

**Основная образовательная программа
начального общего образования**

2015-2019



МКОУ «Медвежьегорская средняя
образовательная школа №1»
г.Медвежьегорск, ул.К.Либкнехта, д.20-в
8-814-34-5-77-54
факс 8-814-34-5-79-31

**Программа формирования
экологической культуры,
здорового и безопасного
образа жизни**



7. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Здоровье – это ничто,
Но без него мы никто
Сократ

Пояснительная записка

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся «Здоровье» - это комплексная программа формирования познавательного интереса и бережного отношения к природе, умений безопасного поведения в окружающей среде, отношения 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-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на уровне начального общего образования являются:

- Конвенция ООН о Правах Ребенка;
- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.4.2.2821-10"Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"" (Приказ Минздрава №189 от 29.12..2010)
- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (Приказ МО РФ № 2106 от 28.12.2010);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
- Концепция УМК «Школа России» и УМК Л.В.Занкова.

Ключевые понятия

Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия (по определению Устава Всемирной Организации здравоохранения).

Здоровый образ жизни - это поведение человека, направленное на рациональное удовлетворение врожденных биологических потребностей (пищевой, двигательной, познавательной, половой, потребности во сне), способствующее эмоциональному благополучию, профилактике болезней и несчастных случаев.

Культура здоровья - это комплексное понятие, которое включает теоретические знания о факторах, благоприятствующих здоровью, а также грамотное применение в повседневной жизни принципов активной стабилизации здоровья, то есть оздоровления.

Ценности — это положительные значения объектов материального и духовного мира, закрепленные в определенных социальных, культурных и религиозных традициях, передаваемых от поколения к поколению.

Физическое здоровье - это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем.

Физическая культура — сфера социальной деятельности, направленная на сохранение и укрепление здоровья, развитие психофизических способностей человека в процессе осознанной двигательной активности.

Физкультура – овладение комплексами упражнений, разнообразными навыками двигательной активности, спортивных игр, а также понимание их смысла, значения для укрепления здоровья.

Экологическая культура - это уровень восприятия людьми природы, окружающего мира и оценка своего положения во вселенной, отношение человека к миру. Здесь необходимо сразу прояснить, что имеется в виду не отношение человека и мира, что предполагает ещё и обратную связь, а только отношение его самого к миру, к живой природе.

Гигиена - это наука о сохранении и укреплении здоровья людей.

Личная гигиена — совокупность гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на уровне начального общего образования 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;
- 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.

Актуальность

Самое драгоценное у человека – здоровье и только здоровый человек способен быть настоящим творцом собственной судьбы и судьбы своей страны. В сегодняшних условиях мы сталкиваемся с существенным общим ухудшением состояния здоровья детей, что связано с экономическим и социальным неблагополучием многих молодых семей, ослаблением иммунитета, генетических нарушений, плохой экологической обстановкой, алкоголизмом родителей и т.д.

Известно, что кризис здоровья детей, подростков и молодёжи в России угрожает национальной безопасности, экономическому и социальному развитию, обороноспособности страны. Масштабы и последствия нарушения здоровья новых поколений огромны. Эти проблемы лежат в сфере жизненных интересов общества, семьи, личности. Состояние здоровья детей и подростков по оценкам специалистов зависит на 20-40% от состояния окружающей среды, на 15-20% от генетических факторов, на 10% от деятельности служб здравоохранения и на 25-50% от образа жизни.

Стандарт второго поколения определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения. Решать эту проблему необходимо через применение в рамках образовательного процесса здоровьесберегающих педагогических технологий и просвещение детей и родителей.

В основу программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни «Здоровье» положены принципы:

1. Системный подход

- Человек представляет собой единство телесного и духовного. Невозможно сохранить тело здоровым, если не совершенствовать эмоционально-волевою сферу, если не работать с душой и нравственностью ребенка.

- Успешное решение задач формирования здорового образа жизни возможно только при объединении воспитательных усилий школы и родителей.

