

ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

I. Пояснительная записка

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся – это комплексная программа, обеспечивающая формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически обоснованного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, формирование 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 экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся начального общего образования являются:

- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ Министерства образования России (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 373 от 06.10.2009 г., зарегистрирован в Минюсте России 22 декабря 2009 г.);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 26.11.2010 № 1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 № 373» (зарегистрирован в Минюсте России 4 февраля 2011 г.);
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 декабря 2012 года №1060 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 06 октября 2009 года №373» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 11 февраля 2013 года регистрационный №26993).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2013 г. №1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 01 октября 2013 года регистрационный №30067).
- Письмо Минобрнауки России от 07.05.2015 № НТ-530/08 «О примерных основных образовательных программах» с информацией о внесении примерных основных образовательных программ начального общего и основного общего образования, одобренных федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию (протокол от 08.04.2015 № 1)
- Примерная основная образовательная программа начального общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 08.04.2015 № 1/15)
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 «Об утверждении СанПин 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"» (зарегистрирован в Минюсте России 3 марта 2011 г.);
- 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);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- 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);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
- Концепция УМК развивающей системы Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова, «Перспективная начальная школа»
- Методические рекомендации по организации самоподготовки учащихся при осуществлении образовательной деятельности по основным образовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования (письмо Минобрнауки от 18.06.2015г. № НТ-670/08)

Программа формирования экологической культуры, 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;
- 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.

Принципы, на основе которых создана программа:

- Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объёму предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка.
- Учет возрастных особенностей обучающихся.
- Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. В основе формирования бережного отношения к природе лежит единство интеллектуального, эмоционального восприятия окружающей среды и практической деятельности по её улучшению. Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
- Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
- Процесс формирования экологической культуры опирается на принципы систематичности, непрерывности, и междисциплинарности в содержании и организации экологического образования.
- Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы.
- Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

Цель программы: сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся младшего школьного возраста как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи программы:

- сформировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психо-активных веществ, об их пагубном влиянии на здоровье;
- сформировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- научить школьников выполнять правила личной гигиены и развить готовность на их основе 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;
- обучить безопасному поведению в окружающей среде и элементарным навыкам поведения в экстремальных ситуациях;
- сформировать навыки позитивного общения;
- научить осознанному выбору поступков, стиля поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Основные направления программы

На этапе начальной школы на первое место в урочной и внеурочной деятельности выдвигается опыт применения формируемых усилиями всех учебных предметов универсальных учебных действий, ценностных ориентаций и оценочных умений, социальных норм поведения, направленных на сохранение здоровья и обеспечение экологической безопасности человека и природы. Формируется личный опыт самоограничения при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу – нельзя» и его эмоционального переживания.

Основными источниками содержания выступают экологические образы в традициях и творчестве разных народов, художественной литературе, искусстве, а также элементы научного знания.

Основные виды деятельности обучающихся: учебная, учебно-исследовательская, образно-познавательная, игровая, рефлексивно-оценочная, регулятивная, креативная, общественно полезная.

Формируемые ценности: природа, здоровье, экологическая культура, экологически безопасное поведение.

Основные формы организации внеурочной деятельности: развивающие ситуации игрового и учебного типа.

Системная работа на уровне начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни организована по следующим направлениям:

- создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации;
- организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся;
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- организация работы с родителями (законными представителями).

II. Организация работы по формированию у обучающихся экологической культуры, здорового безопасного образа жизни.

На этапе начального общего образования на первое место в урочной и внеурочной деятельности выдвигается опыт применения формируемых усилиями всех учебных предметов универсальных учебных действий, ценностных ориентаций и оценочных умений, социальных норм поведения, направленных на сохранение здоровья и обеспечение экологической безопасности человека и природы. Формируется личный опыт самоограничения при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу – нельзя» и его эмоционального переживания.

Основными источниками содержания выступают экологические образы в традициях и творчестве разных народов, художественной литературе, искусстве, а также элементы научного знания.

Основные виды деятельности обучающихся: учебная, учебно-исследовательская, образно-познавательная, игровая, рефлексивно-оценочная, регулятивная, креативная, общественно полезная.

