

Утверждено:
Педагогическим советом

«30» августа 2016 г.

Протокол № 1

Программа «Здоровье»

Руководитель: Зародова С.В. – заместитель директора по учебно-воспитательной и учебно-производственной работе краевого государственного казенного учреждения «Организация, осуществляющая обучение, для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом № 14»

География программы: г. Бикин Бикинского района Хабаровского края

Участники: воспитанники детского дома

Срок выполнения: 2016 – 2019 гг.

Информационная карта проекта

| | | |
|---|--------------------------------------|---|
| 1 | Полное название программы | Программа «Здоровье» |
| 2 | Автор и руководитель программы | Зародова С.В. – заместитель директора по учебно-воспитательной и учебно-производственной работе краевого государственного казенного учреждения «Организация, осуществляющая обучение, для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом № 14» |
| 3 | Территория, предоставившая программу | г. Бикин Бикинского района Хабаровского края |
| 4 | Название проводящей организации | Краевое государственное казенное учреждение «Организация, осуществляющая обучение, для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Детский дом № 14» |
| 5 | Адрес организации | 682970 г. Бикин Бикинского района Хабаровского края ул. Дальневосточная 21 |
| 6 | Телефон | 8 (42155) 22-1-56 |
| 7 | Форма проведения | <p>1. Реализация комплекса мер по охране здоровья детей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ежегодные углубленные медицинские осмотры; - диспансеризация; - обследование воспитанников и поддержание их здоровья в санаториях; - проведение профилактических прививок; - организация рационального питания; - витаминизация пищи. <p>2. Формирование системы спортивно-оздоровительной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация работы спортивных секций, посещение секций; - проведение спортивных праздников и соревнований среди воспитанников; - привлечение воспитанников к участию в походах и других оздоровительных мероприятиях; - проведение еженедельных спортивных часов; - проведение физкультурминуток и |

| | | |
|----|--|--|
| | | <p>оздоровительной гимнастики.</p> <p>3. Профилактика заболеваний:</p> <ul style="list-style-type: none"> - реализация мер по профилактике табакокурения среди воспитанников; - антиалкогольная пропаганда; - неприемлемость наркотиков для дальнейшей жизни; - охрана репродуктивного здоровья подростков; - диагностика, коррекция и развитие воспитанников. <p>4. Внимание, опасность:</p> <ul style="list-style-type: none"> - тематические занятия по ОБЖ; - инструктажи; - практические занятия. |
| 8 | Цель проекта | Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирование у них ценности здоровья и здорового образа жизни. |
| 9 | Специализация программы | Охрана и укрепление здоровья воспитанников. |
| 10 | Сроки проведения | 2016 – 2019 гг. |
| 11 | Место проведения | КГКУ Детский дом 14 |
| 12 | Официальный язык проекта | Русский |
| 13 | Общее количество детей | 24 воспитанника |
| 14 | Общее количество участников, в том числе детей | 43 человека |
| 15 | География участников | Воспитанники КГКУ Детского дома 14 |
| 16 | Условия участия по реализации программы | Возраст 3-18 лет |
| 17 | Условия размещения участников | Детский дом |
| 18 | Краткое содержание программы | Данная программа направлена на создание и поддержание условий для физического развития воспитанников, охраны и укрепление их здоровья, формирование ценностей здорового образа жизни. Проведение диагностики здоровья детей. |

Ожидаемые результаты программы:

1. У воспитанников вырабатываются стремление и навыки здорового образа жизни.
2. Снижение уровня заболеваемости воспитанников.
3. У воспитанников формируется неприемлемость к антиобщественным проявлениям растраты личного здоровья: табакокурение, алкоголизм, наркомания, СПИД и т.д.
4. Воспитанники знают здоровьесберегающие приемы труда и различных видов жизнедеятельности, неукоснительно выполняют их.
5. У воспитанников сформировано нормативное поведение в чрезвычайных ситуациях.

Обоснование программы

Влияние педагогов играет огромную роль, так как личные навыки, которые в семье формируются без всяких дополнительных усилий, как бы сами собой, примером родителей, старших братьев, в детском доме требуют большой систематической работы. Надо помнить, что исправлять педагогическую и медицинскую недоработку будет некому, ребенок может на всю дальнейшую жизнь остаться гигиенически неграмотным.

Специфика работы детских домов позволяет проводить гигиеническое обучение и воспитание детей и подростков систематически, целенаправленно, в зависимости от возраста и пола детей, при этом необходимо учитывать закономерность физического и нервно-психического развития детей, их индивидуальные функциональные возможности.