2. Деятельностный подход

- Культура здорового и безопасного образа жизни осваивается детьми в процессе совместной деятельности с родителями. Необходимо не направлять детей на путь здоровья, а вести их за собой по этому пути.

3. Принцип гуманизма.

В формировании здорового образа жизни признается самоценность личности ребенка. Нравственными ориентирами воспитания являются общечеловеческие ценности.

4. Принцип альтруизма.

Предусматривает потребность делиться освоенными ценностями формирования культуры здорового образа жизни: «Научился сам – научи друга».

6. Принцип меры.

Для здоровья хорошо то, что в меру.

7.1. Цель, задачи и результаты деятельности

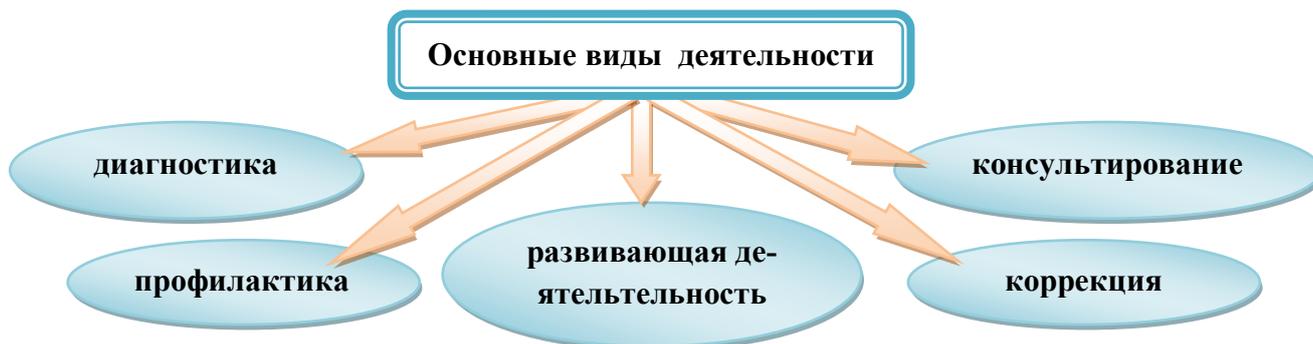
7.1.1. Цель программы:

Обеспечение условий для формирования у обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

Задачи программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на 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;
- 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.
- сформировать представление об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.

7.1.2. Основными видами деятельности по программе «Здоровье» в школе являются диагностика, развитие, профилактика и коррекция, консультирование.



Диагностическая деятельность.

Школа решает следующие конкретные диагностические задачи:

- диагностический мониторинг физического состояния, гармоничности развития, физической подготовленности и работоспособности детей, контроль за состоянием функций опорно-двигательного аппарата и органа зрения;
- диагностика готовности ребенка к поступлению в школу с выявлением степени морфо-функциональной зрелости ребенка;
- диагностика состояния адаптационных механизмов, предупреждение психосоматической дезадаптации;
- контроль за сбалансированностью питания;
- мониторинг причин, влияющих на ухудшение состояния здоровья и нарушение гармоничности физического развития.

Развивающая деятельность ориентирована на оказание помощи педагогическому коллективу в осуществлении индивидуального подхода в обучении и воспитании детей, развитии их способностей и склонностей.

Профилактическая и коррекционная деятельность определяется необходимостью формирования у педагогов и детей потребности в знаниях о здоровом образе жизни, желания использовать их в работе с ребенком, а также своевременным предупреждением и устранением возможных отклонений в состоянии здоровья и физического развития, обусловленных неумелым обучением и воспитанием.

В процессе профилактической и коррекционной работы осуществляются следующие конкретные мероприятия:

- прием детей в первый класс, диагностика физиолого-гигиенической готовности степень биологической зрелости с целью раннего выявления возможных отклонений в состоянии здоровья;
- разработка комплекса развивающих, профилактических и коррекционных упражнений для занятия с детьми. Совместно с педагогами и родителями намечает программу индивидуальной работы с целью их улучшения адаптации, высокой работоспособности и обеспечения нормального развития с учетом индивидуальной готовности ребенка к обучению на каждом переходном этапе.

