

МИНИСТЕРСТВО ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

Государственное автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования Свердловской области  
«Институт развития образования»  
(ГАОУ ДПО СО «ИРО»)  
Кабинет ОБЖ и физического воспитания

Утверждено  
Научно-методическим советом  
ГАОУ ДПО СО «ИРО»  
протокол № 16 от 12.12.2014 г.  
\_\_\_\_\_ секретарь Сундукова Т.А.  
Экспертным советом  
ГАОУ ДПО СО «ИРО»  
протокол № 15 от 10.12.2014 г.  
\_\_\_\_\_ секретарь Юдина М.Н.

Дополнительная профессиональная программа  
**«Формирование здорового образа жизни, здорового питания»**  
**(24 час.)**

Авторы:  
Горохова Н.А.,  
зав.кабинетом ОБЖ и  
физического воспитания ИРО.  
Люберцев В.Н., к.б.н.,  
профессор кафедры теории и  
методики физического  
воспитания УрФУ.

г. Екатеринбург  
2014г.

## Пояснительная записка

Одним из приоритетных направлений образовательной политики Российской Федерации является обучение школьников при полном сохранении их здоровья. При этом ставится цель: стабилизировать здоровье населения России и минимизировать влияние факторов риска, отрицательно влияющих на него.

В основу дополнительной профессиональной программы «Формирование здорового образа жизни, здорового питания» положена Концепция «Сбережение населения Свердловской области на период до 2015 года».

Из всего комплекса мероприятий по сохранению и укреплению здоровья данная Концепция предусматривает фундаментальное направление в работе с педагогическим коллективом по обучению педагогов принципам и методам формирования культуры здоровья и внедрение в воспитательный процесс оздоровительных технологий. В связи с этим стратегия решения проблемы сохранения и укрепления здоровья учащихся должна предусматривать создание оптимальной системы взаимодействия организма детей с окружающим миром на основе полноценной адаптации их к школьной среде.

Важным положением является консолидация всех сил общества в подходе к решению данной проблемы. Практический опыт показывает, что эффективность деятельности по уменьшению вероятности возникновения заболеваний, предотвращение прогрессирования их на ранней стадии и профилактика осложнений определяется с одной стороны, качеством окружающей среды и качеством жизни, уровнем физического и духовного развития населения, а с другой целенаправленной и скоординированной деятельностью учреждений здравоохранения и образования, культуры, спорта, средств массовой информации.

Задача сохранения здоровья учащихся может быть решена при условии, если деятельность педагогического коллектива будет основываться на знаниях психофизиологических закономерностей развития организма школьников, и направлена на создание оптимальных условий для физического, духовного и интеллектуального развития ребенка.

К числу наиболее актуальных проблем в образовании относится обучение педагогов методам и формам создания в образовательных организациях новых моделей здоровьесбережения, признание ценности здоровья ребенка, профессиональной ответственности педагогов за его сохранение в ходе образовательного процесса.

Педагогический коллектив должен оказывать профессиональную поддержку обучающимся в решении проблем, возникающих в ходе их познавательной деятельности, таким образом, чтобы содействовать их физическому, психическому и интеллектуальному развитию. Учебная нагрузка не должна вызывать психоэмоциональное перенапряжение и переутомление и входить в противоречие с реализацией генетической программы развития, наносить вред здоровью детей.

Наряду с работой, которую осуществляет здравоохранение, регламентированную рядом основополагающих документов (диспансеризация,

контроль за питанием, вакцинопрофилактика, лекарственное обеспечение, улучшение качества диагностики, лечения заболеваний и т.д.), назрела необходимость профилактики факторов риска, влияющих на здоровье участников образовательного процесса в условиях школы. При этом не ставится цель подменять медицину. Объектом профилактической работы в условиях образовательных организаций должны быть все обучающиеся с различным уровнем здоровья, разной динамикой роста и развития. Наряду с учетом индивидуальных особенностей личности каждого учащегося следует усилить работу по формированию культуры здоровья педагогов и родителей учащихся.

Определяя задачи образовательных организаций по реализации Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, Министерства образования и науки РФ одним из основных направлений деятельности обозначило «сохранение и укрепление физического и психического здоровья, безопасности учащихся, обеспечение их эмоционального благополучия».

