

Программа формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни (1-4 классы).

Пояснительная записка

Обучение - самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье школьников. Интенсификация учебного процесса, использование новых форм и технологий обучения, раннее начало систематического обучения привело к значительному росту количества детей, не способных полностью адаптироваться к нагрузкам. Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Важно не только сохранить здоровье в процессе обучения, но и научить детей заботиться о нем: формировать установки на здоровый образ жизни; формировать нетерпимость и умение противодействовать действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни учащихся - это комплексная программа формирования представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовая и документальная основа Программы

- Закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 4.2.2821-10 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 29.12.2012).

Программа сформирована с учётом ***факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:***

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным

проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;

- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Цели и задачи Программы

Цель программы: Формирование здорового образа жизни младших школьников, способствующего познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни учащихся:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить учащихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Стратегии воспитания культуры здоровья в младшем школьном возрасте:

- учет психологических и психофизиологических характеристик возраста;
- опора на зону актуального развития, исходя из того, что формирование;
- ценности здоровья и здорового образа жизни;
- создание благоприятного психологического климата;
- обеспечение рациональной организации учебного процесса;
- эффективная физкультурно-оздоровительной работы;
- организация рационального питания.

Принципы:

- научности и обоснованности;
- последовательности;
- возрастной и социокультурной адекватности;
- информационной безопасности и практической целесообразности.

Участники программы:

- учащиеся;
- классные руководители;
- учителя физической культуры;
- школьная медицинская служба;
- врачи - специалисты закреплённой за учреждением поликлиники;
- школьная психологическая служба и логопед;
- педагоги дополнительного образования;
- родители;
- социальные партнёры

Условия формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни

1. Наличие и эффективное функционирование большого и малого спортивного зала;
2. Наличие медицинского кабинета;
3. Наличие спортивной игровой площадки;
4. Наличие школьной столовой;
5. Творческий потенциал учителей физической культуры и педагогов дополнительного образования;
6. Активное сотрудничество с социальными партнерами: городским Центром медицинской профилактики, детской поликлиникой № 2;

7. Увеличение двигательной активности за счёт занятий предусмотренных Учебным планом в разделе Внеурочная деятельность;
8. Психолого-педагогическое сопровождение классов;
9. Проведение и анализ мониторинга физического развития обучающихся;
10. Наличие в штатном расписании ставок психологов, логопеда, учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования;
11. Наличие Центра здоровья;
12. Реализация проекта «Дневник здоровья»;
13. Наличие спортивных кружков «Футбол», «Баскетбол», «Настольный теннис».

Структура формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

1. Здоровьесберегающая инфраструктура.
2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.
3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.
4. Реализация дополнительных образовательных программ.
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

I. Здоровьесберегающая инфраструктура.

Задача: создание условий для реализации программы

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации образовательного учреждения

	Состав сотрудников здоровьесберегающей инфраструктуры	Деятельность	Планируемый результат
1.	Директор школы	Осуществляет контроль за реализацию этого блока	Создание условий: кадровое обеспечения, материально-техническое, финансовое
2.	Заместитель директора по административно - хозяйственной части	Осуществляет контроль за санитарно гигиеническим состоянием всех помещений ОУ; организует соблюдение требований пожарной безопасности; создание условий для функционирования столовой, спортивного зала, медицинского кабинета	Обеспечение соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся; - наличие и необходимое оснащение помещений

			для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи; оснащение кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.
3.	Заместитель директора по УВР	Разрабатывает построение учебного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Контролирует реализацию ФГОС и учебных программ с учетом индивидуализации обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности). Организует работу по индивидуальным программам начального общего образования.	Приведение учебно-воспитательного процесса в соответствии с состоянием здоровья и физических возможностей обучающихся и учителей, организующих процесс обучения обучающихся. Наличие условий сохранения и укрепления здоровья как важнейшего фактора развития личности.