Консультативная деятельность ориентирована на повышение валеологической культуры педагогов и родителей; расширение кругозора по вопросам здорового образа жизни. При осуществлении консультативной работы необходимо решать следующие задачи:

- консультация педагогов, родителей по проблеме оздоровления детей. Консультации могут носить как индивидуальный, так и групповой характер;
- индивидуальные и коллективные занятия с детьми по вопросам здорового образа жизни;
- повышение валеологической грамотности через работу педагогического совета, методических объединений, общих и родительских собраний;
- на базе библиотеки комплектация библиотечки по проблемам здоровья и здорового образа жизни.

7.2. Направления деятельности

Модель здоровья школьника

Здоровье физическое:

Совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

Здоровье социальное:

Моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «я», самоопределение.

Здоровье психическое:

Высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к действию.

Главное условие для успешного решения оздоровительной программы — воспитание соответствующей культуры у педагога и ученика:

— культуры физической (управление движением);

- культуры физиологической (управление процессами в теле);
 - культуры психологической (управление своими ощущениями, внутренним состоянием);
 - культуры интеллектуальной (управление мыслительным процессом и размышлениями).
- В школе ведется работа по созданию модели школы здоровья:



1. **Образование в области здоровья.** Это последовательно спланированная программа на весь школьный курс, ориентированная на физические, интеллектуальные, эмоциональные и социальные аспекты здоровья. Цель – здоровье как необходимая составляющая общей культуры.
2. **Физическое воспитание** (физическая культура и спорт, трудовые навыки), которое представляет собой последовательно спланированную школьную программу на весь курс обучения физическим навыкам и физической активности, пригодную для всех школьников.
3. **Работа медицинского работника** ориентирована на профилактику и раннее вмешательство, включая оказание неотложной помощи, первой помощи, умение работать с хронически больными детьми, связь с ЦРБ.
4. **Система питания** обеспечивает детей разнообразной, вкусной и здоровой пищей, формирует и отслеживает правила питания в столовой.
5. **Здоровая среда** направлена на формирование благоприятного физического и психологического климата в школе.
6. **Вовлечение родителей и общественности** включает широкий круг возможностей по сохранению и улучшению здоровья школьников.

Основные составляющие представленной модели:

1. **Административный (координационный) совет.**

Цель его работы – организация системы и создание условий для реализации модели формирования здоровьесберегающей среды.

2. **Работа учителей и как предметников и как классных руководителей.**

Цель их работы – формирование у детей представления о здоровье и ЗОЖ, мотивации на сохранение и укрепление здоровья, потребности быть здоровым.

Основные задачи:

- формирование у обучающихся знаний, умений, навыков по ЗОЖ и здоровью;
- построение образовательного процесса с учетом психофизиологических особенностей учащихся;
- организация и проведение оздоровительных пауз, подвижных перемен, часов здоровья, направленных на снятие мышечного и психического напряжения, активизации умственной деятельности и повышению эффективности обучения, осуществление самоконтроля за состоянием организма.
- формирование здоровьесберегающей культуры в системе учебной деятельности

Учебная деятельность на уроках должна строиться на принципах здоровьесбережения. Каждый учитель на каждом уроке должен стремиться создать максимально возможные условия для того, чтобы сохранить и укрепить здоровье учащихся, учитывая следующие моменты:

- 1) чистый, хорошо проветренный кабинет;
- 2) положительный психологический настрой на урок;
- 3) частая смена видов деятельности на уроке (групповые формы, смена пар, конкурсы, соревнования, индивидуальная работа и т.д.);
- 4) использование ТСО на уроках, мультимедийных технологий (согласно санитарным требованиям);
- 5) проведение физических разминок и физкультурных минуток;
- 6) дозирование домашних заданий;
- 7) проведение уроков-экскурсий, уроков или их элементов на улице (согласно тематике);
- 8) самооценка ребенком своего ответа, работы.

3.Медико-оздоровительное сопровождение воспитательно-образовательного процесса.

