

**Принято**  
на педагогическом совете  
МБУДО «Шлиссельбургская ДМШ»  
(протокол №3 от 30.08.2021г.)

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор  
С.В.Малышева  
Приказ № 76 от 01.09.2021г.

## **Положение о сохранении и укреплении здоровья и безопасного образа жизни обучающихся в МБУДО «Шлиссельбургская детская музыкальная школа»**

### **1. Общие положения.**

Настоящее Положение составлено с учетом требований Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» и Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2.4.4. 1251-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей» и представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся МБУДО «Шлиссельбургская детская музыкальная школа» (далее - ДМШ). 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 здоровью 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). 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 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 здоровье укрепляющую 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.