4.	Заместитель директора по ВВВР	<p>Организует воспитательную работу, направленную на формирование у обучающихся ЗОЖ, на развитие мотивации ЗОЖ. Изучает передовой опыт в области здоровьесбережения.</p> <p>Проводит коррекцию и контроль процесса формирования здорового образа жизни обучающихся и педагогов.</p> <p>Разрабатывает рекомендации по валеологическому просвещению обучающихся учителей и родителей.</p>	<p>Приоритетное отношение к своему здоровью: наличие мотивации к совершенствованию физических качеств; здоровая целостная личность. Наличие у обучающихся потребности ЗОЖ.</p> <p>Повышение валеологической грамотности учителей; наличие готовности у педагогов к валеологической работе с учениками и родителями</p>
5.	Классный руководитель, учитель физической культуры	<p>Осуществляет просветительскую и профилактическую работу с учащимися, направленную на сохранение и укрепление здоровья. Проводит диагностическую работу по результативности и коррекции валеологической работы.</p>	<p>Формирование у обучающихся потребности ЗОЖ; формирование здоровой целостной личности</p>
6.	Ответственный за организацию питания	<p>- организует просветительскую работу по пропаганде основ рационального питания</p> <p>-входит в состав бракеражной комиссии</p> <p>-осуществляет мониторинг количества питающихся</p>	<p>- обеспечение качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков</p> <p>- формирование представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах</p>
7.	Медицинский работник	<p>Обеспечивает проведение медицинских осмотров.</p> <p>Организует санитарно-гигиенический и</p>	<p>Формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и</p>

		<p>противоэпидемический режимы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ведет диспансерное наблюдение за детьми; - выполняет профилактические работы по предупреждению заболеваемости; - обучает гигиеническим навыкам участников образовательного процесса. 	<p>здорового образа жизни;</p> <p>формирование потребности ребёнка безбоязненного обращения к врачу по любым вопросам состояния здоровья</p>
8.	Руководитель ПМПк	<p>Организует комплексное изучение личности ребенка.</p> <p>Обеспечивает выработку коллективных рекомендаций для учителей, родителей по дальнейшей тактике работы с данными детьми</p>	<p>Обеспечение условий для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, испытывающим трудности в обучении, отклонениями в поведении</p>
9.	Педагог - психолог	<p>Способствует формированию благоприятного психологического климата в коллективе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - занимается профилактикой детской дезадаптации - пропагандирует и поддерживает здоровые отношения в семье 	<p>Создание благоприятного психо-эмоционального фона:</p> <p>развитие адаптационных возможностей;</p> <p>совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности, развитие самопознания;</p> <p>формирование психологической культуры личности</p>
10.	Учитель - логопед	<p>Осуществляет коррекцию речевых нарушений у детей.</p> <p>Способствует социальной адаптации детей логопатов</p>	<p>Снижение речевых нарушений; социальная адаптация детей логопатов</p>
11.	Родители – члены управляющего совета	<p>Контролирует соблюдение требований СанПиН.</p> <p>Участвует в обсуждении совместной деятельности педколлектива, обучающихся, родителей по здоровьесбережению.</p> <p>Участвуют в совещаниях по подведению итогов по сохранению здоровья обучающихся</p>	<p>Обеспечение результативности совместной работы семьи и школы.</p>

II. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Задача: повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Планируемый результат:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся; использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

Использование возможностей УМК в образовательном процессе.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью предметов УМК: «Школа России», программы р/о по системе Занкова.

Для формирования установки на безопасный, здоровый образ жизни в системе учебников предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание предоставляет возможность обсуждать с детьми проблемы, связанные с безопасностью и здоровьем, активным отдыхом.

Система учебников «Школа России» формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

В курсе «Окружающий мир» — это разделы: «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия» (и учебный проект «Путешествуем без опасности»), «Чему учит экономика» и др. и темы: «Что вокруг нас может быть опасным?», «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?», «Почему в автомобиле и поезде нужно соблюдать правила безопасности?», «Почему на корабле и в самолете нужно соблюдать правила безопасности?».

При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

В курсе «Английский язык» в учебниках “Millie” 2—4” содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе (*Have you ever been on a picnic?* (3 кл.), подвижным играм (*We like playing games*), участию в спортивных соревнованиях (*Расспросите друг друга о том, какие виды спорта или игры удаются вам лучше других.* (2 кл.)). Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры».

В курсе «Основы религиозных культур и светской этики» тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Ислам и наука» (№26-27 «Основы исламской культуры»), «Отношение к природе» (№13 «Основы буддийской культуры»), «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» (№26, 29 «Основы православной культуры») и др.

Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служат материалы рубрики «Наши проекты», представленной в учебниках 1-4 классов **по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру**, а также материал для организации проектной деятельности в учебниках **технологии, иностранных языков, информатики.**

Содержание материала рубрики «Наши проекты» выстроено так, что способствует организации проектной деятельности, **как на уроке, так и во внеурочной работе.**

В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «Физическая культура» весь материал учебника (1–4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все подразделы книги, но особенно те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости

Задача формирования бережного, уважительного, сознательного отношения к материальным и духовным ценностям решается средствами всей системы учебников «Школа России», р/о Занкова в течение всего учебно-воспитательного процесса

Направления деятельности	Учебная и внеучебная деятельность
1. Организация режима школьной жизни	<p>1. Снятие физических нагрузок через:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых: 1 классы – 33 учебные недели, дополнительные каникулы в середине 3 четверти. 2-4 классы- 34 учебные недели, разбит на 4 четверти. Максимально допустимая нагрузка. – Наибольший охват обучающихся в 1 смену. – Пятидневный режим обучения в 1-х классах и 6-дневный режим обучения 2-4 классах с соблюдением требований к максимальному объему учебной нагрузки. – «Ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса: в сентябре-октябре в 1-х классах. – Облегченный день в середине учебной недели (учет биоритмологического оптимума умственной и физической работоспособности). – 35-минутный урок в течение всего учебного года. в 1 классах и 45 -минутый во 2-4 классах. – Рациональный объем домашних заданий: 2 классы до 1,5 часов, в 3-4 классах до 2 часов, отсутствие домашних заданий в 1 классе. – Составление расписания с учетом динамики умственной работоспособности в течение дня и недели.
2. Создание предметно - пространственной среды	<p>1. Отдельный блок для начальной школы.</p> <ul style="list-style-type: none"> – Для каждого класса отведена учебная комната в каждой классной комнате имеется гигиенический уголок (раковина для мытья рук). – Физкультурный зал для обучающихся начальной школы. – Зал хореографии для внеурочной деятельности. <p>2. Обеспечение обучающихся удобным рабочим местом за партой в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от их роста, ставятся первыми, причем для детей с пониженной остротой</p>

	<p>зрения они размещаются в первом ряду от окна.</p> <p>3.Парты в классных комнатах располагаются так, чтобы можно было организовать фронтальную, групповую и парную работу обучающихся на уроке.</p> <p>4.По возможности учебники и дидактические пособия для первоклассников хранятся в школе.</p>
<p>3. Организация учебно - познавательной деятельности</p>	<p>1. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих технологий: -технологии личностно-ориентированного обучения концептуальные основы которых заложены в используемых школой УМК «Школа России»</p> <p>2. Корректировка учебных планов и программ: - введение в школе 1 ступени за счет школьного компонента учебного плана третьего часа физкультуры; - введение внеурочной деятельности, спортивно-оздоровительного направления ; -реализация планов индивидуального обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья.</p> <p>3.Оптимальное использование содержания валеологического образовательного компонента в предметах, имеющих профилактическую направленность: физическая культура, окружающий мир.</p> <p>4. Безотметочное обучение в1-2 классах искусству, музыке в 1- 4 классах.</p> <p>5.Применение ИКТ с учетом требований СанПиН.</p> <p>6.Специфика организации учебной деятельности первоклассников в адаптационный период уроков по отдельным предметам в адаптационный период: математика, окружающий мир, технология, физкультура, изобразительное искусство, музыка.</p> <p>7.Реализация раздела «Я и мое здоровье» программы духовно-нравственного воспитания и развития личности; - реализация плана мероприятий по профилактике детского травматизма; - изучению пожарной безопасности; -проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий: осенний кросс, спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья»; - проведение дня здоровья; экскурсии в лес, парк; встречи с инспекторами ГИБДД,</p>

III. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

Задача: обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Планируемый результат:

- эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях);
- рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- функционирование занятий по лечебной физкультуре;
- организация часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