Основные задачи:

- осуществление контроля за соблюдением требований САНПиНа;
- проведение медицинского мониторинга и реализация профилактических и коррекционных мероприятий.

4.Работа с родителями.

Цель: организация системы взаимодействия коллектива школы и родителей по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, формирование у них потребности в ЗОЖ.

Основные задачи:

- организация просветительской работы среди родителей;
- формирование мотивации у родителей на ведение ЗОЖ в семье;
- привлечение родителей к осуществлению совместной организации оздоровительной работы в школе и лечебно-профилактической работы с детьми.

Таким образом, реализация представленной модели в школе осуществляется через инвариантную часть учебного плана, школьный компонент, кружки оздоровительной направленности, различные подпрограммы (занятия в секциях и т.д.), внеклассные и внеурочные формы работы (дни здоровья, беседы и т.д.) и задействует всех субъектов образовательного процесса.



Формы деятельности

Урочная деятельность

Изучение материала и выполнение учебных заданий по знакомству со здоровым образом жизни и опасностями, угрожающими здоровью людей.

Физическая культура – овладение комплексами упражнений, разнообразными навыками двигательной активности, спортивных игр, а также понимание их смысла, значения для укрепления здоровья.

Окружающий мир – устройство человеческого организма, опасности для здоровья в поведении людей, питании, способы сбережения здоровья, бережное и ответственное отношение к природе.

Технология – правила техники безопасности.

Получение опыта укрепления и сбережения здоровья в процессе учебной работы – осмысленное чередование умственной и физической активности в процессе учёбы;

- регулярность безопасных физических упражнений, игр на уроках физкультуры, на переменах и т.п.
- образовательные технологии, построенные на личностно ориентированных подходах, партнёрстве ученика и учителя (проблемный диалог, продуктивное чтение, технология оценивания учебных успехов – правила «самооценка», «право отказа от текущей отметки, право передачи контрольных работ» и т.п.), – обучение в психологически комфортной, не агрессивной, не стрессовой среде.

Внеурочная деятельность

Знакомство с правилами здорового образа жизни, укрепления здоровья, взаимосвязи здоровья физического, психического и здоровья общества, семьи в ходе различных добрых дел (мероприятий):

- спортивные праздники, подвижные игры (в т.ч. с родителями);
- занятия в спортивных секциях;
- туристические походы (развитие выносливости, интерес к физической активности);
- классные часы, беседы,
- коллективно-творческие дела по примерным темам: «Вредные и полезные для здоровья привычки», «Человек есть то, что он ест», «Убийцы людей – табак, алкоголь, наркотики», «Болезни, которые порождают увлечения компьютерными играми, телевидением», «Можно ли словом помочь человеку (убедить в чем-то, отказаться от вредных привычек т.п.)?» и т.п.;
- экскурсии, видеопутешествия по знакомству с людьми, их образом жизни, укрепляющим или губящим здоровье;
- встречи-беседы с интересными людьми, ведущими активный образ жизни (путешественники, любители активного отдыха), сумевшими сохранить хорошее здоровье в сложной ситуации (преклонный возраст, травма и т.п.), с представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью, со спортсменами–любителями и профессионалами.

Реализация дополнительных образовательных программ

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование экологического мышления, ценности здоровья и здорового образа жизни. Представленные программы предусматривают различные формы организации занятий, а именно: факультативные занятия, экскурсии, проведение конкурсов, соревнований, викторин, конференций «Мы и природа», организация дней здоровья, игр «Весёлые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья», кружки «Юный зоолог», «Юный биолог», «Мы – жители Земли», «В гости к природе», «Мой край», «Знакомые незнакомцы».

