

**МБУК «Централизованная библиотечная система»
Библиотека - филиал № 2**

«Ступеньки здоровья»
**Целевая программа по формированию здорового
образа жизни у детей**



**Составитель:
библиотекарь Жуланова Ж. В.**

Киселевск, 2025

**Паспорт
Целевой программы «Ступеньки здоровья»
на 2025 – 2029 гг.**

Наименование программы	«Ступеньки здоровья» - целевая программа, по популяризации здорового образа жизни для детей дошкольного и младшего школьного возраста.
Основания для разработки программы	Общественная потребность, опыт работы в данном направлении
Основной разработчик программы.	МБУК «Централизованная библиотечная система» Библиотека-филиал № 2, детский абонемент
Исполнители программы	Специалисты библиотеки-филиала № 2
Партнеры программы	Педагоги и психологи общеобразовательных школ № 23, 25, детских садов №54, №55, №58
Цель программы	Формирование установки на здоровый образ жизни среди подрастающего поколения
Задачи программы	<p>1. Сформировать фонд методических материалов, наглядных пособий информационных ресурсов, отражающих тематику программы;</p> <p>2. Внедрить в практику работы библиотеки различные формы и методы работы по пропаганде здорового образа жизни: проведение квизов; творческих квилтов; создать спортивную фотозону с ростовой фигурой хоккеиста, футболиста и т. д.; организовать онлайн фотовыставки «Спорт в каждом из нас»; мастер-класс от действующего спортсмена, известного тренера; игровые спорт-квизы и тренинги.</p> <p>3. Через творческие мероприятия, акции, встречи со специалистами сформировать потребность детей в ведении здорового образа жизни и занятии спортом.</p> <p>4. Продолжить работу клуба по формированию здорового образа жизни «Расту здоровым» для учащихся младшего школьного возраста школы № 25. Ежемесячно проводить</p>

	<p>мероприятия (за исключением летних месяцев).</p> <p>5. Укрепить межведомственное взаимодействие по вопросам формирования здорового образа жизни (медицина, спортшкола, ГБДД и др.)</p>
Целевая аудитория	Учащиеся 1 - 4 классов школ № 23, 25, воспитанники детских садов № 54, 55, 58
Сроки реализации программы	2025– 2029 гг.
Ожидаемые конечные результаты программы	<p><i>Настоящей программой будет охвачено более 800 учеников пользователей дошкольного и младшего школьного возраста:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Увеличится число культурно-массовых мероприятий по популяризации здорового образа жизни на 2%, число посещений на них на 2,5 %; - Увеличится число крупных, значимых мероприятий по проведению Дней здоровья, рекламно-информационных акций (встреч с медицинскими работниками, спортсменами, интересными людьми, избравшими здоровый образ жизни: «Здоровым быть модно», «Спорт – стиль жизни»,) – не менее 5 раз в год; - Сформирован фонд библиотеки информационными ресурсами по здоровому образу жизни на бумажных и электронных носителях; - Созданы тесные партнёрские отношения и активное сотрудничество с образовательными учреждениями; - Создание памяток, персональных закладок по разным направлениям; - Размещено видеороликов в социальных сетях по теме здорового образа жизни, не менее 5 раз в год.
Система ответственности и организации контроля за исполнением программы.	<p>Директор МБУК ЦБС г. Киселевска</p> <p>Методический отдел ЦБС.</p> <p>Зав. библиотекой-филиалом № 2</p>

1. Обоснование необходимости Программы

Программа «Ступеньки здоровья» определяет цели и задачи содействия по формированию здорового образа жизни среди детей и подростков, а также основные направления и возможности их реализации. Данная программа предусматривает возможности для активного взаимодействия с другими организациями – с детскими учреждениями. В связи с этим актуально значимым и востребованным сегодня становится создание оздоровительной программы по проблемам популяризации здорового образа жизни, где важнейшая роль отводится организации просветительской деятельности библиотеки. Основным фактором, формирующим здоровье обучающегося, является его образ жизни, в который входят следующие составляющие: питание, физическая активность, отношение к вредным привычкам, психологический микроклимат, ответственность за сохранение собственного здоровья. Программа познакомит младших школьников с основами здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности, правилами гигиены и профилактики заболеваний

Библиотека не должна оставаться равнодушной к проблемам детей и подростков, связанных с все возрастающей опасностью вредных привычек, с которыми мы должны и можем бороться доступными нам средствами. Пропаганда здорового образа жизни, привлечение детей к проведению досуга в библиотеке. Данная программа обеспечивает формирование установки на здоровый образ жизни, через массовые мероприятия различных форм, с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

2. Основные цели и задачи программы

Цель программы:

Формирование установки на здоровый образ жизни среди подрастающего поколения

Задачи программы:

- 1.** Через творческие мероприятия, акции, встречи со специалистами сформировать потребность детей в ведении здорового образа жизни и занятии спортом.
- 2.** Сформировать фонд методических материалов, наглядных пособий информационных ресурсов.
- 3.** Внедрить в практику работы библиотеки новые формы и методы работы по пропаганде здорового образа жизни: проведение интерактивных игр «Литературный кроссфит», «Здоровая Олимпиада»; создать спортивную

фотозону с ростовой фигурой хоккеиста, футболиста и т. д.; организовать онлайн фотовыставки «Спорт в каждом из нас»; мастер-класс от действующего спортсмена или известного тренера, игровые спорт-круизы.