Организация оздоровительно-профилактической работы	<p>1. Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья</p> <ul style="list-style-type: none">• медицинский осмотр детей, врачами-специалистами (педиатром, окулистом, отоларингологом, хирургом, неврологом);• медицинский осмотр детей и профилактическая работа стоматологического кабинета;• мониторинг состояния здоровья, заболеваемости с целью выявления наиболее часто болеющих детей; определение причин заболеваемости с целью проведения более эффективной коррекционной и профилактических работ;• диагностика устной и письменной речи (мониторинг речевого развития) <p>2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:</p> <ul style="list-style-type: none">• проведение плановых прививок медработником школы (в т.ч. вакцинация против гриппа, клещевого энцефалита);• витаминизация; кислородные коктейли;• профилактика простудных заболеваний
--	---

(применение чеснока, оксалиновой мази и т.д.);

- создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переобувания сменной обуви и т.д.;
- соблюдение санитарно-гигиенического противоэпидемического режима.

3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

- ежедневная физзарядка до занятий;
- согласно письму МО РФ «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (от 25.09.2000г. № 2021/11-13), проведение физкультминуток на каждом уроке продолжительностью по 1,5-2 минуты (рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока). В комплекс физминуток включены различные упражнения с целью профилактики нарушения зрения, простудных заболеваний, заболеваний опорно - двигательного аппарата.
- подвижные игры на переменах; ежедневная прогулка и спортивный час в группе продленного дня;
- внеклассные спортивные мероприятия;
- школьные спортивные кружки: общефизической подготовки «Здоровячек», «Ритмика», «Танцевальный кружок», секция «Тхэквандо»

4. Организация рационального питания

предусматривает:

- назначение учителя, ответственного за организацию горячего питания в школе, за родительскую плату и бесплатное питание;
- создание бракеражной комиссии в составе: медицинский работник школы, учитель, ответственный за организацию питания;
- выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;
- соблюдение основных принципов рационального питания: соответствие энергетической ценности рациона возрастным физиологическим потребностям детей (учет необходимой потребности в энергии детей младшего школьного возраста);
- сбалансированность рациона питания детей по содержанию белков, жиров и углеводов для максимального их усвоения
- восполнение дефицита витаминов в питании школьников за счет корректировки рецептур и использования обогащенных продуктов; максимальное разнообразие рациона путем использования достаточного ассортимента продуктов и различных способов кулинарной обработки; соблюдение оптимального режима питания.
- создание благоприятных условий для приема пищи (необходимые комплекты столовых приборов: ложки

	<p>столовые, чайные, вилки; на столах салфетки; мытье рук перед едой) и обучение культуре поведения за столом;</p> <ul style="list-style-type: none"> • 100%-ный охват обучающихся начальной школы горячим питанием; • рейды комиссии по питанию с участием родителей с целью проверки организации питания обучающихся в школе (проверяют наличие документов, санитарное состояние столовой, анализ меню, анкетирование, опрос обучающихся). <p>5. Работа психолого-педагогической и медико-социальной службы для своевременной профилактики нарушений психологического и физиологического состояний детей и педагогов: занятия с учащимися с целью снятия физической нагрузки; организация работы ПМПК по психолого-медико-педагогическому сопровождению обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, трудностями в обучении и отклонениями в поведении.</p> <p>6. Работа логопедической службы по рабочим программам для групповых и индивидуальных занятий «Коррекционно-развивающее обучение обучающихся с нарушениями чтения и письма».</p>
--	--

IV. Реализация дополнительных образовательных программ

Задача: внедрить программы дополнительного образования по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей начальных классов, педагогов - психологов.