Спортивно-оздоровительные мероприятия:

- урок физкультуры в спортзале, на стадионе, в лесу (лыжная подготовка) (3 раза в неделю);
- физкультминутки, паузы релаксации на уроке;
- дни здоровья;
- спартакиады, соревнования;
- широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы

Организационно-педагогические условия реализации программы «Здоровье»:

- объем учебной нагрузки учащихся;
- расписание уроков;
- оптимальная дозировка домашнего задания;

- особенности Устава школы и норм школьной жизни;
- интеграция знаний;
- внешняя уровневая дифференциация;
- поиск путей рациональной формы организации УВП;
- снижение утомляющего воздействия уроков за счет физкультминуток и использование здоровьесберегающих технологий;
- содержание учебных предметов (валеологическая направленность);
- озеленение школы;
- организация горячего питания учащихся;
- стиль управления администрации, характер отношений в коллективе;
- позиция и уровень компетентности руководства по вопросам сохранения и укрепления здоровья.

Здоровьесберегающие образовательные технологии:

- здоровьесберегающие медицинские технологии;
- здоровьесберегающие технологии административной работы в школе;
- здоровьесберегающие технологии семейного воспитания;
- здоровьесформирующие образовательные технологии, т.е. все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности.

Структура программы

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).

Содержание программы

1блок Здоровьесберегающая инфраструктура

Задача: создание условий для реализации программы

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации образовательного учреждения

	участники	Деятельность	Планируемый результат
1	Директор школы	Осуществляет контроль за реализацией блока	Создание условий: кадровое обеспечение, материально-техническое, финансовое
2	Зам. директора по АХЧ	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 школы 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, стадиона необходимым игровым и спортивным

			оборудованием и инвентарём.
3	Заместители директора по УВР	Разрабатывают построение учебного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Контролируют реализацию ФГОС и учебных программ с учетом индивидуализации обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности). Организуют 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	Зам. директора по ВР	Организует воспитательную работу, направленную на формирование у обучающихся ЗОЖ, на развитие мотивации ЗОЖ	Приоритетное отношение к своему здоровью: наличие мотивации к совершенствованию физических качеств; здоровая целостная личность. Наличие у обучающихся потребности ЗОЖ.
5	Руководители методических объединений	Изучают передовой опыт в области здоровье сбережения. Проводят коррекцию и контроль процесса формирования здорового образа жизни обучающихся и педагогов. Разрабатывают рекомендации по валеологическому просвещению обучающихся учителей и родителей.	Повышение валеологической грамотности учителей; наличие готовности у педагогов к валеологической работе с учениками и родителями
6	Классный руководитель, учитель физкультуры	Осуществляет просветительскую и профилактическую работу с учащимися, направленную на сохранение и укрепление здоровья. Проводит диагностическую работу по результативности и коррекции валеологической работы.	Формирование у обучающихся потребности ЗОЖ; формирование здоровой целостной личности
7	Ответственный за организацию питания	- организует просветительскую работу по пропаганде основ рационального питания -входит в состав бракеражной комиссии -осуществляет мониторинг количества питающихся	- обеспечение качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков - формирование представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах
8	Медицинский работник	Обеспечивает проведение медицинских осмотров. Организует санитарно-гигиенический и противоэпидемический режимы: - ведет диспансерное наблюдение за детьми; - выполняет профилактические работы по предупреждению заболеваемости; - обучает гигиеническим навыкам участников образовательного процесса.	Формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; формирование потребности ребёнка безбоязненного обращения к врачу по любым вопросам состояния здоровья
9	Педагог - психолог	Организует комплексное изучение личности ребенка. Обеспечивает выработку коллективных рекомендаций для учителей, родителей по дальнейшей тактике работы с данными	Создание благоприятного психоэмоционального фона: развитие адаптационных возможностей; совершенствование коммуникативных навыков, ка-

		ми Способствует формированию благоприятного психологического климата в коллективе: - занимается профилактикой детской дезадаптации - пропагандирует и поддерживает здоровые отношения в семье	честв толерантной личности, развитие самопознания; формирование психологической культуры личности Обеспечение условий для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, испытывающим трудности в обучении, отклонениями в поведении
10	Учитель - логопед	Осуществляет коррекцию речевых нарушений у детей. Способствует социальной адаптации детей логопатов	Снижение речевых нарушений; социальная адаптация детей логопатов
11	Родители – члены родительского комитета	Контролирует соблюдение требований СанПиН. Участствует в обсуждении совместной деятельности педколлектива, обучающихся, родителей по здоровьесбережению. Участвуют в совещаниях по подведению итогов по сохранению здоровья обучающихся	Обеспечение результативности совместной работы семьи и школы.

