстников;
- ◆ дополнительное образование, получаемое в соответствии с их жизненными планами и интересами;
- ◆ создание условий, в которых дети и подростки могут максимально проявить свои потенциальные возможности;
- ◆ работа с родителями (беседы, собрания, ознакомление с правовой основой воспитания ребенка)

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1 этап. Выявление существующих проблем.

Психологом Гусевской средней общеобразовательной школы Булганиной М.А. совместно с социальным педагогом «РДДТ» Горбачевой Н.Е. было проведено анкетирование и анализ существующих проблем в детской и подростковой среде.

Здесь педагогам и ребятам предстояло довольно детально проанализировать широкий спектр вопросов, которые значимы в данном направлении.

Условно эту стадию можно соотнести с ромашкой, лепестки которой представляют актуальные проблемы.



2 этап.

Разработка собственного варианта решения проблемы.

Главной задачей этого этапа является обработка и систематизация полученного в ходе анкетирования материала, разработка путей решения данной проблемы, а также определение круга лиц, учреждений, структур, к помощи которых необходимо прибегнуть.



ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В настоящий момент педагогическим коллективом Районного Дома детского творчества реализуются несколько подпрограмм в рамках комплексной программы по пропаганде здорового образа жизни «Сохраним здоровье!»:

- Проект «Кладовая земли Рязанской».

Основная цель: Духовно-нравственное развитие личности на традициях народной культуры. Развитие навыков народного искусства с учетом особенностей культуры и самобытности населения.

- Проект межрайонного конкурса «Природа глазами души».

Основная цель: Духовно-нравственное возрождение личности на традициях народной культуры.

- Проект «Сводные отряды: вчера, сегодня, завтра ».

Основная цель: Внедрение в практику новой формы социальной поддержки детей из семей социального риска.

- Проект программы организации работы по месту жительства детей и подростков р.п. Гусь-Железный «Поколение надежды».

Основная цель: Пропаганда здорового образа жизни, профилактика наркомании и злоупотребления ПАВ и предупреждение детской безнадзорности и правонарушений. Организация летнего отдыха детей и подростков.

Разработан проект программы «Подари себе здоровье».

Основная цель: Популяризация различных видов спорта.

На базе «Районного Дома детского творчества» в 2009-2010 учебном году работали 29 объединений художественно-эстетического направления, 12 объединений физкультурно-спортивного направления, 15 объединений социально-педагогического направления, 6 объединений туристско-краеведческого направления, 5 объединений эколого-биологического направления и 6 объединений научно-технической направленности. В данных объединениях занималось 1551 воспитанников. Занятия в этих объединениях способствуют гармоничному, всестороннему развитию личности.

Данные объединения охватывают пять возрастных групп:

- дошкольники;
- младшие школьники;
- среднее звено (учащиеся 5-11 классов);
- молодежь в возрасте от 18 до 30 лет;
- взрослое население.

ИМЕЮЩИЕСЯ ИТОГИ РАБОТЫ

Работа по охране и укреплению здоровья детей педагогами Районного Дома детского творчества ведется круглогодично. Организация летних лагерей позволила снизить уровень правонарушений среди детей и подростков, а также в какой-то мере решить проблему безнадзорности среди детей из семей социального риска.

Из восьми детей-инвалидов, проживающих на территории р.п. Гусь-Железный, восемь занимаются в различных объединениях, что способствует не только улучшению их здоровья, но и менее болезненной адаптации их в среде здоровых сверстников.

У «Районного Дома детского творчества» есть определенная материальная база, способствующая развитию и культивации занятий спортом: тренажерный зал, футбольная площадка, волейбольная площадка, хоккейная коробка находящаяся на пришкольном участке Гусевской СОШ. На базе физкультурно – оздоровительного центра в поселке Крутоярский работает объединение «Юный теннисист» - руководитель тренер - педагог высшей квалификационной категории Саламатина Т.Ю., в нем занимаются дети с 6 лет. Заключен договор со спортивно – оздоровительным центром «Динамо» (р. п. Сынтул), на базе которого занимается объединение «Здоровье» - руководитель тренер - педагог высшей квалификационной категории Иванова Е.В.

Воспитанники данных объединений достигли высоких спортивных результатов, что в свою очередь ведет к повышению интереса для занятий спортом.

В объединении «Ключ к здоровью» под руководством тренера - педагога Бабаевой Н.М. на базе РДДТ в 2009-2010 учебном году занималось 44 человека. По результатам работы, у 90% занимающихся наблюдается снижение различных заболеваний, как результат улучшение физического и психического здоровья.

24 сентября 2005 года взрослые члены объединения «Ключ к здоровью» приняли активное участие во Всероссийском легкоатлетическом пробеге в честь летчика-космонавта СССР, дважды Героя СССР В.В.Аксенова, где ежегодно занимают призовые места.

Положительные результаты достигнуты и в объединение «Мойдодыр» на базе детского комбината «Солнышко». Руководителем данного объединения является врач-стоматолог высшей квалификационной категории Жукова Л.В. Основная цель данного объединения, снижение количества детей страдающих кариесом. Проводятся теоретические и практические занятия с детьми, направленные на сохранение здоровья зубов.

Регулярно социальным педагогом РДДТ Горбачевой Н.Е. ведется профилактическая работа с детьми из семей социального риска и их родителями. Изданы два буклета «Родителям на заметку» и «Десять заповедей родительства».

Традиционно проводится конкурс детского прикладного творчества «Природа глазами души». За 8 лет своего существования ставший областным.

С каждым годом увеличивается количество участников. 2002 г. – 37 человек, 2004 г. – 140 человек, 2010 г. – 168 человек. Эти данные говорят о росте престижа детских объединений духовно-творческого направления, что благотворно сказывается на духовном здоровье детей.

Вывод: Комплексная программа «Сохраним здоровье!» привлекает в сферу формирования навыков здорового образа жизни все основные институты социализации ребенка (школа, семья, окружение).

Согласно данной программе воспитание основ здорового образа жизни осуществляется в рамках единого процесса воспитания и формирования личности. В результате охватывается пять возрастных групп, задачи для которых базируются на актуальных для конкретного возраста потребностях и ценностях.

Все проекты, входящие в программу, имеют практическую применимость, учтены свойственные обществу стандарты и нормы поведения, в том числе обычаи, традиции, связанные со здоровьем.

КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Руководитель проекта.

Базенкова О.И. – директор МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества».

Разработчики и авторы программы.

– педагог-организатор по детским организациям МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества».

Силкин Александр Васильевич – педагог-организатор эколого-краеведческой работы МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества»

Разработчики и авторы проектов реализуемых в рамках комплексной программы «Сохраним здоровье!».

Горбачева Н.Е.- социальный педагог МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества».

Москалева О.И. – педагог-организатор по массовым мероприятиям МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества».

Бабаева Н.М. – педагог-тренер МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества».

Все педагоги дополнительного образования МОУ ДОД «Районный Дом детского творчества», руководящие физкультурно-спортивными и художественно-эстетическими объединениями.