<p>Внедрение программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вводный курс «Первые дни в школе» в рамках работы «Мамина школа» (Безрукова). 2. Работа школьного психолога по программам: «Здравствуй, школа» (Программа по адаптации первоклассников к школе (авторы Пилипко Н.В., Громова Т.В., Чибисова М.Ю); Коррекционно-развивающая программа по адаптации первоклассников к школе (авторы Васильева Н.Л., Афанасьева Е.И.); - «Дорога в пятый класс» (авторы психологи школы); «Введение в школьную жизнь» (авторы Санько А, Кафеева Ю); 3. Реализация курсов и программ: в 1-4 классах «Полезные привычки». 4. Реализация программ по Технике безопасности и Правилам дорожного движения. <p>Формы организации занятий по программам дополнительного образования интеграцию в базовые образовательные дисциплины;</p> <ul style="list-style-type: none"> • проведение часов здоровья;
--	---

	<ul style="list-style-type: none"> • факультативные занятия; • проведение классных часов; • занятия в кружках; проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п. • программа «Разговор о правильном питании»
--	---

V. Просветительская работа

Задачи: организовать педагогическое просвещение родителей

Планируемый результат:

- формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни;
- создание в семье благоприятной воспитывающей среды, способствующей улучшению межличностных отношений, повышению ответственности семьи за здоровье, физическое, эмоциональное, умственное и нравственное развитие школьников.

Реализация этого блока зависит от совместной деятельности администрации образовательного учреждения, учителей начальных классов, педагогов - психологов, школьного библиотекаря, родителей

<p>1.Родительский всеобуч: просвещение через обеспечение литературой, размещение информации на сайте школы, сменных стендах</p>	<p>1. Обсуждение с родителями вопросов здоровьесбережения в семье и образовательном учреждении, знакомство родителей с задачами и итогами работы школы в данном направлении на родительских собраниях, лекториях.</p> <p>2. Обмен опытом семейного воспитания по ценностному отношению к здоровью в форме родительской конференции, организационно-деятельностной и психологической игры, собрания-диспута, родительского лектория, семейной гостиной, встречи за круглым столом, вечера вопросов и ответов, семинара, педагогического практикум, тренинга для родителей и другие.</p> <p>3. Просвещение родителей через размещение информации на сайте школы, создание информационных стендов, книжных выставок: о нормативно – правовой базе по воспитанию ребенка, правовыми аспектами, связанными с ответственностью родителей за воспитание детей: статьями Конституции Российской Федерации; Семейного кодекса Российской Федерации; Закона "Об образовании", Устава школы (права и обязанности родителей); о социально-психологической службе; о литературе для родителей в библиотеке школы, о подготовке ребенка к школе; о режиме работы школы; о социально-психологической службе</p> <p>4. Книжные выставки в библиотеке школы по вопросам семейного воспитания,</p>
---	--

	индивидуальные консультации по подбору литературы. 5. Реализация цикла бесед для родителей. 6. Размещение информации на сменном стенде «Лучше быть здоровым!», «Береги здоровье смолоду».
2 Просвещение через совместную работу педагогов и родителей	Проведение совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований: «Веселые старты», «Осенний кросс», спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек в рамках месячника «Мой выбор», предупреждение травматизма, соблюдение правил безопасности и оказание помощи в различных жизненных ситуациях в рамках «Дня защиты детей».

Мероприятия по реализации Программы

№ п/п	Мероприятие	Сроки	Ответственные	Подведение итогов
Работа с педагогическими кадрами				
1	Установление контактов в рамках планируемой деятельности с социальными партнёрами	4 четверть предыдущего плановому учебному года	Зам. директора по ВР	Административное совещание
2	Совещание с педагогами дополнительного образования, руководителями секций спортивной направленности	1 раз в полугодие	Зам. директора по ВР	Административное совещание
3	Совещание с педагогами по реализации педагогических проектов (в рамках экспериментальной деятельности)	2 раза в год	Руководитель экспериментальной работы	Административное совещание
4	Соблюдение санитарно-гигиенического режима, смотр кабинетов	постоянно	Классные руководители, учителя-предметники	Административное совещание
5	Промежуточные тематические консультации	постоянно	Зам. директора по ВР	Заседание МО классных руководителей

	по оказанию методической помощи классным руководителям, педагогам доп. образования			
6	Промежуточные тематические консультации по оказанию методической помощи классным руководителям в экспериментальной работе	постоянно	Руководитель экспериментальной работы	Ежегодный анализ экспериментальной работы
7	Формирование рационального расписания, не допускающего перегрузки	постоянно	Зам. директора по УВР	Административное совещание
8	Ежегодное промежуточное корректирование мероприятий Программы	сентябрь	Зам.директора по ВР и УВР	Административное совещание
9	Мониторинг эффективности программы	май	Зам. директора по ВР	Административное совещание
Работа с обучающимися				
10	Тематические классные часы	1 раз в четверть, постоянно	Классные руководители	Заседание МО классных руководителей
11	Диагностика уровня тревожности, выявление психологических проблем обучающихся	по запросам, по расписанию психологической службы	Психологическая служба школы	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
12	Мониторинг состояния здоровья и физической подготовки	постоянно	Медицинские работники, классные руководители	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы «Дневники здоровья»
13	Оформление социально-диагностических паспортов класса	до 10 сентября каждого учебного года	Классные руководители	Административное совещание
14	Индивидуальная	в течение	Психологическая	Анализ работы по

	работа по выявлению проблем физического и психического здоровья	года	служба, медицинские работники школы, классные руководители	ежегодным итогам реализации программы
15	Проведение «Дней здоровья»	по отдельному графику	Зам. директора по ВР, МО физической культуры	Административное совещание
16	Организация горячего питания	постоянно	Совет по созданию и реализации Программы	Административное совещание
17	Соблюдение санитарно-гигиенического режима	постоянно	Классные руководители, учителя-предметники	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
18	Комплектование и презентация объединений дополнительного образования в рамках работы по Программе	1 четверть	Педагоги дополнительного образования, классные руководители, Зам. директора по ВР	Совещание при зам. директора по ВР
19	Организация внеурочной деятельности обучающихся в соответствии с целью и задачами программы	постоянно	Классные руководители, учителя-предметники	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
20	Работа «Уголка здоровья»	постоянно	Медицинская служба школы	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
21	Посещение спектаклей, с содержанием, соответствующим тематике программы	2 раза в год	Зам. директора по ВР, классные руководители	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
22	Участие в спартакиадах и соревнованиях различного уровня	постоянно	МО физической культуры	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
23	Организация летней занятости обучающихся	постоянно	Классные руководители, Зам. директора по ВР,	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы

			директор пришкольного лагеря	
Работа с родителями				
24	Составление социальных паспортов класса, школы	сентябрь	Классные руководители, Зам директора по ВР	Административное совещание
25	Социальное, правовое, медицинское, психологическое просвещение родителей посредством участия в родительских собраниях специалистов социальных и властных структур (работники Центра медицинской профилактики г. Сургута, Центра социальной поддержки населения)	постоянно	Администрация	Административное совещание
26	Индивидуальные консультации у психологов, медицинских работников, педагогов школы и администрации	постоянно	Психологическая служба, педагогический коллектив школы	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
27	Знакомство с требованиями санитарно-гигиенического режима обучающихся, распорядка дня, особенностями питания и возрастными изменениями	постоянно в режиме родительских собраний	Медицинские работники школы	Административное совещание
28	Организация участия родителей в реализации педагогических проектов и	постоянно	Классные руководители	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы

КТД класса				
Работа с социумом				
29	Осуществление взаимодействия с социальными партнёрами. Создание совместных планов работы.	постоянно	Администрация, классные руководители	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
30	Обеспечение занятости обучающихся во внеурочное и летнее время	постоянно	Зам.директора по ВР, классные руководители	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
31	Обеспечение участия специалистов в проведении месячника «За здоровый образ жизни»	1 раз в год	Зам.директора по ВР	Административное совещание
32	Разработка методических рекомендаций в помощь учителям по профилактике заболеваний	постоянно	Медицинские работники школы	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы
33	Привлечение специалистов к участию в проведении семинаров, лекций, бесед на учительскую аудиторию	постоянно	Зам. директора по ВР	Анализ работы по ежегодным итогам реализации программы

Традиционные мероприятия по формированию культуры безопасного здорового образа жизни

1.	Ежедневные мероприятия: физкультминутки, физкультурные упражнения и игры на переменах	Ежедневно	Учителя начальной школы, воспитатели ГПД
2.	Дни здоровья	В течение года	Учитель физкультуры
3.	Мама, папа, я – спортивная семья!	Ноябрь, март	Администрация, учитель физкультуры
4.	Веселые старты	В течение года	Учитель физкультуры

