**УСЛОВИЯ** **ОХРАНЫ** **ЗДОРОВЬЯ** **ОБУЧАЮЩИХСЯ**

**МБОУ ДО** **«ДЮСШ п. Плотниково»**

**Охрана** **здоровья** **обучающихся** Охрана здоровья

Одной из задач спортивной школы является создание здоровье сберегающей среды и охрана здоровья обучающихся.

Условия охраны здоровья обучающихся регламентированы такими нормативно - правовыми документами как Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Для создания нормальных условий охраны здоровья обучающихся и соблюдения санитарного законодательства СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» и улучшению условий труда в школе проводится ряд мероприятий.

**Охрана** **здоровья** **учащихся** **включает** **в** **себя:**

1. **оказание** **первичной** **медико-санитарной** **помощи** **в** **порядке,** **установленном** **законодательством** **в** **сфере** **охраны** **здоровья:**

Для оказания доврачебной первичной медицинской помощи и проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказания первой медицинской помощи в школе функционирует медицинский кабинет. Медицинский кабинет оснащён оборудованием, инвентарем и инструментарием в соответствии с СанПиНом 2.1.3.2630-10. На основании заключённого договора медицинское сопровождение обучающихся школы проводит БУЗ Орловской области «ООВФД» в городе Орле.

**2)** **Питание** **в** **спортивной** **школе** **не** **предусмотрено.**

**3)** **определение** **оптимальной** **внеучебной** **нагрузки,** **режима** **занятий** **и** **продолжительности** **каникул:**

При организации учебного процесса соблюдаются санитарные нормы, предъявляемые к его организации: объем нагрузки в часах и время отдыха.

В своей профессиональной деятельности тренеры-преподаватели школы учитывают возрастные возможности обучающихся и их индивидуальные особенности.

Неукоснительно соблюдаются санитарные нормы в части организации образовательного процесса, что отражено в учебном плане и расписании занятий, соблюдается режим тренировок и отдыха: при составлении расписания учитывается предельно допустимая нагрузка. При соответствующей погоде тренировки по соответствующим видам спорта проводятся на улице.

**4)** **пропаганду** **и** **обучение** **навыкам** **здорового** **образа** **жизни,** **требованиям** **охраны** **труда:** ДЮСШ организовывает взаимодействие с учителями физической культуры

общеобразовательных учреждений

В ДЮСШ тренеры-преподаватели проводят беседы по вопросам здоровье сбережения.

**5)** **организацию** **и** **создание** **условий** **для** **профилактики** **заболеваний,** **и** **оздоровления** **обучающихся:**

Средством реализации данного направления и является «Детско-юношеская спортивная школа»: функционирует четырнадцать объединений спортивной направленности: легкая атлетика, баскетбол, волейбол, футбол, бильярд, хоккей, вольная борьба, спортивный туризм, конный спорт, лыжные гонки, шахматы, настольный теннис, пулевая стрельба, горные лыжи.

**6)** **прохождение** **учащимися** **в** **соответствии** **с** **законодательством** **Российской** **Федерации** **периодических** **медицинских** **осмотров:**

Для проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, в школе функционирует медицинский кабинет. Углубленный медосмотр проводится два раза в год, в ГБУЗ «Промышленновская районная больница» Врачебная амбулатория п. Плотниково.

**7)** **профилактику** **и** **запрещение** **курения,** **употребления** **алкогольных,** **слабоалкогольных** **напитков,** **пива,** **наркотических** **средств** **и** **психотропных** **веществ,** **их** **прекурсоров** **и** **аналогов** **и** **других** **одурманивающих** **веществ:**

Наличие безопасной поддерживающей среды в ДЮСШ: благоприятный психологический климат, участие обучающихся в проектах по профилактике психоактивных веществ. В ДЮСШ систематически проводятся беседы: «Правильное питание», «Здоровье», «Профилактика вредных привычек (курение и алкоголь)», «Респираторных заболеваний» и т.д. Обучающиеся в ДЮСШ принимают участие в конкурсах плакатов, флешмобов «Спорт против наркотиков и табак курения», Спортивная надежда, Юный спортсмен, Лучший спортсмен.

**8)** **обеспечение** **безопасности** **обучающихся** **во** **время** **пребывания** **в** **организации,** **осуществляющей** **образовательную** **деятельность:**

Состояние и содержание территории, здания, оборудования соответствуют требованиям санитарных правил, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения.

Спортивные залы оснащены естественной и искусственной освещенностью, необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарно - гигиенических правил для освоения дополнительных образовательных программ.

Использование в повседневной воспитательной работе рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний.

В ДЮСШ работают квалифицированные специалисты, обеспечивающие проведение оздоровительной работы с учащимися.

Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни учащихся.

Отслеживание динамики показателей здоровья учащихся, включение этих сведений в ежегодный отчет.

Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, родителей комплексностью и системностью работы ДЮСШ по сохранению и укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения об образовательном учреждении.

**9)** **профилактику** **несчастных** **случаев** **с** **учащимися** **во** **время** **пребывания** **в** **организации,** **осуществляющей** **образовательную** **деятельность:**

Тренеры-преподаватели обязательно включают элементы обучения детей безопасному поведению, проводят инструктажи по правилам поведения в спортивном зале, на улице, в автобусе и т.д.

Основная мера предупреждения травм в ДЮСШ - это привитие обучающимся дисциплинированного поведения, прочных навыков осмотрительности.

Вопросы об условиях охраны здоровья обучающихся рассматриваются на совещании при директоре, педагогических совещаниях. Для оказания доврачебной медицинской помощи обучающимся в ДЮСШ функционирует медицинский кабинет.

Главным в реализации данного направления является создание организационно-педагогических условий для здоровье сбережения обучающихся и сотрудников ДЮСШ. Реализация данной деятельности направлена на формирование у участников учебно-воспитательного процесса культуры

отношения к своему здоровью, которая включает в себя:

• культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);

• культуру физическую,

• культуру психологическую,

• культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Работа по данному направлению предполагает обеспечение обучающихся определенными знаниями о здоровом образе жизни, освоение практических навыков, умений поддержания и укрепления собственного здоровья, уменьшение численности учащихся, склонных к вредным привычкам, формирование активной жизненной здоровье творческой позиции, активное сотрудничество с родителями и общественностью.

**Здоровье** **сберегающие** **технологии-**

это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его развития.

**Сущность** **здоровье** **сберегающего** **занятия:**

- обеспечивает ребёнку и тренеру-преподавателю сохранение и увеличение их жизненных сил от начала и до конца учебно-тренировочного процесса,

позволяет использовать полученные умения самостоятельно во внеурочной деятельности и в дальнейшей жизни

**Анализ** **проведения** **учебно-** **тренировочных** **занятий** **с** **позиций** **здоровье** **сбережения**

1. Обстановка и гигиенические условия в залах: температура и влажность воздуха, освещённость, наличие /отсутствие звуковых раздражителей и т.д.

2. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебно-тренировочной деятельности (не более 3-х академических часов в день три раза в неделю).

3. Использование методов, способствующих активизации и творческому самовыражению самих обучающихся.

4. Наличие в содержательной части занятия вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.

5. Наличие внешней мотивации деятельности обучающихся на занятии. Стимуляция внутренней мотивации.

6. Психологический климат на занятии. Взаимоотношения «тренер-обучающийся», «обучающийся-обучающийся».

7. Наличие на уроке эмоциональных разрядок.

**Разрушительно** **воздействуют** **на** **состояние** **здоровья** **обучающихся:**

1. Стрессогенные технологии проведения занятия и оценивания знаний обучающихся. 2. Недостаток физической активности учащихся.

3. Отсутствие индивидуального подхода в обучении.

4. Несоблюдение гигиенических и физиологических требований к организации учебного процесса.

5. Недостаточный уровень психологических знаний педагогов. 6. Низкий уровень культуры здоровья учащихся и их родителей.

**Гигиенические** **требования** **к** **максимальным** **величинам** **недельной** **образовательной** **нагрузки**

**(СанПиН** **2.4.2.2821-10)**

Занятия начинаются в 14.00 часов и заканчиваются не позднее 20.00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21.00 часов.

Занятия в объединениях проводятся по группам, подгруппам, индивидуально или всем составом объединения.

Зачисление детей для обучения по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта осуществляется при отсутствии противопоказаний к занятию соответствующим видом спорта.

Продолжительность занятий и их кратность в неделю в объединениях устанавливаются локальным нормативным актом организации, реализующей дополнительные общеобразовательные программы различной направленности, в соответствии с рекомендациями СанПиН 2.4.4.3172-1.