4. Укрепить межведомственное взаимодействие по вопросам формирования здорового образа жизни (медицина, спортшкола, ГБДД и др.)

3. Целевая аудитория

Целевая аудитория: Дошкольники, учащиеся младшего школьного возраста

4. Механизм реализации программы

Направления деятельности в рамках данной Программы основываются на современной системе профилактической работы и включает следующие виды:

1. Целенаправленное комплектование библиотечного фонда книгами, периодическими изданиями, аудио - видеоэлектронными документами для информационного обслуживания пользователей библиотеки
2. Проведение библиотечно, информационных мероприятий, способствующих продвижению книги и чтения, воспитанию социально активной, нравственно устойчивой личности ребенка.

Суть занятий с детьми заключается в организации совместной деятельности библиотекаря и ребенка с позиции сотрудничества, поэтому в библиотеке активно проводятся разнообразные мероприятия следующих форм:

- игры, соревнования
- конкурсы
- мини-лекции
- дни информации
- книжные выставки.
- издание памяток, буклетов.

5. Формы и методы реализации Программы

- Исследовательская деятельность (анкетирования, опросы).
- Оказание библиотечно-информационных услуг.
- Организация выставочной деятельности.
- Формирование фонда информационных ресурсов, отражающих тематику программы, на всех видах носителей.
- Организация и проведение массовых мероприятий.

- Подготовка и издание информационно-библиографических пособий, информирующих пользователей о литературе по здоровому образу жизни
- Подготовка и издание рекламной продукции в рамках программы.
- Сотрудничество со СМИ.
- Координация сотрудничества с партнёрами, заинтересованными в решении данной проблемы (учителя, родители, медработники, тренера, спортсмены).

6. Ожидаемые конечные результаты

- увеличить число крупных, значимых мероприятий по проведению Дней здоровья, рекламно-информационных акций (встреч с медицинскими работниками, спортсменами, интересными людьми, избравшими здоровый образ жизни;
- активизация интереса детей к формированию здорового образа жизни
- создание тесных партнёрских отношений и активное сотрудничество с образовательными учреждениями;
- увеличение книговыдачи и обращаемости изданий по спорту и научно-популярной литературе.

7. Ресурсное обеспечение Программы

Материально-технические ресурсы:

- помещение в здании библиотеки;
 - средства связи (телефон, Интернет, Wi-Fi);
- реквизит (учебно-наглядные пособия; психодиагностический материал, используемый в целях изучения интересов, склонностей учащихся, их психофизиологических качеств, ценностных ориентаций (анкеты, опросники); спортивный инвентарь и т.д.);
- компьютерное и мультимедийное оборудование.

Информационные ресурсы:

- книжные фонды библиотеки;
- учебно-методические материалы (примерная тематика и содержание бесед, лекций для учащихся; дидактические материалы для проведения занятий по ЗОЖ).

Интеллектуальные ресурсы:

- методические разработки;
- сценарии мероприятий.

План мероприятий на 2025 - 2029 учебный год

№	Название мероприятия	Форма	Сроки проведения
2025 год			
1.	«Витаминная радуга»	Конкурсно - игровая программа	январь
2.	«Где прячется здоровье»	Квиз	январь клуб «Расту здоровым»
3.	«Зимние забавы»	Информационный стенд	февраль
4.	«Знатоки» зимних видов спорта» (День зимних видов спорта в России)	Познавательная викторина	февраль клуб «Расту здоровым»
5.	«Укрепи иммунитет – избежишь немало бед»	Урок здоровья	март
6.	«Опора тела – наш скелет. Мышцы , кости и суставы – в них движения секрет	Слайд-час полезных советов	март клуб «Расту здоровым»
7.	«Здоровью – зелёный свет!»	Панорама полезной информации	апрель клуб «Расту здоровым»
8.	«Сон, прогулка, физкультура – лучше пузырьков микстуры»	Библио-кросс	апрель
9 .	«Мы с планеты Здоровья»	Памятка	май
10.	«Чистота – залог здоровья»	Час здоровья	май клуб «Расту здоровым»