Формируемые ценности: природа, здоровье, экологическая культура, экологически безопасное поведение.

Основные формы организации внеурочной деятельности: развивающие ситуации игрового и учебного типа.

Программа включает в себя целый ряд взаимодействующих между собой направлений:

1. Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации

- В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.
- Все кабинеты и рекреации начальной школы озеленены, освещены в соответствии с нормативными требованиями.
- Все классы оборудованы ученическими столами в соответствии с ростом обучающихся.
- Для повышения качества используемой питьевой воды в учебных кабинетах установлены кулеры с питьевой водой, используются одноразовые стаканы.
- В школе работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное, внеурочное время, в группе продленного дня. Обучающиеся из малообеспеченных семей, из многодетных семей получают дотационное питание.

- В школе функционируют два оснащенные спортивные залы, танцевальный зал, имеется пришкольная спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.
- В школе имеются лицензированный медицинский кабинет: смотровой и процедурный. Проводятся ежегодные углубленные медицинские осмотры по параллелям, выполняется график профилактических прививок по возрасту. Медицинский работник школы оказывает первую помощь в случае травмирования или недомогания обучающихся и сотрудников, осматривает учащихся на педикулез, ведет медицинские карты. Медицинское обслуживание и проведение профилактических прививок осуществляется медицинскими работниками МБУЗ ЦРБ Аксайского района.
- Создана психолого-социологическая служба сопровождения детей имеющих трудности в социальной адаптации, сниженную работоспособность, быструю утомляемость (социальный педагог, педагог-психолог, педагог-дефектолог).
- Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: учителя начальных классов, учителя-предметники, учителя физической культуры, педагог-психолог, педагог-дефектолог, медицинские работники.

2. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся

Организация учебно-воспитательного процесса осуществляется в соответствии с условиями, способствующими всестороннему развитию ребенка, получению им высокого уровня знаний при сохранении его здоровья. На уроках, занятиях и во внеурочной работе применяются здоровьесберегающие технологии, в основе которых лежит коллективное взаимодействие и микрогрупповая работа. Большое внимание в образовательном процессе уделяется научно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся. Школьники под руководством педагогов с интересом работают над различными проектами, так или иначе связанными с проблемами сохранения и укрепления здоровья.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- 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;
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем

3. Интеграция в базовые образовательные дисциплины.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов основного образования.

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», «Правила личной гигиены» и др. На формирование ЗОЖ ориентированы все темы раздела ОБЖ, 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 оказания первой помощи при травмах
- При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой и т.п.
- Формированию бережного отношения к окружающим, материальным и духовным ценностям России и мира, усвоению норм взаимоотношений со сверстниками и взрослыми, способствуют разделы, темы, художественные тексты и упражнения используемые на уроках литературного чтения.
- В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением, обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.
- В курсе «Английский язык» содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей,

на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях

- Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских.
4. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима учащихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:
- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
 - рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
 - организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3м и 4м уроками;
 - организацию динамических перемен, физкультминутки на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
 - организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
 - регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.)
5. Реализация программ внеурочной деятельности, дополнительных образовательных программ
В школе реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни:
- Программа воспитания;
 - Программа по ОБЖ;
 - Программа ПДД;
 - Программы внеурочной деятельности «Подвижные игры», «Спортивные игры», «Ритмика», «
6. Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:
- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;

Тематика родительских лекториев и собраний:

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
-О роли семьи и школы в формировании здорового образа жизни. Пути преодоления детских страхов; -Гигиена девочек и мальчиков младшего школьного возраста или о чём нужно говорить матери с девочкой, отцу с мальчиком. Что надо знать родителям о привитии навыков личной гигиены; -Обучение родителей оздоровительным технологиям;	- Правила здорового образа жизни (соблюдение режима дня школьника, правильное питание, нормальный сон, активная деятельность и активный отдых, искоренение вредных привычек); - Здоровая семья: нравственные аспекты; - Агрессивные дети. Причины и последствия детской агрессии.	- Вредные привычки у детей. Как им противостоять? Детские увлечения; - Компьютер в жизни школьника. «За» и «против»; - Что могут сделать родители для безопасности ребенка? Здоровый образ жизни на примере родителей;	- Профилактика вредных привычек с детства или как сформировать у ребёнка негативное отношение к психоактивным веществам (табаку, алкоголю, наркотикам); - Ваш ребенок взрослеет. Что нужно знать родителям о половом воспитании?;

- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

III. Комплексный план мероприятий по реализации направлений программы

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры в учреждении

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Обеспечение условий для сбережения здоровья учащихся	В течение года	Зам.дир по АХЧ
2.	Организация рационального питания учащихся	В течение года	Директор
3.	Организация дотационного питания учащихся из социально незащищенных семей.	В течение года	Ответственный за питание Классные руководители
4.	Санитарно- гигиеническое обеспечение	Ежедневно	Медицинский работник

	безопасности питания		
5.	Организация медицинского обслуживания школьников	В течение года	Медицинский работник
6.	Участие школьников в целевых воспитательных программах по воспитанию культуры ЗОЖ	В течение года	Зам. дир по ВР
7.	Организация витаминизированного питания	В течение года	Директор
8.	Организация профилактики йододефицитного состояния школьников	Ежедневно	Медицинский работник

2. *Организации медицинского обслуживания в школе*

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
<i>Организационные мероприятия</i>			
1.	Проверка санитарного состояния школы к началу учебного года	Август	Комиссия
2.	Подготовка медицинского кабинета	Август	Медицинский работник
3.	Приобретение необходимых медицинских препаратов.	Август, в течение года по мере необходимости	Медицинский работник
4.	Комплектование аптек	Август	Медицинский работник
5.	Анализ состояния здоровья детей	Январь, май	Медицинский работник
6.	Распределение школьников на медицинские группы для занятий физической культурой	Сентябрь	Медицинский работник
7.	Оформление медицинских карт учащихся	В течение года	Медицинский работник
8.	Заключение договоров совместной деятельности с МБУЗ ЦРБ Аксайского района	Сентябрь, октябрь	Директор
9.	Контроль состоянием фактического питания и анализ качества пищи	Ежедневно	Медицинский работник
10.	Контроль санитарно-гигиенического состояния пищеблока, выполнения натуральных норм, бракераж готовой продукции	Ежедневно	Медицинский работник
11.	Осуществление контроля за соблюдением норм и правил в части обеспечения охраны здоровья обучающихся, формирования здорового образа жизни.	Ежедневно	Медицинский работник
12.	Организация работы по направлениям здоровьесберегающей деятельности и формирования у обучающихся здорового и безопасного образа жизни	В течение года	Медицинский работник
<i>Лечебно – профилактические мероприятия</i>			
1.	Организация и проведение медицинского осмотра учащихся узкими специалистами	Сентябрь, апрель	Медицинский работник, Классные руководители
3.	Проведение осмотра учащихся на педикулез, чесотку	Раз в квартал, по мере необходимости	Медицинский работник
4.	Проведение амбулаторного приема учащихся	Ежедневно	Медицинский работник
5.	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Медицинский работник
6.	Организация профилактических мероприятий по травматизму учащихся	В течение года	Директор Зам.дир по ОБЖ Медицинский работник
7.	Организация мероприятий по профилактике инфекционных заболеваний	В течение года	Медицинский работник
8.	Осуществление контроля за соблюдением медицинских предписаний на уроках физической культуры	В течение года	Медицинский работник
9.	Осуществление контроля за своевременным медицинским обследованием педагогических и технических работников школы	В течение года	Медицинский работник

10.	Проведение мониторинга состояния здоровья учащихся	В течение года	Медицинский работник
11.	Обновление банка данных о заболеваемости учеников. Анализ заболеваний и их динамика	Декабрь, май	Медицинский работник
<i>Санитарно – просветительская деятельность</i>			
1.	Организация и проведение лекций и бесед для школьников о сохранении и укреплении здоровья	В течение года в соответствии с планом воспитательной работы	Зам дир по ВР
2.	Организация и проведение бесед с техническим персоналом школы о санитарном состоянии школы, о личной гигиене, о профилактике инфекционных заболеваний	В течение года	Медицинский работник
3.	Оформление уголков здоровья, информационных стендов по профилактике социально-значимых заболеваний	В течение года	Зам дир.по ВР Медицинский работник

