

Принято  
на Педагогическом совете  
МКОУ ДО «ТДШИ»  
(протокол № 3 от 26.12.2022)

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
Б.Н. Чернышов  
Приказ № 74 от 26.12.2022



## Положение о сохранении и укреплении здоровья и безопасного образа жизни обучающихся в МКОУДО «ТДШИ»

### 1. Общие положения

Настоящее Положение разработано в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г. и представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся МКОУДО «ТДШИ» (далее - ДШИ). В соответствии с Уставом одним из основных видов деятельности является деятельность, направленная на организацию отдыха и оздоровления обучающихся ДШИ.

### 2. Факторы, оказывающие существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни, главным образом, как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью;
- возросшая компьютерная нагрузка на детей, что приводит к ухудшению зрения, частым головным болям, хронической усталости, заболеваниям опорно-двигательного аппарата, травмированию психики ребенка;

### 3. Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- сформировать у обучающихся ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни;
- сформировать у обучающихся **потребность** безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья и **готовность** самостоятельно поддерживать свое здоровье;
- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье и дать представление о негативных факторах риска здоровья детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

#### **4. Основные направления, задачи, виды и формы здоровьесберегающих мероприятий:**

| Направление формирования здорового образа жизни                        | Задачи формирования здорового образа жизни                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Виды и формы здоровьесберегающих мероприятий                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни | 1. Пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью).<br>2. Обеспечение заинтересованного отношения педагогических работников, родителей к здоровью детей.                                                                                                              | Классные часы, беседы (урочная, внеурочная, внешкольная).                                                                                                                                 |
| Рациональная организация образовательного процесса                     | 1. Повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха<br>2. Обеспечение возможности обучающихся осуществлять учебную и внеучебную деятельность в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями. | Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности). |
| Просветительская работа с родителями (законными представителями)       | Включение родителей (законных представителей) в здоровьесберегающую и здоровьескрепляющую деятельность школы                                                                                                                                                                                                                                     | Эффективная совместная работа преподавателей и родителей (законных представителей) по профилактике вредных привычек.                                                                      |

#### **5. Мониторинг результатов работы по сохранению и укреплению здоровья и безопасного образа жизни обучающихся.**

Результаты работы по сохранению и укреплению здоровья и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются через анкетирование родителей и обучающихся не реже одного раза в год.