2 блок. 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.

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 – 35 учебных недель, разбит на 4 периода. – обучение в 1 смену. – пятидневный режим обучения в 1-4х с соблюдением требований к максимальному объёму 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).

	<ul style="list-style-type: none"> – 35-минутный урок в течение всего учебного года в 1-х классах и 45 - минутный 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	<ul style="list-style-type: none"> – Для каждого класса отведена учебная комната в каждой классной комнате имеется гигиенический уголок (раковина для мытья рук). – 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 зрения они размещаются в первом ряду от окна. – Парты в классных комнатах располагаются так, чтобы можно было организовать фронтальную, групповую и парную работу обучающихся на уроке.
3. Организация учебно - познавательной деятельности	<ol style="list-style-type: none"> 1. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих технологий: <ul style="list-style-type: none"> -технологии личностно-ориентированного обучения; 2. Корректировка учебных планов и программ: <ul style="list-style-type: none"> – введение в школе 1 уровне за счет школьного компонента учебного плана третьего часа физкультуры; – введение внеурочной деятельности, спортивно-оздоровительного направления, экологического воспитания; – реализация планов индивидуального обучения для детей с ограниченными возможностями здоровья. 3. Оптимальное использование содержания валеологического образовательного компонента в предметах, имеющих профилактическую направленность: физическая культура, окружающий мир. 4. Безотметочное обучение в 1-х классах 5. Применение ИКТ с учетом требований СанПиН. 6. Специфика организации учебной деятельности первоклассников в адаптационный период уроков по отдельным предметам в адаптационный период: математика, окружающий мир, технология, физкультура, изобразительное искусство, музыка. 8. Реализация раздела 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, специалистами Центральной районной больницы.

3 блок. 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 уровне 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.

<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); • профилактика простудных заболеваний; • создание в школе условий для соблюдения санитарно-гигиенических навыков: мытья рук, переобувания сменной обуви и т.д.; • соблюдение санитарно-гигиенического противоэпидемического режима.
<p>3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 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. • согласно требованиям СанПиН 2.4.2.11784)2 п. 2,9.4., • подвижные игры на переменах; • внеклассные спортивные мероприятия; • школьные спортивные кружки
<p>4. Организация рационального питания предусматривает:</p>	<ul style="list-style-type: none"> • назначение ответственного за организацию горячего питания в школе; • работа бракеражной комиссии в составе: медицинский работник школы, зав. производством столовой, 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

	<ul style="list-style-type: none"> • восполнение дефицита витаминов в питании школьников за счет корректировки рецептов 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 столовые, чайные; мытье рук перед едой) и обучение культуре поведения за столом; • 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).
5. Работа психолого-педагогической службы	организация работы по психолого- педагогическому сопровождению обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, трудностями в обучении и отклонениями в поведении.
6. Работа логопедической службы	по рабочим программам для групповых и индивидуальных занятий «Коррекционно-развивающее обучение обучающихся с нарушениями чтения и письма».

4. блок 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.

Планируемый результат:

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей начальных классов, педагога- психолога.

Внедрение программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Школа будущего первоклассника». 2. Работа школьного психолога по коррекционно-развивающей программе по адаптации первоклассников к школе, по программе «Дорога в пятый класс». 3. 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; • факультативные занятия; • проведение классных часов; <p>занятия в кружках; проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, походов на природу и т. п.</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5. блок. Просветительская работа с родителями (законными представителями)

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, индивидуальные консультации по подбору литературы.</p> <p>5. Реализация цикла бесед для родителей:</p> <p>6. Размещение информации на сменном стенде «Лучше быть здоровым!», «Береги здоровье смолоду».</p>
<p>2 Просвещение через совместную работу педагогов и родителей</p>	<p>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».</p>

6. блок. Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни

Задача: контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса , взаимодействия с родителями, педагогами.