Рекомендуемая продолжительность занятий в учебные дни — не более 3-х академических часов в день, в выходные и каникулярные дни — не более 4 академических часов в день.

Здания организаций дополнительного образования оборудуются системами отопления в соответствии с требованиями, предъявляемыми к отоплению, в общественных зданиях и сооружениях.

Системы отопления должны обеспечивать нормируемые параметры микроклимата и воздушной среды помещений организаций дополнительного образования.

В помещениях организации дополнительного образования температура воздуха должна соответствовать следующим параметрам:

- в вестибюле, гардеробе – 18-22 С;

- в помещениях для занятий хореографией, спортом, техническим творчеством – 17-20 С;

- в медицинских кабинетах, раздевальных при спортивных залах и залах хореографии – 20 – 22 С;

- в душевых – 24 – 26 С.

В помещениях на рабочих местах при организации общего искусственного освещения обеспечиваются уровни освещенности люминесцентными лампами:

- в учебных помещениях для теоретических занятий - 300 - 500 лк; - в спортивных залах (на полу) - не менее 200 лк;

- в рекреациях - не менее 150 лк;

Все помещения для занятий должны ежедневно проветриваться во время перерывов между занятиями, между сменами и в конце дня.

Не допускается сквозное проветривание помещений в присутствии детей и проветривание через туалетные комнаты

Состав помещений для спортивных занятий определяется направленностью дополнительной общеобразовательной программы по видам спорта.

Спортивный инвентарь хранится в помещении снарядной при спортивном зале.

Используемые спортивные маты и другой инвентарь и оборудование должны быть покрыты материалами, легко поддающимися очистке от пыли, влажной уборке и дезинфекции.

Продолжительность занятий в объединениях устанавливается локальным нормативным актом организации дополнительного образования, реализующей дополнительные общеобразовательные программы различной направленности. Рекомендуемая кратность занятий в неделю и их продолжительность в организациях дополнительного образования приведены в [Приложении N 3.](http://ivo.garant.ru/#/document/70731954/entry/13000)

**Приложение** **N** **3** **к** [**СанПиН** **2.4.4.3172-14**](http://ivo.garant.ru/#/document/70731954/entry/1000)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Направленность объединения | Число занятий в неделю | Число и продолжительность занятий в день |
| 1. | Техническая | 2-3 | 2 по 45 мин; |
| 1.1. | Объединения с использованием компьютерной техники | 1-3 | 2 по 30 мин. для детей в возрасте до 10 лет;  2 по 45 мин. для остальных обучающихся; |
| 2. | Художественная | 2-3 | 2-3 по 45 мин.; |
| 2.1. | Объединения изобразительного и  декоративно-прикладного  искусства | 2-3 | 2-4 по 45 мин.; |
| 2.2. | Музыкальные и вокальные объединения | 2-3 | 2-3 но 45 мин. (групповые занятия); 30-45 мин. (индивидуальные занятия); |
| 2.3. | Хоровые объединения | 2-4 | 2-3 по 45 мин. |
| 2.4. | Оркестровые объединения | 2-3 | 30-45 мин. (индивидуальные занятия);  репетиция до 4-х часов с внутренним перерывом 20-25 мин.; |
| 2.5. | Хореографические объединения | 2-4 | 2 по 30 мин. для детей в возрасте до 8 лет;  2 по 45 мин. - для остальных обучающихся; |
| 3. | Туристско-краеведческая | 2-4; 1-2 похода или занятия на  местности в месяц | 2-4 по 45 мин;  занятия на местности или поход - до 8 часов; |
| 4. | Естественнонаучная | 1-3 | 2-3 по 45 мин.; |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | занятия на местности до 8 час; |
| 5. | Физкультурно-спортивная |  |  |
| 5.1. | Занятия по дополнительным общеразвивающим программам в области физической культуры и спорта | 2-3 | 1 до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет;  2 по 45 мин. - для остальных обучающихся; |
| 5.2. | Спортивно-оздоровительные группы (кроме командных игровых и технических видов спорта) | 2-3 | 1 до 45 мин. для детей в возрасте до 8 лет;  2 по 45 мин. - для остальных обучающихся; |
| 5.3. | Спортивно-оздоровительные группы в командно-игровых видах спорта | 2-3 | 2 по 45 мин.; |