Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования

«Центр образования «Перспектива»

**Программа**

**городской инновационной площадки**

Номинация: обновление практик образования

(разработка и реализация дорожных карт реализации концепций по предмету)

**1. Информационный блок**

**1.1.Руководитель:**

Стародубцева Ж.А., зам. директора МБУ ДО «ЦО «Перспектива»;

**Научный консультант:**

Симачева А.И., к. псих. наук.

**1.2.Разработчики**

- Стародубцева Ж.А., зам. директора по УВР МБУ ДО «ЦО «Перспектива»,

- Солодовникова И.А., зам. директора по УВР МБУ ДО «ЦО «Перспектива»

**Команда для реализации** программы - участники площадки.

**1.3. Тема**: ***«Разработка и организация применения здоровьесберегающего компонента в реализации дополнительных общеобразовательных программ УДО»***

* **Вид**: инновационная площадка
* **Срок реализации** 1 год (36 ч.)

**1.4. Обоснование:**

**Идея:** содержание работы на данной площадке будет разворачиваться в рамках двух блоков

**1 Блок**

Пропаганда здорового образа жизни и привитие обучающимся полезных привычек через разработку и последующее включение в образовательный процесс **«универсальных модулей» для обучающихся с целью общего ознакомления с техниками здоровье сберегающих приёмов и правил, а также возможной реализации модели взаимозаменяемости педагогов в условиях кадрового эксклюзива.**

В современном образовательном пространстве очень много говорится о вредных привычках, негативных явлениях, таких как Интернет-зависимость, курение, алкоголь, употребление наркотиков, СПИД и т.д. Вместе с тем, в подростковой среде именно такие запреты и вызывают желание попробовать (нарушить запрет).

Программа базовой площадки позволит разработать такие приемы, которые в позитивном ключе покажут детям эффективность и полезность здорового образа жизни, сформировать своеобразную «моду» на здоровые привычки в:

1. в быту (повседневные здоровые привычки: влажная уборка, проветривание, использование бытовой химии, косметики и пр.);
2. информационной среде: интернет-пространство, гаджеты, ТВ (дозированность, безопасность, эмоциональное и психическое равновесие и пр.);
3. организации собственного рабочего пространства: порядок на рабочем месте, уход за волосами и телом, режим и пр.;
4. организации досуга (поездки, походы, путешествия: что взять с собой, чтобы сохранить здоровье, куда поехать, правила безопасного поведения и пр.);
5. учебе (полезные привычки: физ. минутки, фитнес за партой, режим подготовки к экзаменам, эмоциональный настрой и пр.);
6. питании (совместимость продуктов, калорийность, обоснованность диет, качество продуктов, приготовление блюд и пр.).

**2 Блок**

Разработка и реализация модулей **(специальных тематических блоков в программах специфических профилей)** и отдельных занятий, направленных на знание специфики морфофизиологических особенностей своего тела в процессе занятий вокалом, танцами, техническим и интеллектуальным творчеством, для сохранения здоровья голосовых связок, костно-мышечной системы, позвоночника и понимания необходимости проведения перед началом занятий специальных упражнений (разминки, растяжки, распевки), умеренности физических нагрузок в процессе занятий и т.д. **В результате работы площадки в программах** специфических обьединений (хореография, вокал, театр, техническое и интеллектуальное творчество) **появятся обязательные темы**, связанные с особенностями строения и функционирования собственного организма, его возможностей, пределов, ухода, тренировки.

**1.5. Ключевые идеи опыта:**

По каждому модулю блока №1 участникам площадки будет предложено разработать методический материал (информация + практические упражнения для школьников), которые будут апробированы во время заседания базовой площадки на взрослых (слушателях площадки). Предполагается экспертное сопровождение специалистами-медиками, тренерами, психологами. В заключении каждого модуля будет составлена готовая разработка занятия для включения в образовательную программу, которая может быть использована при реализации модели взаимозаменяемости педагогов на период их отсутствия (педагоги дополнительного образования – эксклюзивные кадры и на период их отсутствия при поездках на конкурсы заменить содержание их предмета невозможно другими педагогами). С целью сохранения контингента обучающихся и выработки учебных часов по программе, целесообразно разработать универсальные занятия, которые могут быть включены в образовательную программу. Таким универсальными занятиями могут стать полезные и необходимые занятия по формированию здорового образа жизни.

Работа над содержанием блока №2 будет проходить в форме мастерской с приглашением специалистов в области профилактики здоровья детей и работой в малых группах по формированию набора ценностных знаний, необходимых для включения в образовательных процесс, с учетом специфики обьединений. Результатом работы педагогов во втором блоке станет методическая разработка специального блока для образовательной программы и ее защита, с учетом здоровьесберегающего компонента и специфики программы (например, «Модуль по хореографии» предполагает теоретический материал о необходимости разминки и строения мышечного аппарата человека, упражнения для разогрева, растяжки мышц и т.д.),

**1.6. Технологии и методы работы с педагогами.**

Деятельность в **модулях** площадки будет выстроена таким образом, чтобы освоение материала происходило в практической деятельности стажеров, при условии предварительной подготовки (очно-заочная форма обучения).

Зачетное занятие пройдет в форме защиты разработанной самостоятельно (по форме) методической разработки специального блока для образовательной программы, с учетом здоровьесберегающего компонента и специфики программы. (Приложение 1)

Рефлексия будет организована в виде эссе, написанного каждым стажером.

**1.7. Ожидаемый результат (продукт).**

**Продукт работы площадки –** разработанный «универсальный» модуль на 4-6 учебных часов для включения в образовательную программу УДО + разработанные индивидуально по каждому направлению занятия специального блока в образовательной программе.