Планируемый результат: выявление имеющихся отклонений в реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения

<p>1. Изучение и контроль за реализацией программы в учебно - воспита-</p>	<p>1. Утверждение планов работы в рамках программы (План мероприятий по технике безопасности, правилам дорожного движения , план внеклассных мероприятий).</p> <p>2. Создание материально-технической базы для реализации програм-</p>
-----------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p>тельном процессе</p>	<p>мы. Обеспечение специалистов нормативно-правовой методической литературой.</p> <p>3. Контроль за эффективностью использования оборудованных площадок в целях сохранения здоровья обучающихся.</p> <p>4. Контроль за режимом работы специалистов службы.</p> <p>5. Организация проведение семинаров в рамках программы формирования здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>6. Контроль за соблюдением санитарно- гигиенических норм в обеспечении образовательного процесса.</p> <p>7. Проверка соответствия нормам и утверждение расписания школьных занятий.</p> <p>8. Контроль за качеством горячего питания обучающихся.</p> <p>9. Контроль за повышением квалификации специалистов.</p>
<p>2. Изучение и контроль взаимодействия с родителями</p>	<p>1. Информирование родителей о направлениях работы в рамках программы (Совет школы, родительские собрания, сайт школы).</p> <p>2. Знакомство с нормативно-правовой базой.</p> <p>3. Организация тематических родительских собраний с привлечением специалистов ЦРБ.</p> <p>4. Совместное родительское собрание с администрацией основной школы по проблеме здоровьесбережения.</p> <p>5. Контроль за проведением классных родительских собраний, консультаций</p>
<p>3. Управление повышением профессионального мастерства</p>	<p>1. Заседание методического совета о согласовании программы</p> <p>2. Теоретический семинар «Реорганизация учебно-воспитательного процесса при проведении урока с позиций здоровьесбережения».</p> <p>3. Семинар-практикум «Внедрение новых технологий и активных форм обучения как средства повышения качества ЗУН, компетентностей обучающихся».</p> <p>4. Педагогический консилиум «Проблемы школьной дезадаптации».</p> <p>5. Педагогический совет «Психологическая атмосфера на уроке».</p> <p>6. Заседание МО учителей начальных классов «Здоровье как одно из условий создания ситуаций успеха в обучении»</p> <p>Заседание МО классных руководителей «Классный час как одна из ведущих форм деятельности классного руководителя по формированию здорового образа жизни»</p>

7.3. Планируемые результаты по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся

Ожидаемые результаты по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- знание о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- знание о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;
- знание о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье;
- знание о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;

- отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены;
- понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека.
- соблюдение правил гигиены и здорового режима дня;
- подвижный образ жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.).
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

В результате реализации программы «Здоровье» учащиеся начальной школы должны:

Ожидаемые результаты по формированию экологической культуры :

Учащиеся должны научиться:

- описывать простейшие экологические причинно-следственные связи в окружающем мире, анализировать их, объяснять;
- называть экологические проблемы в жизни природы и человека; опасности для окружающей среды и здоровья человека; способы их предотвращения; правила экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; правила научной организации учебного труда;
- приводить примеры связей здоровья человека и здоровья природы, здоровья природы и поведения человека, разнообразия окружающего мира – природного, мира людей, рукотворного мира; цепочек экологических связей; экологически предосторожного поведения в окружающей среде;
- необходимости экономия в быту, предвидения последствий своего поведения для природы и человека; следования законам природы;
- формулировать своими словами, что такое «экологическая культура», «биологическое разнообразие»; «экология», «безопасность»;
- разыгрывать экологические проблемные ситуации с обращением за помощью к врачу, специалистам, взрослому;
- планировать и организовывать экологически направленную деятельность в окружающей среде по образцу (инструкции); планировать безопасное поведение в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях, типичных для места проживания;
- делать выводы о том, в чем причины экологических проблем;
- рассуждать о взаимосвязях здоровья человека и здоровья природы, если..., то...; о правилах экологически безопасного поведения в окружающей среде, индивидуальных особенностях здоровьесберегающего поведения в ситуациях учебы, общения, повседневной жизни;
- высказывать свое отношение к проблемам в области экологии, здоровья и безопасности.