3. Использование возможностей реализуемых УМК в образовательном процессе

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
4.	Реализация программы формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности (через все предметы учебного плана)	В течение года	Зам дир по УВР, классные руководители, учителя, педагоги дополнительного образования
5.	Организация проектной деятельности в урочной и внеурочной работе	В течение года	Классные руководители, учителя, педагоги дополнительного образования
6.	Организация группы продленного дня	В течение года	Зам.директора по УВР (1 уровень), воспитатель группы продлённого дня
7.	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя
8.	Применение методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся	Ежедневно	Учителя
9.	Соблюдение требований к использованию технических средств обучения	Ежедневно	Директор Зам.директора по УВР
10.	Организация и обеспечение санитарно – гигиенических требований в ИВТ	В течение года	Учитель информатики
11.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	В течение года	Учителя физической культуры, врач
12.	Проведение динамичных перемен	Ежедневно	Зам дир по УВР Классные руководители
13.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	Ежедневно	Учителя
14.	Организация специальной группы для занятий физической культурой	В течение года	Медицинский работник
15.	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
16.	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
17.	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию:	В течение года	Классные руководители
18.	Проведение месячников:		Директор,

	- по ПДД; - экологии; - пожарной безопасности; - гражданской защиты; - за здоровый образ жизни; - охраны труда	сентябрь октябрь ноябрь май	зам. директора по ВР.
19.	Разработка рекомендаций классным руководителям по ведению индивидуального учета физического и психического состояния учащихся	Сентябрь, по мере необходимости	Директор Педагог-психолог
20.	Разработка рекомендаций для учителей по вопросам педагогического общения	по мере необходимости	Зам. директора по УВР
21.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	В течение года	Классные руководители

IV. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п/п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Ежедневно	Директор
2.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Ежедневно	Директор
3.	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Ежедневно	Директор
4.	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Ежедневно	Директор
5.	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, зпм.директора по ОБЖ
6.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация школы Профком
7.	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы
8.	Издание приказов: - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь	Директор
9.	Составление социального паспорта по классам, составление списков: - учащихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов	Сентябрь	Классные руководители
10.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	В течение года	Зам. директора по ВР Кл. руководители
11.	Тематические классные часы о ЗОЖ	По плану кл. руководит.	Классные руководители
12.	Оформление стендов в классах по ЗОЖ	Октябрь	Вожатая, классные руководители
13.	Встречи обучающихся с работниками милиции, медицинскими работниками	По плану кл. руководит.	Администрация
14.	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Старшая вожатая
15.	Проведение динамических пауз в 1-х классах	Ежедневно	Учителя начальных классов
16.	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. дир. по УВР
17.	Оформление общешкольного стенда	Октябрь	Старшая вожатая Врач

18.	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора по ВР, библиотекарь, совет школьников
19.	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, классные руководители
20.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
21.	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор
22.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Сентябрь-май	Зам.директора по УВР Учителя нач. классов
23.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зам. дир по АХЧ Зав. кабинетами
24.	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики обучающихся	В летний период	Директор, начальник лагеря
25.	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор
26.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор
27.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор
28.	Проведение месячника по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Зам.дир по АХЧ Кл. руководители
29.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель биологии
30.	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	Июнь-август	Зам. дир по ВР
31.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
32.	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация

V. Организация физкультурно-оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
Школьные мероприятия			
1	День здоровья	Сентябрь Апрель	Учителя физкультуры Кл. руководители
4	Веселые старты «Сильные, смелые, ловкие»	Февраль	Учителя физкультуры Кл. руководители
5	Чемпионат начальной школы по футболу	Февраль	Учителя физкультуры Кл. руководители
6	Подготовка к Всемирному Дню здоровья	Март	Зам.дир по ВР
7	Акция «Быть здоровым - это модно!»	Март	Зам.дир по ВР
8	Проведение мероприятий, посвященных Всемирному Дню здоровья, 1-4 класс	Апрель	Учителя физкультуры Кл. руководители
9	Участие в районных, городских, областных мероприятиях	В течение года	Зам.дир по ВР
10	Организация работы спортивных секций на базе школы	В течение года	Директор Зам.дир по ВР

