**Приложение**

**к программе развития на 2020-2025 г.**

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа г.Шадринска»

**Целевая программа**

**«Здоровьесбережение»**

|  |  |
| --- | --- |
|  | Авторы:  Творческая группа НМС |

**Шадринск, 2020г.**

***Обоснование проблемы***

В связи с ухудшением состояния здоровья детей за последние годы охрана и укрепление здоровья детей и подростков является од­ним из приоритетных направлений в деятельности образовательных учреждений, в связи с чем, целевая программа здоровьесбережения остаётся актуальной на очередной период программы развития в ДЮСШ г.Шадринска.

***Цель программы:*** улучшение здоровья и качества жизни

детей, занимающихся спортом.

***Задачи:***

1. Внедрение современных методов мониторинга здоровья.
2. Разработка новых технологических методов коррекции и реа­билитации детей, занимающихся спортом.
3. Разработка и внедрение учебной, методической и дидактиче­ской литературы, обеспечивающей образовательные и просветитель­ские аспекты программы для различных возрастных групп учащихся, а также проведение семинарских занятий для тренеров-преподавателей.
4. Разработка мероприятий, которые уменьшают риск возникнове­ния заболеваний и повреждений, связанных с большими нагрузками.
5. Пропаганда здорового образа жизни (проведение конкурсов, издание рекламно-информационной литературы, выступление на радио, телевидении, издание статей в СМИ)
6. Оказание помощи родителям в вопросах здоровьесбережения.
7. Укрепление материально-технической базы ОУ.
8. Обеспечение специалистами: психолог, медицинский работник.

***Причинами ухудшения состояния здоровья детей могут быть:***

* интенсивность тренировочного труда обу­чающихся;
* ухудшение экологической обстановки;
* недостаточное или несба­лансированное питание;
* стрессовые воздействия, связанные, например, со снижением экономического благополучия семей, неуспешное выступление на соревнованиях, ссора с другом и др.
* распространение нездоровых привычек.

В связи с этим творческая группа научно-методического совета ДЮСШ разработала комплекс мероприятий по охране здоровья детей и подростков, целью которых является улучшение здоровья и качества жизни детей, подростков и молодёжи, занимающихся спортом.

***Ожидаемые результаты:***

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здо­ровья детей, занимающихся спортом.
2. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
3. Обеспечение статистического учета, контроля и анализа на всех уровнях.
4. Совершенствование системы физического воспитания на ос­нове реализации индивидуального подхода при распределении нагрузки.
5. Обеспечение условий для практической реализации индиви­дуального подхода к обучению и воспитанию.
6. Повышение заинтересованности работников ДЮСШ в укреплении здоровья учащихся средствами стимулирования.
7. Повышение квалификации работников ДЮСШ в вопросах здоровьесбережения.
8. Повышение социальной защищенности детей и подростков.
9. Стимулирование внимания школьников и их родителей к во­просам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
10. Улучшение социально-психологической ситуации в школе и семье.

**Комплекс мероприятий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Мероприятия | | Исполнитель | Срок исполнения­  нения | Отметка о выполнении |
| Оценка состояния здоровья детей и подростков | | | | | |
| 1. | Систематический анализ состояния здоровья детей, отслежи­вание типичных отклонений | Специалисты спортивной медицины, тренеры | | По результатам медосмотра |  |
| 2. | Проведение углубленного медицинского осмотра учащихся | Специалисты отделения спортивной медицины, тренеры-преподаватели | | Январь-февраль |  |
| 3. | Проведение текущего медосмотра учащихся ДЮСШ | Отделение спортивной медицины | | Сентябрь-ноябрь |  |
| 4. | Доведение информации родителям по итогам диспансеризации | Тренеры-преподаватели | | Весь  период |  |
| 5. | Исследование различных факторов риска | Админстрация,  Мед. работник, отв. по ОТ, отв. по ГО, отв. по ПБ, комиссии | | Весь  период |  |
| Создание условий для укрепления и сохранения здоровья детей и подростков | | | | | |
| 1. | Разработка комплекса мероприятий для восстановления организма после различных нагрузок (Использование различных средств восстановления)  -Витаминизация (рекомендательно)  -Массаж и самомассаж  -Сауна  -Организация летней работы  -Различные аутотренинги | Тренеры-преподаватели | | Постоянно |  |
| *2.* | Улучшение материально-технической базы:  -Оснащённость спортинвентарём и оборудованием  -Оснащение медицинского кабинета  -Приобретение нового инвентаря и оборудования | Администрация | | Весь период |  |
| 3. | Обеспечение кабинета медицинской сестры и аптечек препаратами первой помощи | Администрация | | Постоянно |  |
| 4. | Соблюдение в практической деятельности требова­ний СанПина | Администрация  Тренеры-преподаватели | | Весь период |  |
| 5. | Санитарно-гигиеническое обеспечение | Зам. по АХР, мед. работник | | по мере необходи-мости |  |
| 6. | Систематические ремонтные работы спортивных площадок, залов, иных помещений. | Администрация | | Весь период |  |
| 7. | Контроль за сохранностью спортивных сооружений и оборудования  Ведение журнала первой ступени контроля | Зам. по АХР  Ст. тренеры | | Весь период |  |
| 8. | Контроль за соблюдением требований санитарии и гигиены в ДЮСШ всеми участниками  образовательного процесса | Администрация | | Весь период |  |
| 3. Проведение комплекса профилактических мероприятий | | | | | |
| 1. | Профилактические мероприятия по формированию и охране здоровья детей группы высокого риска в наиболее травмоопасных видах спорта. | | Ответственный по ТБ  Специалисты спортивной медицины | По назначению |  |  |  |  |
| 2. | Привлечение студентов (находящихся на практике) для пропаганды здорового образа жизни (беседы) | | Зам. по НМР | Постоянно |  |  |  |  |
| 3. | Проведение педагогических и социально-просветительных мероприятий с родителями по вопросам ЗОЖ | | Тренеры-преподаватели | По планам отделений |  |
| 4. | Проведение занятий, бесед по профилактике различных рисков и вопросам здоровьесбережения | | Тренеры-преподаватели | В рамках учебных программ |  |
| 5. | Формирование методической базы по вопро­сам здоровьесбережения | | Зам. по НМР  Ст.тренеры | Весь период |  |
| 6. | Разработка методических материалов с рекомендациями, разработками бесед, инструкций. | | Зам. по НМР | 2020 |  |
| 7. | Проведение инструктирования по безопасности всех участников образовательного процесса с отметкой в журналах учёта инструктажей | | Администрация | Постоянно |  |
| 8. | Поиск возможностей организации питания и витаминизации спортсмена | | Тренеры-преподаватели | Постоянно |  |
| 9. | Проведение цикла бесед по вопросам здорового образа жизни и здоровьесбережения | | Тренеры-преподаватели | Постоянно |  |
| 10. | Назначение ответственных по профилактической работе (ПДД, ГОиЧС,  террористической безопасности, по пожарной и электробезопасности, по технике безопасности и др.) | | Администрация | Ежегодно |  |
| 4. Повышение квалификации, представление опыта | | | | | |
| 1. | В рамках курсовой подготовки организовать участие тренеров-преподавателей в прослушивании лекций, участие в семинарах по вопро­сам охраны здоровья детей и подростков. | | Администрация | По назначению |  |
| 2. | Презентация лучшего опыта по решению данной проблемы – «Творческий отчёт» | | Администрация | 2025год. |  |