11.	«Интересно о полезном» (молоко и молочные продукты)	Беседа за круглым столом	сентябрь
12.	«О чем расскажет упаковка»	Познавательный экскурс	сентябрь клуб «Расту здоровым»
13.	«Как уберечься от гриппа»	Приглашение к размышлению	октябрь
14.	«Мое здоровье и безопасность»	Игровая программа	октябрь клуб «Расту здоровым»
15.	«Фликер жизнь освещает»	Мастер – класс по изготовлению фликеров	ноябрь
16.	«С вредными привычками борись – здоровым быть стремись»	Профилактический час	ноябрь клуб «Расту здоровым»
17.	«В поисках страны здоровья»	Викторина	декабрь
18.	«По дорогам и по улицам я по правилам хожу, потому что Я здоровым быть хочу»	Урок профилактики травматизма	декабрь клуб «Расту здоровым»
2026 год			
19.	«Знатоки глобальной сети»	Игра - викторина	январь
20.	«Организм укрепляю, и на насморк чихаю»	Панорама полезной информации	январь клуб «Расту здоровым»
21.	«Мороз, сугробы, гололед...зима идет!»	Тематическая беседа	февраль
22.	«Обгоняя ветер зимний» (День зимних видов спорта в России»	Видеолекторий	февраль клуб «Расту здоровым»
23.	«Есть правила на свете, должны все знать их дети»	Библиомикст	март
24.	«Чтобы глаза были	Информационный час	март

	здоровы»		клуб «Расту здоровым»
25.	«Марафон здоровья»	Познавательно-игровой турнир	апрель
26.	«Мое свободное время»	Сундучек детских рассуждений	апрель клуб «Расту здоровым»
27.	«У дорожных правил каникул нет!»	Встречи с представителем ПДД	май
28.	«Потому и знаменит – этот доктор Айболит»	Игра-путешествие	май клуб «Расту здоровым
29.	«Режим дня: каждому делу – свое время»	Калейдоскоп рекомендаций	сентябрь
30.	«Питание и здоровье» 18 сентября – День здорового питания	Час добрых советов	сентябрь клуб «Расту здоровым
31.	«День чистых рук»	Практическое занятие	октябрь
32.	«Пожарная безопасность в быту»	Урок безопасности	октябрь клуб «Расту здоровым
33.	«Здоров по собственному желанию»	Встреча с медицинским работником	ноябрь
34.	«Новое поколение за здоровый образ жизни»	Библиквиз	ноябрь клуб «Расту здоровым
35.	«На дорогах и на улицах я по правилам хожу, потому что здоровьем очень, очень дорожу»	Виртуальное путешествие	декабрь
36.	«Осанка – основа красивой походки»	Познавательно-игровая программа	декабрь клуб «Расту здоровым
2027 год			
1.	«Это важно знать»	Беседа-предупреждение	январь
2.	«Спорт – здоровье, спорт –	Конкурсно - игровая	февраль

	игра». (День зимних видов спорта в России)	программа	
3.	«Что с водой»	Познавательный урок	март
4.	«Светофор здоровья».	Викторина	апрель
5.	«Мое безопасное лето»	Инфоридосье	май
6.	«Твое питание» 18 сентября – День здорового питания	Игровая программа	сентябрь
7.	«Как Болейку перевоспитать»	Профилактический час	октябрь
8.	«Как лечились наши деды»	Беседа	ноябрь
9.	«Здоровье и безопасность»	Слайд-час полезных советов	декабрь
2028 год			
1.	«Интересно о полезном»	Презентация	январь
2.	«На приеме у Айболита»	Познавательная игра	февраль
3.	«Быть спортивным – это стильно»	Встреча со спортсменом	март
4.	«Здоровая Олимпиада»	Интеллектуально-развлекательная игра	апрель
5.	«Игра – здоровью верная сестра»	Игротека	май
6.	«Секреты правильного питания»	Оздоровительный урок	сентябрь
7.	«Чистота – залог здоровья»	Познавательная викторина	октябрь
8.	«Путешествие в мир безопасности и здоровья»	час рассуждений	ноябрь
9.	«Мобильная атака. Чем опасны мобильные	Информационный видео ролик	декабрь

	телефоны»		
2029 год			
1.	«Образ жизни – здоровый!»	круглый стол	январь
2.	«Быстрее, выше, умнее»	Познавательно-игровые старты	февраль
3.	«Книга на службе здоровья»	Познавательное путешествие	март
4.	«Олимпийцы среди нас»	день здоровья в библиотеке	апрель
5.	«Живи активно! Думай позитивно!».	устный журнал	май
6.	«Безопасность на улице – залог сохранения здоровья»	Беседа-предупреждение	сентябрь
7.	«Это должен знать каждый: первая помощь»	Час полезных советов	октябрь
8.	«Тонкий лед - к беде ведет»	информационный буклет	ноябрь
9.	«Правила использования пиротехники в новогодний период»	Профилактический час	декабрь