VI. Работа с родителями.

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	По плану	Классные руководители, медработники

3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители
4.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Классные руководители
5.	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители
6.	Родительский лекторий	Раз в четверть	Классные руководители

VII. Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур:

- предусматривающих выявление динамики сезонных заболеваний, динамики школьного травматизма, утомляемости учащихся и т.п;
- педагогическую, психологическую, медицинскую диагностику.

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.

К основным результатам можно отнести:

- 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;
- 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.).
- знания и практические умения по следующим направлениям:

<i>Направления</i>	<i>Знания (информированность) ЗНАТЬ:</i>	<i>Практические умения УМЕТЬ:</i>
Двигательная активность и физическое состояние	- о значении физических упражнений для здоровья человека; - о значении физических качеств (гибкость, выносливость, ловкость, быстрота) для здоровья человека; - упражнения для развития физических качеств; - иметь представление о том, что такое физическое состояние; - простейшие способы самоконтроля физического состояния; - простейшие средства профилактики умственного и физического утомления.	- выполнять физические упражнения для развития физических качеств; - осуществлять простейшие приемы самоконтроля физического состояния; - выполнять комплекс утренней гимнастики, зарядки для глаз.
Закаливание	- о значении закаливания для здоровья человека; - простейшие закаливающие процедуры и правила их выполнения.	- выполнять простейшие закаливающие процедуры.
Питание	- о питательных веществах; - о пользе основных пищевых продуктов, о «полезных» и «вредных» продуктах; значение режима питания; - правила приема пищи.	- различать «полезные» и «вредные» продукты; - соблюдать правила приёма пищи.
Физическое здоровье и окружающая среда	- определение здоровья; - факторы, благоприятно воздействующие на здоровье; - о необходимости заботиться о своем здоровье;	- составлять индивидуальный режим дня и соблюдать его; - использовать приемы самоконтроля; - оценивать себя в сравнении с другими (заданными критериями);

	<ul style="list-style-type: none"> - о значении здоровья для успешной учебной деятельности; - о влиянии окружающей среды на здоровье человека; - о влиянии объектов природы на здоровье человека; - об ответственности человека за здоровье природы. 	- в доступной форме пропагандировать знания о природе, об ответственности за здоровье природы.
Профилактика заболеваний	<ul style="list-style-type: none"> - о некоторых заболеваниях (о причинах возникновения и способах профилактики): - простудные заболевания, заболевания опорно-двигательного аппарата (нарушение осанки, плоскостопие), нарушение зрения, заболевание зубов; - о влиянии вредных привычек на здоровье человека. 	- использовать средства профилактики некоторых заболеваний.
Психологическое здоровье	<ul style="list-style-type: none"> - приемы саморегуляции; - приёмы простейшей релаксации; 	<ul style="list-style-type: none"> - распознавать свои и чужие эмоции; - владеть приемами саморегуляции; - управлять своими эмоциями и настроением.
Социальное здоровье	<ul style="list-style-type: none"> - о разнообразии социальных ролей; - правила и нормы взаимоотношений с окружающими (принципы бесконфликтного общения); 	<ul style="list-style-type: none"> - ценить дружеское отношение; - играть, радоваться за успех товарищей, считаться с интересами других детей; -
ОБЖ	<ul style="list-style-type: none"> - правила перехода дороги, перекрёстка; - правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным, и авиационным транспортом, обязанности пассажира; - особенности жизнеобеспечения дома (квартиры) и основные причины, которые могут привести к возникновению опасной ситуации; - характеристики водоёмов в местах своего проживания, их состояние в различные времена года; - способы и средства спасения утопающих, основные спасательные средства; - меры пожарной безопасности при разведении костра; - правила личной безопасности в различных криминогенных ситуациях, которые могут возникнуть дома, на улице, в общественном месте; - наиболее характерные для региона проживания чрезвычайные ситуации, причины их возникновения и последствия; - опасные погодные явления, наиболее характерные для региона проживания; 	<ul style="list-style-type: none"> - соблюдать основные правила безопасности при использовании электроприборов и других бытовых приборов, бытового газа, а также препаратов бытовой химии; - выполнять рекомендации по соблюдению мер безопасности при купании, отдыхе у водоёма; - действовать при неблагоприятных погодных условиях, в том числе в лесу, в поле, у водоёма; - оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечении из носа, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при отравлении пищевыми продуктами