**2. Содержательный блок программы**

**2.1. Перечень необходимого оборудования:**

* кабинет для лекционных и практических занятий;
* компьютер, проектор, экран (интерактивная доска);
* бумага для принтера, ватман, фломастеры, маркеры, клей, ножницы, магнитная доска, магниты.

**2.2. Содержание базовой площадки:**

**Тема 1. Нормативно-правовая база, статистика (4 часа)**

Задача: ознакомить слушателей площадки с нормативными документами, погрузить в проблему необходимости внедрения в образовательный процесс здоровье сберегающего компонента.

Содержание: теоретический материал (законодательная база, статистические данные, практический опыт).

Приказ Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. N 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников".

Требования включают восемь групп требований:

1. целостность системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;

2. соответствие инфраструктуры образовательного учреждения условиям здоровье сбережения обучающихся, воспитанников;

3. рациональная организация образовательного процесса;

4. организация физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы в образовательном учреждении;

5. организация системы просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни;

6. организация профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися, воспитанниками;

7. комплексное сопровождение системы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников;

8. мониторинг сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников.

Планируемый результат: нацеленность участников площадки на продуктивную деятельность.

**Тема 2. Питание (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек в питании, разработка на их основе игр, упражнений, активити для школьников

Содержание: совместимость продуктов, калорийность, обоснованность диет, качество продуктов, приготовление полезных блюд и т.д.

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Питание» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 3. В быту (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек в быту, разработка на их основе игр, упражнений, активити для школьников.

Содержание: повседневные здоровые привычки: влажная уборка, проветривание, использование бытовой химии, косметики и т.д.)

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Безопасный быт» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 4. Информационная среда (интернет, гаджеты, ТВ) (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек при использовании интернета, гаджетов. телевидения, разработка на их основе игр, упражнений, активити для школьников

Содержание: дозированность, безопасность, эмоциональное и психическое здоровье и т. Д.

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Информационная среда» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 5. Здоровые привычки (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек в повседневной жизни, разработка на их основе игр, упражнений, активити для школьников

Содержание: порядок на рабочем месте, правила внешнего вида, правила начала дня, правила общения и т. д.

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Мои здоровые привычки» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 6. Организация досуга (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек при организации досуга, разработка на их основе игр, упражнений, интерактива для школьников

Содержание: поездки, походы, путешествия: что взять с собой, чтобы сохранить здоровье, куда поехать, правила безопасного поведения в поездке и пр.

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Организация досуга» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 7. Учеба (4 часа)**

Задача: освоение стажерами правильных привычек в процессе обучения, разработка на их основе игр, упражнений, активити для школьников

Содержание: полезные привычки, физ. минутки, фитнес за партой, режим подготовки к экзаменам и т.д.

Планируемый результат*:* разработка занятия по теме «Учеба» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 8. «Знай свое тело или как сохранить здоровье в специфических профильных обьединениях» (3+2 часа)**

Задача: разработатьспециальный блок к образовательной программе, направленный на владение специальными знаниями, упражнениями для сохранения здоровья на занятиях в специфических обьединениях.

Содержание: строение склетно-мышечной системы человека, дыхательной, кровеносной. Роль связок в движении. Голосовой аппарат. Позвоночник. Сколиоз. Зрение. Упражнения на разогрев и укрепление. Возможности человеческого организма, уход, тренировки.

Планируемый результат*:* разработка специальных занятия по теме «Знай свое тело или как сохранить здоровье в специфических профильных обьединениях» (теоретический материал, практические задания).

**Тема 9. Итоговое занятие** **(3 часа)**

Задача: дать внешнюю оценку итоговым работам стажеров

Содержание и планируемый результат: Представление специального блока для образовательной программы участников площадки с учетом специфики направления и содержания конкретной образовательной программы.

**2.3. План мероприятий**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Сроки | Тема | Лекции | Семинар | Стажерская проба | подготовительная работа (заочно) |
| 1 | Сентябрь | Нормативно-правовая база, статистика | 2 | 1 |  | 1 |
| 3 | Октябрь | Питание |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 3 | Ноябрь | В быту |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 4 | Декабрь | Информационная среда |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 5 | Январь | Здоровые привычки |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 6 | Февраль | Досуг |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 7 | Март | Учеба |  | 0,5 | 2,5 | 1 |
| 8 | Апрель | Знай свое тело |  | 1 | 2 | 2 |
|  | Май | Итоговое занятие. Защита итоговых работ. |  | 3 |  |  |
|  |  | **Итого: 36** | **2** | **8** | **17** | **9** |

**3. Способы оценки результатов программы**

**3.1. Внешняя оценка** результатов участников инновационной площадки предполагается на итоговом занятии - защите специального блока для дополнительной общеобразовательной программы, с учетом ее специфики.

**3.2. Самооценка участниками собственных результатов**

Включение в образовательный процесс разработанного материала по здоровье сбережению;

желание проводить занятия по разработанным на площадке методическим материалам.

По окончании работы всей площадки участники пишут рефлексивный отчет о своей деятельности, заполняя Рефлексивный итоговый опросник (см. Приложение 2).

**Приложение 1**

Форма методической разработки специального блока образовательной программы с учетом здоровье сберегающего компонента и специфики программы

1. Актуальность (обоснование)
2. Теоретический материал
3. Практический материал (упражнения)
4. Материально-технические условия
5. Литература

**Приложение 2**

**Рефлексивный итоговый опросник**

* + - 1. Достигли ли Вы поставленной перед собой цели?
      2. Каковы положительные результаты базовой площадки?
      3. Что можно улучшить?
      4. Чем Вам будет полезен опыт работы на площадке?