Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Комаричская спортивная школа «Юность»
242400 Российская Федерация, Брянская область, Комаричский район, п. Комаричи, ул. Чкалова, 25 Б тел.:(8-48355)9-17-89; тел/факс.(8-48355)9-13-15
ОГРН-1023202337135 КПП-324501001 ИНН-3218002851 ОКПО-35615258
e-mail:domsport32@yandex.ru

Принята
на заседании педагогического совета
МБУ ДО Комаричская СШ «Юность»
Протокол № **01** от **30.08.2023г.**

Утверждено
Приказом по МБУ ДО Комаричская СШ
«Юность» № **153а**
от «**31**» **08.2023 г**.

Локальный акт № **1**

Программа
по формированию здорового образа жизни обучающихся в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования Комаричская спортивная школа «Юность».

Современное состояние общества, темпы его развития предъявляют высокие требования к человеку и его здоровью. На современном этапе развития образования остановить, стабилизировать, а затем улучшить ситуацию по оздоровлению детей поможет только комплексный системный подход.

Спортивная школа учреждение дополнительного образования, призвана способствовать самосовершенствованию, формированию у детей, их родителей и сотрудников ответственного отношения к здоровому образу жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов, соответствующих возрасту.

Образовательная деятельность по программе дополнительного образования детей в СШ осуществляется по 5 видам спорта.

Режим работы с группами за неделю:

НП-1год- 6 часов,
НП-2год – 8 часов.
НП - 2год – 8 часов.
УТГ – 1-2 год –до 10 часов
УТГ – 3-5 год – до 12 часов

Учебную работу ведут 6 штатных тренеров-преподавателей, 1 тренер-преподаватель по совместительству. Тренировочные и учебные занятия проводятся на базе ФОКа и Дома спорта.

Ежегодно по плану спортивно-массовых мероприятий много соревнований проводится на ФОК.

Педагогический коллектив школы и учащиеся СШ оказывают помощь в проведении соревнований.

Учащиеся спортивной школы два раза в год проходят углублённый медицинский осмотр. Результаты медицинского осмотра показывают, что у занимающихся в спортивной школе отмечается снижение сердечно-сосудистых заболеваний, заболеваний нервной системы, органов дыхания и прочих. Дети, систематически занимающиеся в спортивной школе, имеют более высокие показатели работоспособности на уроках и сопротивляемости организма «учебному» утомлению. Через систематические занятия физическими упражнениями, выполнением утренней гимнастики, элементов закаливания учащиеся СШ очень редко болеют ОРЗ. Под влиянием физических упражнений увеличивается показатель ЖЕЛ. Постоянное воздействие физических упражнений на мышечную систему способствует увеличению объёма, развитию и укреплению организма.

Повышение уровня физического развития, укрепление здоровья и рост общей работоспособности вызывает также и повышение умственной способности детей. Все дети, регулярно занимающиеся в СШ, успевают в школе в основном на 4 и 5.

Ежегодно организуем тренировочные занятия в летнем оздоровительном лагере (при школе).

Обеспечение реализации основных направлений программы по формированию здорового образа жизни.

1. Развитие материально-технической базы СШ.

Основные задачи:

Создание оптимальных условий для организации работы по профилактике и предупреждению заболеваемости, укреплению здоровья.

Создание оптимальных условий для занятий спортом на базе СШ.

Создание оптимального режима функционирования СШ.

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Оценка состояния помещений, спортивных залов, спортивных площадок с целью корректировки планов развития материально-технической базы СШ, отдельных его блоков.	Август-сентябрь	Администрация СШ.
Организация текущего, капитального ремонта помещений, залов, оборудования	Постоянно по графику	Администрация СШ
Обеспечение своевременного ремонта ревизии оборудования, приобретение нового спортивного инвентаря.	Постоянно	Администрация СШ
Обеспечение своевременной и качественной уборки помещений.	Постоянно	Зам.дир. по АХЧ, техперсонал

нового спортивного инвентаря.		
Обеспечение своевременной и качественной уборки помещений.	Постоянно	Зам.дир. по АХЧ, техперсонал
Обеспечить финансирование сборной команды школы для участия в областных, зональных соревнованиях.	Постоянно	Директор СШ
Обеспечение соблюдения правил техники безопасности в СШ (наличие и исправность средств пожаротушения, исправность электрооборудования и т. д.)	Постоянно	Администрация СШ, тренеры-преподаватели
Организация и проведение летне-оздоровительной работы в пришкольных лагерях	Постоянно	Администрация СШ, тренеры-преподаватели

2. Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни.

Основные задачи:

1.Знакомство детей, родителей, сотрудников с основными понятиями валеологии (здоровье, здоровый образ жизни).

