

Дополнительная общеразвивающая программа **«Здоровый образ жизни как основной фактор формирования здоровья детей»**

Программа проводится совместно с партнером:

- 1. Направленность:** социально-гуманитарная.
- 2. Сроки проведения в МДЦ «Артек»:** смена № 7
- 3. Краткая аннотация содержания программ.**

В соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 28 июня 2013 г. № 420 “Об утверждении Программы мероприятий по охране здоровья матери и ребенка” первая цель – формирование здорового образа жизни и профилактика заболеваний у детей. Средствами первичной профилактики определяются конечные результаты детства – с какой степенью здоровья, физических, интеллектуальных возможностей, с какими гарантиями активного долголетия ребенок выйдет во взрослый период жизни. В многообразии факторов, влияющих на физическое и духовное развитие детей, здоровый образ жизни играет ведущую роль. Культивирование детства – главный стратегический путь к цивилизованному, процветающему, умному и доброму обществу.

Современная наука и данные эпидемиологии здоровья все больше подтверждают то положение, что именно в детском возрасте закладываются многие пожизненные свойства и состояния риска и даже субклинические дебюты многих хронических заболеваний людей взрослого и пожилого возраста.

Здоровье детей и подростков является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, а также одной из характеристик национальной безопасности.

Необходимо, начиная с раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к своему здоровью, пониманию того, что здоровье – самая величайшая ценность жизни.

Программа «Здоровый образ жизни как основной фактор формирования здоровья детей» даёт возможность расширить представление детей и подростков о таком понятии, как здоровье, факторах, формирующих и разрушающих его, о способах сохранения и укрепления здоровья, и на этой основе побудить к сознательному и активному отношению к сохранению собственного здоровья с пониманием значимости в этом процессе здорового образа жизни.

Настоящая программа предполагает получение детьми различного возраста теоретических знаний и практических навыков по здоровому образу жизни, а также привитие интереса и формирование мотивации к здоровому образу жизни в увлекательной и доступной форме.

4. Цель программы:

5. Задачи программы: состоит в формировании у детей и подростков мировоззрения, которое направлено на понимание значимости здорового образа жизни, в привитии культуры здоровья с устойчивым пониманием ценности здоровья как самой величайшей ценности человеческой жизни и мотивацией к сбережению своего здоровья и здоровья окружающих его людей, общества в целом.

Ожидаемые результаты:

В результате обучения по программе обучающиеся будут:

Знать:

- условия для оптимального роста и развития с целью профилактики заболеваний;
- законы и принципы рационального питания;
- методы формирования навыков, способствующих поддержанию на должном уровне двигательной активности;
- принципы поло-ролевого поведения и сохранения репродуктивного здоровья;

- методику гигиенических мероприятий оздоровительного характера, способствующих профилактике возникновения заболеваний и укреплению здоровья, устранению вредных привычек;
- понятие культура здоровья как нравственный эталон жизнедеятельности (гуманность, заботу, понимание окружающих и др.);
- основы формирования здорового образа жизни в современных условиях и представление о том, что здоровый образ жизни – это образ жизни, основанный на принципах нравственности, справедливости, добра, красоты и определенного самоограничения.

Уметь:

- составить рацион питания для детей младшего и старшего школьного возраста;
- расписать гигиенические мероприятия оздоровительного характера;
- планировать формирование двигательной активности детей и подростков;
- составить алгоритм закаливающих процедур для детей младшего и старшего школьного возраста;
- противостоять вредным привычкам (основные подходы).

6. Основные события программы:

№	Название	Краткое описание (не более 30 слов)	Предполагаемый охват детей по другим типам квот (кол-во чел.)
1.	Значение рационального питания в формировании здорового образа жизни.	Теоретическая лекция с решением ситуационных задач (с демонстрацией функциональных продуктов), посвященная популяризации здорового образа жизни через рациональное питание	300-500

7. Форматы участия / включения других участников смены в дополнительную общеразвивающую программу: теоретическая лекция с решением ситуационных задач (с демонстрацией функциональных продуктов), посвященная популяризации здорового образа жизни через рациональное питание.

8. Кадровое обеспечение программы:

№	категории специалистов	ведет направление / мероприятия (не более 20 слов)
1.	Педагог	Лекционная часть
2.	Педагог	Практические занятия
3.	Педагог	Мультимедийная часть
4.	Помощник педагога	Анкетирование
5.	Помощник педагога	Техническое сопровождение

9. Предполагаемый список гостей: руководители ФГБОУ ВО РостГМУ Минздрава России, Анна Юрьевна Попова - главный санитарный врач РФ, известные деятели в области медицинской науки и здравоохранения.

10. Медиаплан программы:

Федеральные СМИ: -

Региональные, профильные, корпоративные СМИ: ГТРК Дон-ТР, ГУП «Областной телеканал ДОН-24».

Интернет ресурсы:

- официальный сайт РостГМУ <http://rostgmu.ru>;

- канал РостГМУ <https://www.youtube.com/channel/UC7XzrxpK5D26wbtd5v9Ravg>.

11. Программа последствий: продолжение сопровождения успешных участников программы после реализации программы в «Артеке» может осуществляться в рамках

профориентационной работы со школьниками, а также привлечения их к обучению в центре довузовского образования и клубе «Юный медик».