5.	Школьные соревнования по лыжным гонкам, и т.п.	В течение года	Учитель физкультуры
6.	Классные часы, посвященные ЗОЖ, профилактике вредных привычек, ПДД и т.п.	В течение года	Классные руководители
7.	Месячник безопасности дорожного движения	Сентябрь Май	Администрация, классные руководители
8.	Игротека ПДД	В течение года	Классные руководители, педагоги доп. образования
9.	Участие в городских спортивных мероприятиях	В течение года	Учителя физической культуры
10.	Участие в городском конкурсе «Безопасное колесо»	Июнь	Руководитель ЮИД, воспитатели

Примерное программное содержание по классам

Ступень образования	Содержательные линии
Предшкольная и/или 1 класс	Овладение основными культурно – гигиеническими навыками, я умею, я могу, сам себе я помогу, навыки самообслуживания, какая польза от прогулок, зачем нам нужно быть здоровым, спорт в моей жизни
1 класс	Отношение к самому себе, к своему собственному здоровью правильный режим дня, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий воздух, спорт в моей жизни
2 класс	Мы за здоровый образ жизни, особенности физиологического и психологического здоровья мальчиков и девочек, основные способы закаливания, спорт в моей жизни, в моей семье, правила безопасного поведения.
3 класс	Осознанно о правильном и здоровом питании, витамины в моей жизни, правила оказания первой медицинской помощи, правила безопасного поведения.
4 класс	Спорт в моей жизни, нет вредным привычкам, роль физкультуры и спорта в формировании правильной осанки, мышечной системы, иммунитета, быть здоровым – это здорово!

Деятельность по реализации программы

Творческие конкурсы:

- рисунков «Здоровье в порядке – спасибо зарядке!», «Мы здоровыми растем», «Физкульт - ура!»;
- поделок «Золотые руки не знают скуки»;
- фотоколлажей «Выходной день в нашей семье», «Семейные праздники», «Традиции семьи»;
- стихов на заданные рифмы «От простой воды и мыла у микробов тают силы», «Я здоровье сберегу – сам себе я помогу!»;
- сказок «О значимости здорового образа жизни», «В здоровом теле здоровый дух».

Работа клуба «Айболит» 1-й год.

- Дружи с водой. Секреты доктора Воды. Друзья Вода и Мыло.

- Глаза – главные помощники человека. Профилактика близорукости. Правила сохранения зрения.
- В гости к королеве Зубной щетке. Уход за зубами. Как сохранить улыбку здоровой.
- Надежная защита организма. Забота о коже.
- Чтобы уши слышали (правила навыков личной гигиены).
- «Рабочие инструменты» человека (уход за руками и ногами).
- Незаменимые помощники (расческа, носовой платок и др.).
- Если хочешь быть здоров – закаляйся! Обтирание, обливание. Я выбираю ЗОЖ.

2-й год.

- Здоровье в порядке – спасибо зарядке!
- Сон – лучшее лекарство.
- Здоровая пища для всей семьи. Как следует питаться.
- Мышцы, кости и суставы. Осанка – стройная спина.
- Физкультура в молодости – здоровье в старости.
- Движение и здоровье.
- Подвижные игры.
- Народные игры.
- Доктора природы.

3-й год.

- Расту здоровым. Правила ЗОЖ.
- Как воспитать в себе уверенность и бесстрашие?
- Как настроение? Эмоции, чувства, поступки.
- Как справиться со стрессом? Умей сдерживать себя.
- Мальчишки и девчонки! Давайте жить дружно!
- Красоты души и тела.
- Учение с увлечением.
- Лучший отдых – любимое занятие.
- Умей организовывать свой отдых.

4-й год.

- Как помочь себе сохранить здоровье?
- Что зависит от моего решения?
- Почему некоторые привычки называют вредными.
- Зло – табак.
- Зло – алкоголь.
- Зло – наркотик.
- Помоги себе сам. Волевое поведение. Тренинг безопасного поведения.
- Телевизор и компьютер – друзья или враги?
- Будем делать хорошо и не будем плохо.

Праздники здоровья

1-й класс – «Друзья Мойдодыра» (утренник).

2-й класс – «С режимом дня друзья!» (устный журнал).

3-й класс – «Парад увлечений» (форум).