2.Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности.

3.Обеспечение условий для пропаганды здорового образа жизни (программно-методическое обеспечение, подготовленность кадров).

4.Создание системы отслеживания эффективности санитарно-просветительской работы.

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Разработка системы мер по внедрению, выполнению программы «Здоровья» в ДЮСШ (вопросы управления, контроля и коррекции за осуществлением данной программы).	Октябрь-декабрь	Администрация СШ
Заключение (продление) договоров, направленных на осуществление данной программы, с медицинскими организациями	В течение всего периода осуществления программы.	Администрация СШ
Разработка системы мониторинга здоровья, физической подготовленности, диагностики и оценки уровня сформированностивалеологической культуры детей, родителей, тренеров.	В течение всего периода осуществления программы.	Администрация СШ Мед.работники
Разработка методических рекомендаций для педагогического персонала по про-	Октябрь-	Администрация СШ

блемам здоровья, системы мер по углублению знаний, умений, навыков тренеров по данной проблеме.	декабрь	
Упорядочение работы с семьями по проблемам сохранения и укрепления здоровья (программа санитарно-просветительской работы с родителями).	В течение всего периода осуществления программы.	Администрация СШ, тренеры-преподаватели
Разработка программы поддержания, укрепления здоровья сотрудников СШ	В течение всего периода осуществления программы.	Профком образования, Администрация СШ
Отработка путей внедрения в образовательный процесс программы «Здоровье»	Постоянно	Тренеры

3. Профилактическая, лечебно-оздоровительная деятельность.

Основные задачи:
Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики заболеваний.
Создание условий для принятия необходимых мер, предотвращающих ухудшение состояния здоровья.
Обеспечение помощи детям, перенёсшим заболевания, в адаптации к тренировочному процессу.

Мероприятия	Сроки	Ответственные
Организация обследования детей, сотрудников, проведение лабораторных исследований, осмотров врачей-специалистов (диспансеризация) с целью раннего распознавания заболеваний, последующей коррекции.	Постоянно по графику медицинской службы.	Медицинские работники совместно с Комаричской ЦРБ
Расширение информационного пространства для проведения профилактики, предупреждения заболеваний (беседы, рекомендации-памятки для детей, родителей, сотрудников).	Постоянно	Администрация СШ, врачи Комаричской ЦРБ
Система мер по улучшению гигиены и санитарии: -соблюдение санитарно-гигиенических норм в раздевалках; -соблюдение санитарно-гигиенических требований, норм (температурный режим,освещённость,соблюдение требований к организации учебного процесса; -содержание помещений для занятий со-	Постоянно	Администрация СШ

гласно требований санитарно-эпидемиологического надзора		
Система мер по предупреждению травматизма детей и сотрудников: -соблюдение техники безопасности; -проведение инструктажа с детьми и сотрудниками; -оформление уголков ТБ	Постоянно	Администрация СШ
Организация профилактики заболеваний.	Постоянно	Врачи Комаричской ЦРБ

Паспорт программы

Спортивная школа является бюджетным учреждением дополнительного образования, призвана способствовать самосовершенствованию, формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению высокого уровня спортивных успехов.

Целями деятельности школы являются:

- создание оптимальных условий для личностного развития учащихся,
- укрепление их здоровья,
- организация разумного досуга на основе занятий спортом.

Задачи на этапе начальной подготовки:

- привлечение максимально-возможного числа детей, подростков к систематическим занятиям спортом, направленным на развитие их личности, мотивации к здоровому образу жизни, воспитание физических, морально-этических и волевых качеств.

Задачи на учебно-тренировочном этапе:

- улучшение состояния здоровья, включая физическое развитие,
- повышение уровня физической подготовленности и спортивных результатов с учётом индивидуальных особенностей и требований программ по плаванию.
- профилактика вредных привычек и правонарушений.

Цель программы:

Организовать оздоровительную работу, направленную на формирование у школьников мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни.

Задачи:

Создание валеологической среды в школе.

Мониторинг состояния здоровья занимающихся в СШ.

Стабильность состава занимающихся, посещаемость ими тренировочных занятий.

Динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности занимающихся.

Освоение объёмов тренировочных нагрузок, предусмотренных программами.

Освоение основ гигиены и самоконтроля.

Повышение квалификации работников СШ в вопросах охраны здоровья детей.

Повышение уровня знаний родителей в вопросах охраны здоровья детей.

Ожидаемые результаты реализации программы:

- снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний (опорно-двигательного аппарата, органов зрения, нарушение осанки).
- уменьшение количества детей, употребляющих никотин, алкоголь;
- в школе - ни одного ребёнка, употребляющего наркотики.