В результате работы может быть построена модель здорового школьника:

Я – здоровый человек!	Я веду здоровый образ жизни, я против наркотиков, курения и алкоголя.
	Я берегу своё здоровье: слежу за осанкой, зрением, ухаживаю за зубами.
	Я владею культурой питания.
	Я занимаюсь физкультурой и спортом.
	Я борюсь за нравственную и духовную чистоту во взаимоотношениях.

VIII. Мониторинг эффективности и динамики процесса формирования ЗОЖ младших школьников

Для выявления эффективности и динамики процесса формирования ЗОЖ младших школьников используется анкетирование учащихся на тему: «Я и мое здоровье»; «Уровень тревожности»; «Режим дня»; «Расти здоровым».

Анкеты для учащихся

Анкета №1

«Я и мое здоровье»

1. Что, по твоему, означает «здоровый образ жизни»?
2. Что ты знаешь о своем здоровье? (нужное подчеркнуть)

Мое здоровье:

- отличное - удовлетворительное - не очень хорошее - плохое.

3. Мои болезни (перечисли)

- постоянно болею - иногда болею - часто болею

4. Часто ли ты пропускаешь занятия по болезни? (н.п.)

- пропускаю каждую неделю - пропускаю каждый месяц - пропусков нет

5. Делаешь ли ты утром зарядку? (н.п.)

- да

- нет

- иногда

6. Занимаешься ли на уроке физкультуры? (н.п.)

- с полной отдачей - без желания - лишь бы не ругали

7. Занимаешься ли спортом? (н.п.)

- в школьной секции - в спортивной школе - в других учреждениях

8. Чувствуешь ли усталость после уроков? (н.п.)

- очень устаю - не очень устаю - всегда - иногда.

Анкета №2

«Уровень тревожности»

№	Вопрос	Да	Нет
1	Сильно ли ты переживаешь, когда учитель ставит плохие отметки в дневник?		
2	Часто ли ты испытываешь чувство тревоги, что выучил урок недостаточно глубоко?		
3	Сильно ли ты переживаешь, когда обнаруживаешь ошибки в работе?		
4	Волнуешься ли ты, что не сможешь выполнить порученное задание?		
5	Бывает ли, что надолго портится настроение из-за того, что получил двойку?		
6	Бывает ли у тебя бессонница при неудачах в школе?		
7	Часто ли ты волнуешься по поводу своих школьных успехов?		
8	Склонен ли ты преувеличивать в своем воображении неудачи, связанные с учебой?		
9	Переживаешь ли ты из-за малейших неудач в учебе?		
10	Сильно ли ты волнуешься из-за ошибок, которые были допущены при выполнении контрольной работы?		

Анкета №3

«Режим дня»

1. В котором часу ты встал(а) сегодня?
2. Сколько у тебя будет уроков?
3. В котором часу ушел(а) из школы?
4. Занимаешься ли спортом (в секции, участие в соревнованиях, каким спортом, с какого по какой час)?
5. С какого по какой час делал(а) уроки?
6. Гулял(а) ли на свежем воздухе, с какого по какой час?
7. Занимаешься ли музыкой? С какого по какой час?
8. Читал(а) ли художественную литературу? С какого по какой час?
9. Смотрел(а) ли телевизор, с какого по какой час?
10. В котором часу лег(а) спать?

Анкета №4

«Расти здоровым»

Допиши незаконченные предложения

1. На свежем воздухе я...
2. В школе я...
3. Аппетит у меня...
4. Иногда я чувствую себя...
5. Утром я просыпаюсь...
6. Телевизор я смотрю...
7. В сауну я...
8. Обливаться холодной водой я...