В содержании основной образовательной программы общего образования указаны ориентиры ее осуществления, одним из ведущих среди них является: «формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения физического, психического и социального здоровья обучающихся».

Данные установки ставят перед системой образования цель: обучение педагогических работников образовательных организаций технологиям формирования здорового образа жизни обучающихся.

**Целью** дополнительной профессиональной программы «Формирование здорового образа жизни, здорового питания» является: совершенствование профессиональной компетентности педагогов и изменение ценностных установок в области организации педагогического процесса на основе здоровьесбережения.

Содержание программы направлено на решение следующих **задач**:

1. Сформировать современные представления педагогов о закономерностях функционирования организма человека, механизмах адаптации к условиям школьного образования и факторам внешней среды, психофункциональных и психологических возможностях человека.

2. Ознакомить с новыми подходами к методике и средствам формирования здорового образа жизни, здорового питания, культуры здоровья, умению строить и реализовывать стратегию здорового человека.

3. Предоставить слушателям программы педагогические технологии, ориентированные на укрепление и создание у детей устойчивого здоровья, оптимизацию двигательной, интеллектуальной, эмоциональной среды жизнедеятельности.

Новизна и практическая ценность данной дополнительной профессиональной программы заключается в следующем:

- содержание программы направлено руководителям и педагогам (независимо от преподаваемого ими предмета) образовательных организаций,

что позволит осуществить целостный подход к формированию физического, психического, нравственного здоровья учащихся и педагогов в образовательных учреждениях;

- знания по культуре здоровья пополнят содержание любой школьной дисциплины, что в свою очередь повысит компетентность учащихся и педагогов в сфере сохранения и укрепления здоровья;

- содержание программы направлено на успешное решение проблем реализации Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, что в конечном итоге позволит педагогическим коллективам направить усилия на устранение основных факторов риска нарушений состояния здоровья, усилить оздоровительно-профилактическую направленность учебно-воспитательного процесса, повысить уровень влияния педагога на процесс управления и развития здоровья в условиях образовательного учреждения.

Дополнительная профессиональная программа «Формирование здорового образа жизни, здорового питания» рассчитана на 24 часа.

Трудоемкость программы и тематика программы представлена в учебно-тематическом плане программы.

Форма обучения: очная.

Категория слушателей: дополнительная профессиональная программа «Формирование здорового образа жизни, здорового питания» адресована руководителям и педагогам образовательных организаций.

По результатам освоения содержания программы предполагается итоговая аттестация слушателей в форме защиты творческого проекта.

По результатам успешного прохождения процедуры итоговой аттестации, слушатели получают удостоверения о повышении квалификации установленного образца.

Согласовано:  
Заведующий кабинетом  
ОБЖ и физического воспитания  
\_\_\_\_\_ Горохова Н.А.

Утверждаю:  
Зав. Региональным центром  
по введению ФГОС  
\_\_\_\_\_ Новгородова В.В.

**Учебный план**  
дополнительной профессиональной программы  
**«Формирование здорового образа жизни, здорового питания»**  
**(24 часа)**

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	В том числе		
			Теор занятия	Прак занятия	Формы контроля
I	<b>Здоровый образ жизни - основа культуры здоровья</b>	<b>14</b>	<b>9</b>	<b>5</b>	
II	<b>Роль современной школы в формировании здоровья участников образовательного процесса</b>	<b>8</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	
III	<b>Итоговая аттестация слушателей</b>	<b>2</b>		<b>2</b>	<b>Круглый стол</b> Представление проекта «Модель формирования здорового образа жизни участников образовательного процесса в условиях современной школы»
	<b>Итого по программе:</b>	<b>24</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	

## Календарный учебный график

Форма обучения	Общая продолжительность ДПП (календарных дней)	Режим занятий (кол-во час.) в день	Количество часов ДПП	Лекции (кол-во час.)	Практ. занятия (кол-во час.)	Сам. раб. (кол-во час.)	Промежуточная аттестация (кол-во час., вид ПА)	Итоговая аттестация (кол-во час., вид ИА)
очная	3	8	24	14	8	-	-	2 Круглый стол