Важным звеном в гигиеническом обучении и воспитании детей и подростков является пропаганда здорового образа жизни, основа которого – соблюдение режима дня, гигиена умственного и физического труда, занятия физкультурой и спортом, личная, общественная гигиена, антиалкогольная, антитабачное, правильно поставленное половое воспитание.

Такая работа позволит снизить коэффициент заболеваемости воспитанников, так как в основном дети в детском доме из алкогольных семей, где еще до рождения у детей стоял диагноз.

Детям, для усвоения гигиенических навыков надо соответствующие сведения повторять многократно и в различных формах подачи материала.

Общая смысловая идея программы.

Цель: *Создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников, формирование у них ценности здоровья и здорового образа жизни.*

Задачи:

- создание условий для сохранения и укрепления здоровья воспитанников;
- выявление одаренных детей, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- привлечение к соревнованиям и конкурсам не только здоровых детей, но и воспитанников с ослабленным здоровьем, физическими недостатками, обеспечивая при этом равные шансы на победу для всех участников;
- воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями города по вопросам профилактики заболеваний;
- создание и апробация здоровьесберегающих технологий в воспитательном процессе.

Основные направления:

Программа включает следующие основные направления деятельности: реализация комплекса мер по охране здоровья детей; формирование системы спортивно-оздоровительной работы; профилактика заболеваний; внимание, опасность.

Формы проведения педагогических часов:

1. «Клуб выходного дня».
2. Просмотр и обсуждение телепередач на спортивную тематику.
3. Конкурс плакатов, бюллетеней.
4. Практические занятия.
5. Диспуты, дискуссии, круглые столы.
6. Походы.
7. Дни здоровья, спортивные праздники, соревнования.
8. Тестирование, анкетирование.
9. Релаксация, различные виды гимнастики, физкультминутки.

Режим педагогических часов:

Педагогические часы проводятся 8 раз в месяц (спортивные часы – 4 раза, «Долгожитель» – 2 раза, «Внимание, опасность!» – 2 раза). Это формирует здоровый образ жизни, снижает уровень заболеваемости детей, нацеливает на правильное поведение в чрезвычайных ситуациях.

Механизм реализации программы:

I. Реализация комплекса мер по охране здоровья детей.

1. Ежегодные углубленные медицинские осмотры.
2. Диспансеризация воспитанников с соматическими заболеваниями.
3. Организация осмотра и лечение детей у стоматолога.
4. Обследование воспитанников и поддержание их здоровья в санаториях и стационаре.
5. Проведение профилактических прививок согласно плану-графику.
6. Организация рационального питания.
7. Витаминизация пищи, использование минеральной воды, фиточаев и йодированного хлеба для поддержания здоровья воспитанников.

II. Формирование системы спортивно-оздоровительной работы.

1. Организация работы в детском доме спортивных секций:
 - футбол;
 - волейбол;
 - настольный теннис;
 - шахматы, шашки.
2. Создание условий для занятий воспитанников в спортивных секциях.
3. Проведение спортивных праздников и соревнований среди воспитанников.

4. Привлечение воспитанников к участию в походах и других оздоровительных мероприятиях.

5. Проведение еженедельных спортивных часов.

6. Проведение физкультурминуток и оздоровительной гимнастики.

Ш. Профилактика заболеваний.

1. Профилактика инфекционных заболеваний и информирование детей о простейших методах их лечения (выпуск газет, профилактических бюллетеней).

2. Реализация мер по профилактике табакокурения среди воспитанников.

3. Антиалкогольная пропаганда в детском доме.

4. Неприемлемость наркотиков для дальнейшей жизни.

5. Охрана репродуктивного здоровья подростков.

6. Диагностика, коррекция и развитие воспитанников.

IV. Внимание, опасность!

1. Проведение тематических занятий в группах по безопасности жизнедеятельности воспитанников.

2. Инструктажи по технике безопасности при выполнении различных видов работ воспитанниками.

3. Практические занятия по поведению в чрезвычайных ситуациях.

4. Организация соревнований Школы выживания.

5. Проведение учений по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям, терроризму, пожарной безопасности.

Руководство и контроль над выполнением программы:

Общий контроль над выполнением программы осуществляется директором КГКУ Детского дома 14 Нестеренко И.В.

Непосредственное руководство осуществляет

Зародова С.В. – заместитель директора по учебно-воспитательной и учебно-производственной работе КГКУ Детского дома 14, а также:

1. Терентьева Т.А. – врач детского дома.
2. Ивлева Г.П. – медицинская сестра.
3. Ошнякова Н.М. – медицинская сестра.
4. Шангина А.В. – социальный педагог.

Предполагаемый результат :

1. У воспитанников вырабатываются стремление и навыки здорового образа жизни.
2. Снижение уровня заболеваемости воспитанников.
3. У воспитанников формируется неприемлемость к антиобщественным проявлениям растраты личного здоровья: табакокурение, алкоголизм, наркомания, СПИД и т.п.
4. Воспитанники знают здоровьесберегающие приёмы труда и различных видов жизнедеятельности, неукоснительно выполняют их.
5. У воспитанников сформировано нормативное поведение в чрезвычайных ситуациях.

Программа «Здоровье».

1 год (2016 – 2017г.).

Опросник «Выявление отношений к собственному здоровью».
Осенний кросс.
Запись в спортивные секции.
Устный журнал «Вредные привычки».
Информационно-познавательный марафон «Здоровье не купишь».
Мастер-класс «физкультминутки».
«Зимний Сабантуй».
Конкурс стенгазет «Растение лечит».
Выпуск бюллетеней «Чтобы гриппа не бояться, надо братцы закаляться!».
Интеллектуально-спортивные соревнования – конкурс «Сильные, смелые, ловкие, умелые».
Диспут «Что делает человека здоровым и счастливым».
Соревнование «Веселые старты».
Весенний кросс.
Публичная лекция «Режим дня; мои привычки и желания».
Беседа «Что такое «жизненная ситуация», и какова моя роль в ней?».
Дискуссионные качели «Как заставить себя тренироваться? Воля, терпение и выносливость – черты характера».
Свободный разговор «Алкоголь и табак – это тоже наркотик!».
Практическое занятие «Пожар!!!».
Выпуск газет «Здоровьесберегающие технологии».
Конкурс «Самая здоровая группа».
Осмотр врачами – специалистами.
Прогулки, игры на свежем воздухе, выходы.

2 год (2017 – 2018г.) .

Занятие «Расти здоровым».

«Путешествие за три моря» (спортивно-историческая игра) .

Опросник «Мое отношение к собственному здоровью» (ноябрь, март) .

Осенний кросс .

«Строгий час» – «Говорим мы вам без смеха, чистота – залог успеха» .

Шахматно-шашечный турнир .

Спартакиада «Сильные, смелые, ловкие» .

Открытые мысли «Если ты здоров, постарайся сделать здоровье того, кто рядом» .

Консультация «Здоровый образ жизни в семье» .

Познавательный урок «Легенды и быль о продуктах (история, интересные факты)» .

Беседа «Что такое экологически чистые продукты?» .

Свободный разговор «Почему люди попадают в больницу: причины и следствия» .

Практическое занятие «Экстремальные ситуации» .

Беседа «Лицо – зеркало души» .

Игра-соревнование «Дальше, выше, сильнее» .

Вечер забытых игр .

Диспут «Откуда берутся болезни?» .

Откровенный разговор «СПИД» .

Лекция «Здоровый образ жизни» .

Беседа «Сон как основа хорошего самочувствия» .

Познавательный урок «Все о снах» .

Беседа «Питание и здоровье» .

Соревнование-конкурс «Юные атланты» .

Практикум «Доврачебная помощь пострадавшим» .

Конкурс «Самая здоровая группа» .

Осмотр врачами – специалистами .

Прогулки, игры на свежем воздухе, выходы .

3 год (2018 – 2019г.) .

Занятие «Расти здоровым».
День здоровья «В здоровом теле – здоровый дух».
Осенний кросс.
Лекторий «Здоровый образ жизни».
Шахматно-шашечный турнир.
Конкурс на самого сильного.
Обучающий семинар «Движение – это жизнь».
Пресс-конференция «Сам себе я помогу и здоровье сберегу».
Конкурс творческих работ «Береги здоровье смолоду».
Консультация «Здоровый образ жизни в семье».
Консультация «Профилактика простудных заболеваний».
Ток-шоу «Женская привлекательность и мужественность как черты личности у здорового человека и наркомана».
Примите к сведению «Что такое война? Военные точки сегодня».
Беседа «Смех, настроение и наше здоровье».
Весенний кросс.
Свободный разговор «Интимные отношения».
Беседа «Эмоции и самочувствие».
Лекция «Основы сексуальной грамотности».
Беседа «Профилактика венерических заболеваний».
Беседа «Профилактика инфекционных заболеваний».
Сочинение-размышление «Мои сильные и слабые стороны».
Диспут «Умеешь ли ты отдыхать?».
Познавательная беседа «Туризм и путешествия».
Диспут «Взаимосвязь состояния здоровья и профессии».
Конкурс «Самая здоровая группа».
Осмотр врачами – специалистами.
Прогулки, игры на свежем воздухе, выходы.