9. Простуда меня...
10. Свои руки я...
11. Зубы свои я...
12. Заниматься спортом я...

Планируемые результаты деятельности участников образовательного процесса по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, разработанные по каждому году обучения в соответствии с моделью организации работы школы в данном направлении, а также соотнесены с Программой духовно-нравственного развития и воспитания обучающихся на ступени начального общего образования.

Уровни сформированности экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

- *Высокий уровень:*
у школьников выражены ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих, постоянный интерес и мотивация к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни. Присутствует динамичная система знаний по вопросам здоровья и безопасности, экологической культуре, логически взаимосвязанная с системами социальных, психологических и гуманитарных знаний. Сформирован комплекс умений и навыков высокопродуктивной деятельности и самоконтроля в сфере формирования здорового и безопасного образа жизни. Школьники проявляют инициативу и принимают активное участие в здоровьесберегающем воспитательно-образовательном процессе, способны к продуктивной творческой, научно-исследовательской деятельности по данному направлению.
- *Средний уровень:*
позволяет школьнику выполнять большинство стандартных требований в сфере здоровьесбережения, экологической культуры и безопасности в образовательном процессе. Ценности здорового и безопасного образа жизни сформированы наряду с ценностями другого порядка, ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих проявляется не всегда. Мотивация к деятельности в области здоровьесбережения и безопасности носит чаще прагматический характер. Отмечается преобладание периодического интереса к проблемам здорового и безопасного образа жизни, владение знаниями, умениями и навыками сохранения здоровья и безопасности, среднепродуктивная деятельность по данному направлению.
- *Низкий уровень:*
характеризуется преимущественно начальной степенью развития ее компонентов, преобладанием ситуативного интереса к проблемам здорового образа жизни. Отмечаются фрагментарные, узкоприкладные знания в области здоровья, экологической культуры не развитые: самоорганизация, самоконтроль и самооценка. Школьники этого уровня культуры здоровья могут признавать важность проблемы формирования здорового и безопасного образа жизни, но не проявляют собственной активности в этом процессе.

Планируемые результаты.

К *личностным результатам* обучающихся относятся:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию в сфере здоровья и безопасности;
- сформированность мотивации к познанию закономерностей формирования и сохранения здоровья человека;
- сформированность представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- наличие ценностно-смысловых установок на здоровый и безопасный образ жизни;
- активная позиция в отношении сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих;
- развитие способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости в достижении результата;
- внутренняя позиция при самостоятельном выборе стиля поведения в повседневной и экстремальной ситуации.

К *межпредметным результатам* относятся:

- освоенные на базе одного, нескольких или всех учебных предметов универсальные способы деятельности (познавательные, регулятивные и коммуникативные), позволяющие сохранять здоровье в процессе обучения и других видах деятельности;
- усвоенные межпредметные понятия, формирующие целостное представление о человеке, его здоровье, культуре здорового и безопасного образа жизни, нормах поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, как фактора, способствующего развитию ребенка и достижению планируемых результатов общего образования.

К *предметным результатам* относятся:

- освоенный опыт специфической для данного учебного предмета деятельности по получению нового знания в области экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, а также система

основополагающих элементов научного знания в сфере здоровья и безопасности, лежащая в основе современной научной картины мира;

- овладение начальными навыками адаптации в динамично меняющемся и развивающемся мире на основе наблюдений в природе, постановки опытов и т.д.;
- овладение основами грамотного поведения в природе и социуме, правил безопасного образа жизни;
- овладение навыками проведения наблюдений и постановки простейших опытов, использования оборудования и измерительных приборов, выполнения инструкций и правил техники безопасности;
- использование знаний о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья.

Описание ценностных ориентиров формирования экологической культуры, здорового образа безопасного приобретения знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях, способах укрепления здоровья:

- практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простых элементов спортивной подготовки;
- составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, соблюдения санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;
- получение навыков личной гигиены, рационального использования природных факторов, экологически грамотного питания;
- получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости физического, психического, психологического, нравственного и социального здоровья личности;
- получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;
- понимание значения занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта для укрепления своего здоровья.