4-й класс – «Нет вредным привычкам!» (марафон).

Работа «Клуба интересных встреч» (в организации и проведении занятий задействованы родители, медицинский работник, специалисты различных профессий).

1-й год

- 2 О чем поведал микроскоп. (Врач-гигиенист)
- 3 Береги свои зубы. (Врач-стоматолог)
- 4 Первая помощь при обморожении. (Школьная медсестра)
- 5 Внимание, клещ! (Медсестра)

2-й год

1. Профилактика детского травматизма. Операция «Внимание: дети!» (Инспектор ГИБДД)
2. Если дружишь с физкультурой. (Тренер ДЮСЦ)
3. Профилактика простудных заболеваний. (Медсестра)
4. Витамины вокруг нас. (Врач-педиатр)

3-й год

1. Профилактика эмоциональных стрессов (обидчивость, страх, раздражительность). (Психолог)
2. В мире прекрасного (Преподаватель ДМШ)
3. Профессия - журналист. (Встреча с корреспондентом местной газеты «Пятерочка»)

4-й год

1. Береги здоровье смолоду! (Детский врач)
2. Профилактика алкоголизма и табакокурения. (Социальный педагог)
3. Профилактика наркомании (ИДН)
4. Как быть другом. (Психолог)

Экскурсии

1-й год – «По безопасному маршруту в детскую библиотеку, в ДМШ»;

2-й год - в аптеку, в пожарную часть;

3-й год – в районный музей;

4-й год – в церковь.

Работа с родителями. Главная задача – сформировать здоровый досуг семьи.

Тематика родительских собраний

1-й год Здоровье ребенка – основа успешности в обучении (проблемная лекция). Режим дня в жизни школьника (семинар-практикум).

2-й год Путь к здоровью (собрание-калейдоскоп). Что нужно знать родителям о физиологии младших школьников. (Полезные советы на каждый день).

3-й год Спортивные традиции нашей семьи (круглый стол). Эмоциональное состояние.

4-й год Как уберечь от неверного шага. (Профилактика вредных привычек)

Ежегодно: Итоговое собрание «Неразлучные друзья – родители и дети». Парад достижений учащихся. Ежегодная церемония вручения премии «Ученик года» по номинациям).

Тематика консультативных встреч

Гигиенические требования к организации домашней учебной работы.

Комплекс микропауз при выполнении домашней работы.

От чего зависит работоспособность младших школьников.

Утомляемость младших школьников, способы предупреждения утомляемости.

Профилактика близорукости.

Профилактика нарушения осанки.

Упражнения на развития внимания.

Упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти.

Упражнения на развитие логического мышления.

Предупреждение неврозов.

Универсальные компетенции, формирующиеся у обучающихся в процессе освоения содержания примерной программы:

- умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения полного благополучия;
- активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты изучения примерной программы:

- активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление у детей:
 - позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;
 - дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание школьниками бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья.

Метапредметные результаты изучения примерной программы - это умения обучающихся:

- давать объективную оценку здоровья как социокультурному феномену, на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- защищать и сохранять личное и общественное здоровье позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологическим возрастным особенностям;
- планировать и организовывать самостоятельную деятельность (учебную и досуговую) с учетом требований сохранения и совершенствования здоровья;

- анализировать и объективно оценивать результаты собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и возможностей его совершенствования;
- управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами и совершенствоваться с учетом индивидуальных особенностей.

Мониторинг эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются:

- через анкетирование родителей и обучающихся;
- через психологические тестирования: в 1-ых классах и дошкольных группах – адаптация к школе, 2-4 классы – учебная мотивация, 4-ые классы – готовность к переходу в среднюю школу;
- в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Ожидается, что в результате освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни выпускники начальной школы будут знать:

- о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;
- о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье;
- о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;

- об отрицательной оценке неподвижного образа жизни , нарушения гигиены;
- о влиянии слова на физическое состояние, настроение человека;
- правила гигиены и здорового режима дня.

Ожидается, что в результате освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни выпускники начальной школы приобретут индивидуальные навыки:

- сохранения своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности;
- спортивных занятий для сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдения правил гигиены и здорового режима дня.
- подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).