Для отслеживания достижения планируемых результатов в части экологической грамотности и формирования элементов экосистемной познавательной модели, здорового и безопасного образа жизни у обучающихся используется методика и инструментарий, предусмотренный программами по отдельным учебным предметам. Мониторинг будет осуществляться педагогами и классными руководителями в форме педагогического наблюдения, анкетирования, опроса, тестирования.

Организация работы по формированию экологически сообразного поведения реализуется через урочную и внеурочную деятельность: урок-экскурсия, урок-путешествие, викторины, проведение недели экологии, экологические праздники, прогулки. Виды деятельности: беседы, решение экологических задач, моделирование экологических ситуаций, проектная деятельность.

Организации работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике психоактивных веществ на уроках реализуется через проведение физкультминуток, соблюдение режима труда и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий, соблюдение санитарно-гигиенических требований и норм. Во внеурочной деятельности организуются подвижные игры во время перемен, дни здоровья, недели здорового образа жизни, тематические беседы, выпуск газет, организация встреч с медицинским работником, беседы с родителями о соблюдении режима дня школьников.

Диагностика эффективности реализации программы

Критерии	Показатели
1. Сформированность физического потенциала	1. Состояние здоровья обучающихся по итогам углубленного медицинского осмотра. 2. Развитость физических качеств (уровень обученности по физической культуре).
2. Сформированность нравственного потенциала личности выпускника	1. Осознание значимости ЗОЖ в сохранении здоровья (по итогам анкетирования).
3. Удовлетворенность обучающихся школьной жизнью	1. Уровень удовлетворенности обучающихся школьной жизнью. 2. Уровни эмоционально – психологического климата в классных коллективах (в 1-4 классах по итогам исследований психологов по вопросам адаптации, по итогам тематического контроля).
4. Осмысление учащимися содержания проведенных мероприятий по здоровьесбережению	1. Уровень осмысления учащимися содержания проведенных мероприятий (на основе анкетирования).

Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Основные результаты реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости обучающихся и т.п.

№ п/п	Процедуры мониторинга	Сроки	Ответственные
	Медосмотр обучающихся. Медосмотр педагогов	Октябрь Март	узкие специалисты, врачи детской поликлиники мед. работник
	Ведение мониторинга здоровья. Мониторинг физических достижений.	В теч. года В теч. года	учителя физ. культуры
	Организация деятельности психологической службы школы: диагностика; психологическое просвещение учителей, учащихся, родителей по организации ЗОЖ; коррекционно – развивающая работа с учащимися, требующими особого внимания.	В теч. года	психолог
	Организация деятельности логопедической службы	В теч. года	учитель-логопед
	Проверка уровня компетенций обучающихся в области здоровьесбережения	В теч. года в процессе урочной и внеурочной работы, анкетирование детей и родителей	учителя, педагоги доп. образования

	Совершенствование материально – технической базы учреждения.	В теч. года	руководство школы
--	--------------------------------------------------------------	-------------	-------------------

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной деятельности: на уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья, во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Критерии, показатели эффективности деятельности образовательного учреждения в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся

- Создание банка данных о состоянии здоровья каждого обучающегося на всех ступенях образования, который будет использоваться для совершенствования модели медико - педагогического сопровождения обучающихся.
- Сформированность у обучающихся устойчивых навыков здорового образа жизни, повышающих успешность обучения и воспитания.
- Стабилизация здоровья детей, снижение количества случаев травматизма в школе и дома.
- Снижение заболеваемости всех участников образовательного процесса.
- Повышение уровня знаний обучающихся по вопросам здоровья и его сохранения
- Понимание взаимозависимости здоровья и окружающей среды; влияние деятельности человека на природу, следование социальным установкам экологически культурного, здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям).