**Программа формирования экологической культуры,**

**здорового и безопасного образа жизни для младших школьников**

учитель биологии

муниципального общеобразовательного учреждения

 «Средняя школа №14 имени Лататуева В.Н.»

г. Ярославль, Ярославская область

Н.Н.Тинина

**Пояснительная записка**

 Одним из компонентов формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является просветительская работа с их родителями (законными представителями), привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы школы по охране здоровья обучающихся. Проблема организации помощи ребенку в сохранении, укреплении и формировании здоровья весьма актуальна. Решить проблему здоровья в рамках образовательного процесса помогает созданная система физкультурно-­оздоровительной работы.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся– это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Программа направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся повышать свою экологическую грамотность, действовать предусмотрительно, осознанно придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, вести работу по экологическому просвещению, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

• неблагоприятные экологические, социальные и экономические 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, обусловливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагополучных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;

• особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, 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 (необходимость лежать в постели, болезненные уколы).

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа школьников, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

Выбор стратегии реализации настоящей программы совершён с учётом психологических и психофизиологических характеристик детей младшего школьного возраста, опираясь на зону актуального развития. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей экологически безопасной, здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, организации рационального питания.

Одним из компонентов формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является просветительская работа с их родителями (законными представителями), привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы школы по охране здоровья обучающихся.

 **Актуальность Программы** по созданию системы физкультурно-оздоровительной деятельности в школе заключается, прежде всего, в том, что она ориентирована на решение таких значимых проблем, устранение которых в сумме может дать максимально возможный положительный эффект оздоровления учащихся.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся обеспечивает:

* формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
* побуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
* формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
* формирование установок на использование здорового питания;
* использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
* соблюдения здоровьесозидающих режимов дня;
* формирование негативного отношения к факторам риска здоровья детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещства, инфекционные заболевания);
* становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
* формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состоянием здоровья, развитием готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
* формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
* формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;

Из всего вышесказанного вытекают цели и задачи программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

**Цель:**

Создание условий для формирования основ экологической культуры, сохранения и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования и ценностных ориентиров, направленных на сохранение и укрепление здоровья.

**Задачи программы:**

* 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 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;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни - научить выполнять правила личной гигиены и развивать готовность на основе их 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;
* обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, 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;
* сформировать здоровьесберегающую основу учебной культуры – умение организовать успешную учебную деятельность путем применения здоровьесберегающих условий.

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

Механизмы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни описаны с учётом определенных принципов:

1. Принцип деятельности исключает пассивное восприятие знаний и обеспечивает включение каждого ребенка в самостоятельную учебную деятельность.
2. Принципы непрерывности и целостности создают механизм устранения «разрывов» в организации учебного процесса и приведения содержания образования в соответствие функциональным и возрастным особенностям учащихся.
3. Принцип минимакса является саморегулирующимся механизмом разноуровневого обучения, обеспечивающим для каждого ребенка адекватную нагрузку и возможность успешного прохождения им индивидуальной образовательной траектории на уровне своего собственного максимума, но не ниже социально безопасного минимума.
4. Принцип психологической комфортности обеспечивает снятие стрессовых факторов во взаимодействии между учителем и учениками, создание в коллективе класса атмосферы доброжелательности, взаимопомощи, товарищества.
5. Принцип вариативности обеспечивает возможность выбора каждым учащимся индивидуального темпа и уровня обучения;
6. Принцип творчества обеспечивает формирование у учащихся интереса к обучению, создание для каждого из них ситуации успеха.

Наиболее эффективным путём решения целей и задач формирования культуры здорового и безопасного образа жизни являются следующие **направления:**

* создание и развитие здоровьесберегающей инфраструктуры;
* обеспечение рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся;
* обеспечение эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы;
* создание благоприятного психологического климата;
* обеспечение:

- рационального (правильного) питания;

- экологически сообразного поведения в быту.

1. **Создание и развитие здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения**

 В школе созданы необходимые условия для сбережения здоровья обучающихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

 В школе работает столовая и буфет**,** позволяющие организовывать горячие завтраки и обеды. Работает оснащенный большой и малый спортивный зал, тренажерный зал, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

 В школе работает медицинский и процедурные кабинеты.

 Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: психолог, социальный педагог, врач-педиатр, медсестра, учителя физической культуры.

1. **Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся**

 Направлена на повышение эффективности учебного процесса, при чередовании обучения и отдыха включает:

• соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся 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;

• индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям;

• ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки*** (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях). Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного директором школы, требованиями СанПиН, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся возможностей школы.

1-4-е классы работают в режиме пятидневной учебной недели. Максимальное количество часов в неделю выдержано. Согласно требованиям СанПиН, обозначенным в ФГОС, вторник и четверг - самые работоспособные дни, соответственно нагрузка в эти дни выше, чем в остальные.

 Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности ***индивидуальные особенности развития учащихся***: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.

**Планируемые личностные результаты в зависимости от видов и форм внеучебной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  | Внеучебная деятельность  | Планируемые результаты (личностные)  |
| У обучающихся будут сформированы:  | Обучающиеся получат возможность для формирования:  |
| 1.  | Тематические беседы и классные часы, оформление классных уголков по экологии, БДД и ЗОЖ, проверка сохранности кабинетов  | Понятие о правильном режиме дня и отдыха;  | Представления об основных компонентах культуры здоровья и экологической культуры. |
| 2.  | Встречи с сотрудниками ГИБДД,листок здоровья, стенгазеты  | Понятие о ценности своего здоровья и здоровья своей семьи  | Представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье;  |
| 3.  | Походы, весёлые старты, «Путешествие в страну здоровья», учебная эвакуация, беседы с педагогом–психологом.  | Понятие о полезности занятий физкультурой и спортом, здоровое соперничество на соревнованиях;  | Представления о негативных факторах риска здоровью;  |
| 4.  | Школьная спартакиада, экскурсии, поездки.  | Понятие о гиподинамии и об её преодолении, о влиянии компьютера на здоровье и зрение;  | Анализировать свою занятость во внеурочное время и корректировать нагрузку при помощи взрослых и родителей  |
| 5.  | Учебная эвакуация, беседы, оздоровительный лагерь, дежурство по классу;  | Навыки действий при пожаре и чрезвычайной ситуации, навыки позитивного коммуникативного обучения |  |

В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, соответствующие возрастным возможностям и особенностям обучающихся.

 Используемые в школе учебно-методический комплексы позволяют это сделать благодаря тому, что они разработаны с учетом требований к обеспечению физического и психологического здоровья детей, здорового и безопасного образа жизни. В основу этих УМК положен деятельностный метод обучения, позволяющий ученику занимать активную позицию, тем самым, развивая свой интерес к познанию, т.е. традиционная технология объяснительно-иллюстративного метода обучения заменена технологией деятельностного метода.Система построения учебного материала позволяет каждому ученику поддерживать и развивать интерес к открытию и изучению нового. В учебниках данных УМК задания предлагаются в такой форме, чтобы познавательная активность, познавательный интерес и любознательность ребенка переросли в потребность изучать новое, самостоятельно учиться. В учебниках системно выстроен теоретический материал, к которому предложены практические, исследовательские и творческие задания, позволяющие активизировать деятельность ребенка, применять полученные знания в практической деятельности, создавать условия для реализации творческого потенциала ученика.

Наиболее эффективный путь формирования экологической культуры, ценности здоровья, здорового образа жизни — самостоятельная работа обучающихся, направляемая и организуемая взрослыми: учителями, воспитателями, психологами, взрослыми в семье. Самостоятельная работа способствует активной и успешной социализации младшего школьника, развивает способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Виды учебной деятельности, используемые в урочной и внеурочной деятельности: ролевые игры, проблемно-ценностное и досуговое общение, проектная деятельность, социально-творческая и общественно полезная практика.

Формы учебной деятельности, используемые при реализации программы: исследовательская работа во время прогулок, в музее, деятельность классной или школьной газеты по проблемам здоровья или охраны природы, мини-проекты, дискуссионный клуб, ролевые ситуационные игры, практикум-тренинг, спортивные игры, дни здоровья.

В школе строго соблюдаются все ***требования к использованию технических средств обучения***, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств. В школе есть компьютерный класс, оборудованный в соответствии с требованиями СанПиНа. Режим работы использования компьютерной техники и ТСО на уроках строго регламентирован.

1. **Организация физкультурно-оздоровительной работы**

 Система физкультурно-оздоровительной работы в школе направлена на 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.

 Сложившаяся система 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 динамической паузы между 3-м и 4-м уроками;
* организацию динамических перемен, физкультминуток 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, походов и т. п.).

**Планируемые личностные результаты в ходе физкультурно-оздоровительной деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Физкультурно-оздоровительная деятельность** **(виды и формы работы)**  | **Планируемые результаты (личностные)**  |
| **У обучающихся будут сформированы:**  |
| 1.  | Урок-беседа, рассказ, групповая работа. Дополнительные образовательные программы  | Начальные представления о позитивных факторах, влияющих на здоровье человека;  |
| 2.  | Обучение составлению режима дня, беседы о гигиене, праздники в классе, День Здоровья.  | Потребность в выполнении режима дня и правил гигиены;  |
| 3.  | Беседы медработников, презентации на уроках, беседы по ПДД, викторины.  | Элементарные представления о вредных привычках и факторах, влияющих на здоровье;  |
| 4.  | Учебная эвакуация, беседы, работа с родителями, консультации психолога.  | Потребность ребёнка безбоязненно обращаться к учителю по вопросам состояния здоровья.  |

**Структура комплекса оздоровительных физкультурных мероприятий**

|  |
| --- |
| **Оздоровительные физкультурные мероприятия применяемые** |
| **в ходе учебного процесса** | **в ходе внеклассной и** **внеурочной работы** |
| Физическое воспитание школьников  | Вне уроков физкультуры:1) гимнастика до занятий;2) подвижные перемены;3) физкультминутки:  — дыхательная гимнастика;  — локальная гимнастика для различных частей тела;  — элементы самомассажа;4) элементы валеологического образования в ходе уроков образовательного цикла. | Проведение 1) Дня Здоровья 3 раза в год,2) соревнования«Мама, папа, я  -Спортивная семья»3) «Весёлые старты»   | В кружках и секциях:1) пропаганда занятий физкультурой и спортом                                     |

1. **Основные направления просветительской работы**

**Просветительская работа образовательного учреждения с обучающимися.**

Просветительская работа образовательного учреждения с обучающимися осуществляется через *создание информационной среды по* формированию представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, *здоровьесбережение, формирование содержания инвариантной и вариативной частей БУП, реализацию дополнительных образовательных программ.*

**Создание информационной среды** об экологической культурые на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, о здоровьесбережении для начальной школы предусматривает организацию выставок литературы в библиотеке, информационных стендов, школьных газет, радиопередач, разработка соответствующей страницы школьного сайта, организация обсуждения на форуме школьного сайта, создание внутришкольных мультимедийных продуктов и т. п.

**Организация просветительской работы образовательного учреждения с обучающимися, в том числе по:**

- формированию представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;

- формированию элементарных навыков:

* гигиены и эмоциональной разгрузки (релаксации), готовности на основе этого самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* бережного отношения к природе;
* экологически сообразного поведения в быту и природе;
* поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;
* рационального питания и профилактике вредных привычек;
* позитивного коммуникативного общения;

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направление деятельности** | **Задачи** | **Содержание** |
| Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни | 1.Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни. 2.Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности. 3. Обеспечение условий для мотивации и стимулирования здорового образа жизни  | Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности |
| Профилактическая деятельность | 1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья. 2. Создание условий, предотвращающих ухудшение состояние здоровья. 3. Обеспечение помощи детям, перенесшим заболевания, в адаптации к учебному процессу. 4. Профилактика травматизма  | Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; пропаганда культуры питания в семье. Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки классных комнат, школы; соблюдение санитарно-гигиенических требований.Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми. Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха. |
| Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа | 1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта. 2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.3. Всемерное развитие и содействие детскому и взрослому спорту и туризму. | Повышение качества оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе: организация подвижных игр; соревнований по отдельным видам спорта;спартакиады, дни здоровья.Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми родителей. |

**Примерное программное содержание по классам**

|  |  |
| --- | --- |
| **Класс, год обучения** | **Содержательные линии** |
| ***1 класс*** | Овладение основными культурно-гигиеническими навыками, я умею, я могу, сам себе я помогу, навыки самообслуживания. Формирование осознанного отношения к самому себе, к своему собственному здоровью. Правильный режим дня, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий воздух, спорт в моей жизни.  |
| ***2 класс*** | Мы за здоровый образ жизни, особенности физиологического и психологического здоровья мальчиков и девочек, основные способы закаливания, спорт в моей жизни, в моей семье, правила безопасного поведения.  |
| ***3 класс*** | Осознанно о правильном и здоровом питании, витамины в моей жизни, правила оказания первой медицинской помощи, правила безопасного поведения. Организация учебной деятельности в домашних условиях. |
| ***4 класс*** | Спорт в моей жизни, нет вредным привычкам, роль физкультуры и спорта в формировании правильной осанки, мышечной системы, иммунитета. Организация семейных и самостоятельных занятий физкультурой и спортом. Быть здоровым – это здорово! |

**Формы деятельности: у**роки, кружки, секции, дни здоровья, спортивные соревнования.

Для внедрения программы в полном объеме необходимо реализовать следующие функции:

1. Теоретические: изучение опыта работы других образовательных учреждений, нормативной литературы, проведение теоретических семинаров с сотрудниками.

2. Методические: корректировка действующих учебных программ с учетом психологических, оздоровительных требований, составление и разработка специальных учебных программ по физической культуре для учащихся различных возрастных групп, составление перечней функциональных обязанностей специалистов службы, планирование учебно-воспитательной работы в соответствии с основными направлениями работы школы.

3. Организационные: подбор специалистов, повышение их квалификации, оснащение классных кабинетов, комнаты психофизиологической разгрузки.

4. Обеспечение необходимыми учебниками, методическими пособиями, наглядными, раздаточными и дидактическими материалами, спортивным оборудованием и инвентарем.

**Реализация Базисного учебного плана**

**Инвариантная часть БУП** должна содействовать реализации программы, так как на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни учащихся нацелены предметные области «Окружающий мир», «Физическая культура», «Технология». Требования к предметным результатам обеспечивают возможность научиться понимать необходимость экологически сообразного поведения в быту и природе, здорового образа жизни, соблюдать правила безопасного и здорового поведения, использовать знания о природе, строении и функционировании организмов для сохранения и укрепления своего здоровья и природы.

 В процессе усвоения предметных знаний и умений выпускник начальной школы должен научиться

* безопасному поведению в окружающей среде;
* простым навыкам самоконтроля умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;
* саморегуляции своего состояния,
* осознанно выполнять режим дня, правила рационального питания и личной гигиены,
* оказывать первую помощь при несложных несчастных случаях.

**Вариативная часть БУП** определяет внеучебную проектную деятельность учащихся в рамках предметных областей «Окружающий мир», «Физическая культура», «Технология», «Информатика»;

Для формирования установки на экологически сообразного поведения в быту и природе, здоровый образ жизни *в выбранной образовательным учреждением системе внеурочной деятельности предусматриваются соответствующие разделы и темы*. Их содержание должно обеспечивать условия для обсуждения с детьми проблем, связанные с безопасностью и здоровьем, активным отдыхом.

В программах должны предусматриваться разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, проведение часов здоровья человека и природы, факультативные занятия, проведение классных часов, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий (конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.).

**Реализация дополнительных образовательных курсов,** направленных на повышение уровня знаний и практических умений обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

• внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;

• организацию в образовательном учреждении кружков, секций, факультативов по избранной тематике;

• проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

•  интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

• проведение часов здоровья;

•  факультативные занятия;

• проведение классных часов;

• занятия в кружках;

• проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников,

 викторин, экскурсий и т.п.;

• организацию дней здоровья.

**Реализация просветительской работы с родителями** (законными представителями)

 Направлена на повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, повышение мотивации родителей (законных представителей) для привлечения к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований на повышение их уровня знаний и включает:

* лекции, семинары, консультации, круглые столы по проблемам сохранения здоровья детей с участием работников школы и с приглашением специалистов экологов, по здоровьесохранению, занятия по профилактике вредных привычек, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.
* разработку анкет и сбор информации о формах организации здоровьесберегающего семейного досуга, выполнения режима дня и т. д.;
* выпуски информационных бюллетеней, стенгазет, организации выставок методической литературы для родителей по вопросам экологического воспитания и здоровьесбережения.

В программе представлены виды и формы работы с родителями, обеспечивающие личностные планируемые результаты по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования. При этом программой предусматриваются и результаты работы с родителями обучающихся, как необходимое условие сформированности у обучающихся понимания и принятия ценности здоровья и формирования экологического сознания.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | Виды и формы работы с родителями  | Планируемые результаты обучающихся (личностные) У обучающихся будут сформированы:  | Планируемые результаты работы с родителями  |
| 1.  | Консультации по предметам, день открытых дверей для родителей.  | Понимание обязательности и полезности учения, положительная мотивация, уважительное отношение к учителям и специалистам школы.  | Согласованность педагогических и воспитательных воздействий на ребёнка со стороны семьи и школы. Коррекция проблемного поведения детей.  |
| 2.  | Консультации специалистов школьного психолого-медико-педагогического консилиума для родителей  | Бесконфликтное общение в классе и семье, потребность безбоязненно обращаться за помощью к учителям и специалистам.  |
| 3.  | Родительские собрания: «Основы правильного питания», «Гигиенические основы режима дня школьника», «Физическая культура и здоровье», «Здоровый образ жизни», «Почему ребёнок не любит читать», «Десять заповедей для родителей». | -Навык организации режима дня и отдыха, -Уважительное отношение к родителям и старшим, потребность в выполнении правил поведения в школе и общественных местах, - Серьёзное отношение и потребность в чтении; - Умение общаться в коллективе класса, толерантность, милосердие.  | Повышение педагогической компетентности родителей Повышение количества инициативных обращений родителей к специалистам школы Формирование у родителей положительного эмоционального отношения к школе  |
| 4.  | Практикум для родителей: «Уметь отказаться», «Я и здоровье», « Что делать, если…» «Профилактика острых и кишечных заболеваний»  | - Умение следить за своим здоровьем, -Начальные навыки и умения выхода из трудной жизненной ситуации; - Устойчивость к неблагоприятным условиям внешней среды  | Практическое участие родителей в решении вопросов школьной жизни  |
| 5.  | Анкетирование: «Здоровье и физическая культура ребёнка»: «Как ребёнок справляется с домашним заданием»  | -Потребность в общении со сверстниками, выбор установки на здоровый образ жизни; - Умение попросить совета и помощи у старших, мотивация к учению.  | Формирование положительной мотивации родителей к получению педагогических знаний  |
| 6.  | Общешкольное тематическое собрание  | Принятие установки на здоровый образ жизни, понимание важности здоровья, экологически сообразного поведения. | Формирование «образа школы» как у родителей, так и у сторонних лиц и организаций  |
| 7.  | Организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, организация походов, весёлых стартов  | Навык толерантности, коммуникабельности.  | Активное участие в делах школы и класса  |

*Примерная тематика бесед с родителями*

1 класс:

Забота государства о здоровье подрастающего поколения.

Содружество врача, педагога и семьи в гигиеническом обучении и воспитании учащихся начальных классов.

Психологические особенности детей младшего школьного возраста.

Особенности физического развития младших школьников.

2 класс:

Гигиена мальчиков и гигиена девочек.

Основные принципы режима для младшего школьника.

Гигиенические требования к детской одежде и обуви.

Гигиена питания.

3 класс:

Физическое воспитание детей в семье.

Закаливание.

Активный отдых младших школьников.

Режим просмотра телевизора.

4 класс:

Половое воспитание детей младшего школьного возраста.

Профилактика бытового травматизма.

Профилактика пищевых отравлений.

Профилактика уличного травматизма.

В программе предусмотрена модель **«Экология, здоровье, безопасность жизни»**, которая соответствует методологии системно-деятельностного подхода. В рамках этой общей модели используются следующие организационные модели:

- организационная модель физкультурно-спортивной работы;

- модель организации работы по формированию экологически сообразного поведения;

- модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа хизни и профилактике употребления психоактивных веществ;

- модель организации работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

Данные модели предусматривают систему управления работой, функционал отдельных её звеньев, их взаимодействие, сочетание малых и больших, индивидуальных и массовых форм работы, связи с родительской общественностью, дополнительным образованием, мониторинг результатов; обновление содержания, методов и форм работы; может включать опытно-экспериментальную деятельность.

Организационная модель физкультурно-спортивной работы реализуется через такие формы работы, как уроки, школьные спортивные секции, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивные соревнования; предполагает охват учащихся различными видами деятельности через включение их в занятия подвижными играми, баскетболом, волейболом, пионерболом, беговыми упражнениями, прыжками, метанием мяча.

Модель организации 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.

Модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа хизни и профилактике психоактивных веществ на уроках реализуется через проведение физкультминуток, соблюдение режима труда и отдыха, применение здоровьесберерегающих технологий, соблюдение снитарно-гигиенический 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.

Организационная модель по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма реализуется через встречи с инспекторами дорожного движения, беседы, праздники, конкурс «Безопасное колесо», оформление информационных стендов, выпуск стенгазет, проведение конкурсов рисунков.

**Циклограмма работы класса**

|  |  |
| --- | --- |
| *Ежедневно* | Утренняя гимнастика (перед уроками). Контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью, охват горячим питанием. Выполнение динамических, релаксационных пауз, профилактических упражнений и самомассажа на уроках, прогулки после уроков.Санитарная уборка классных комнат. |
| *Еженедельно* | Выпуск «Страничек здоровья». Занятия в кружках, спортивных секциях, факультативах, проведение уроков на свежем воздухе.  |
| *Ежемесячно* | Консультационные встречи с родителями, диагностирование, генеральная уборка классной комнаты. Участие в соревнованиях, физкультурно-спортивных мероприятиях. |
| *Один раз в четверть* | Семейные спортивные праздники, экскурсии, родительские собрания. |
| *Один раз в полугодие* | Дни открытых дверей (для родителей). |
| *Один раз в год* | Оформление уголков безопасности. Беседа о пользе витаминов, способах повышения иммунитета. Социально-психологическая диагностика. Профилактика гриппа и других вирусных инфекций.  |

**Реализация просветительской и методической работы с педагогами и специалистами**

1. Повышение квалификации работников школы и уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья учащихся.
2. Проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье.
3. Приобретение необходимой научно-методической литературы.
4. Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.
5. Обсуждение и решение  проблем сохранения и укрепления здоровья в школе с учетом реальных возможностей и потребностей. Выбор приоритетных направлений деятельности.

**Социальное партнерство при реализации программы**

Здоровьесберегающее пространство школы органично дополняется взаимодействием с социальными партнёрами: учреждениями культуры, детскими юношескими спортивными школами, медицинскими учреждениями.

***Деятельность социально – педагогической службы школы***
предполагает:

1. Диагностику детей, имеющих трудности в обучении и отклонения в поведении;
2. Диагностику адаптации учащихся первых, пятых, десятых классов к обучению в школе;
3. Коррекционно-развивающие занятия с детьми, имеющими трудности в адаптации;
4. Создание психологически  комфортного климата в школе;
5. Развитие коммуникативных способностей учащихся;
6. Развитие социальной, социально – личностной сфер учащихся;
7. Реализация принципов гуманизма, индивидуальности, заложенных в образовательной программе школы;
8. Создание условий для развития личности;
9. Повышение психологической культуры учащихся и их родителей.

**Планируемые результаты**

|  |  |
| --- | --- |
| Направление  | Планируемые результаты |
| Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни | 1.У учащихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.2. Учащиеся имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека.3. Учащиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности.4. Учащиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества.5. Учащиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека. |
| Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения | Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. |
| Рациональная организация образовательного процесса | 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. |
| Организация физкультурно-оздоровительной работы | 1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях).2. Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера. |
| Реализация дополнительных образовательных программ | Эффективное внедрение в систему работы ОУ программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс. |
| Просветительская работа с родителями | Эффективная совместная работа педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек. |

**Оценка результатов реализации программы формирования экологической** **культуры, здорового и безопасного образа жизни.**

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области *экологической культуры,* здоровьсбережения *выявляются в процессе урочной и внеурочной работы, а также через анкетирование родителей о ежедневном использовании знаний об экологической культуре и* *здоровом образе жизни в семье.* На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ экологической и оздоровительной направленности.

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оценивается в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся.

Мониторинг реализации Программы включает:

• аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;

• отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;

• отслеживание динамики травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма;

• отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни;

• включение в доступный широкой общественности ежегодный отчёт образовательного учреждения обобщённых данных о сформированности у обучающихся представлений об экологической культуре, здоровом и безопасном образе жизни.

Выделяются следующие критерии эффективной реализации Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

• высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной или региональной системе образования;

• отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;

• повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;

• снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;

• результаты экспресс-диагностики показателей здоровья школьников;

• положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей).

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений учащихся, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: суждения родителей, самооценочные суждения детей.

В качестве содержательной и критериальной базы оценки выступают планируемые личностные результаты обучения:

• ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;

• элементарные представления о взаимообусловленности физического, нравственного, социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;

• первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;

• первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;

• знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.

Оценка и коррекция развития этих и других личностных результатов образовательной деятельности обучающихся осуществляется в ходе постоянного наблюдения педагога в тесном сотрудничестве с семьей ученика.

**Критерии оценки реализации программы**

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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Критерий | Показатели | Измерители |
|
|  | Наличие в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью). | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.Наблюдение школьной медицинской службы.Результаты медицинских осмотров.Количество дней пропущенных по болезни. |
|  | Установка на использование здорового питания. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.Наблюдение за питанием в школе и дома. |
| 1. .
 | Наличие познавательного интереса и бережного отношения к природе. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.Наблюдение в школе и дома. |
|  | Сформированность представлений об основах экологической культуры | ЗУНы по предметам учебного плана.Положительная динамика развития представлений | Административный контроль ЗУН.Анкетирование.Наблюдение в школе и дома. |
|  | Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей. | Отрицательная динамика уровня заболеваемости опорно-двигательного аппарата (исключая заболевания органического генеза, травматического характера). | Анкетирование.Учет времени на занятия физкультурой. |
|  | Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу.Положительная динамика числа занимающихся в спортивных кружках и секциях. | Анкетирование.Наблюдение. |
|  | Применение рекомендуемого врачами режима дня. | Положительная динамика в выполнении рекомендаций врача | Анализ выполнения рекомендаций. Наблюдение. |
|  | Знание негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания). | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.Наблюдение. |
|  | Умения безопасного поведения в окружающей среде. | Положительная динамика развития умений. | Организованное наблюдение в школе и дома.Практическое тестирование. |
|  | Простейшие умения поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях. | Положительная динамика развития умений. | Организованное наблюдение в школе и дома.Практическое тестирование. |
|  | Потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья.  | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |

*\*Примечание:*

 *в анкетировании принимают участие все участники образовательного процесса.*