

**2.4 ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
БЮДЖЕТНОГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
города Омска
«Средняя общеобразовательная школа №145»**

Введение

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 ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
 - Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
 - Приказ Министерства образования и науки РФ (рег. № 225 от 12 декабря 2011 г.);
 - СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
 - 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.);
- Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни должна обеспечивать:
- Пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом реального состояния здоровья детей и факторов риска, имеющих место в БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа №145»

Цель программы: обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья младших школьников, способствующей познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи программы:

- формировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- пробуждать в детях желание заботиться о своем здоровье (формировать заинтересованное отношение к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- формировать установки на использование здорового питания;
- развивать потребности в занятиях физической культурой и спортом (использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей);
- научить соблюдать здоровьесберегающий режим дня;
- формировать знания о негативных факторах риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- прививать умение противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формировать потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
- развивать готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены, становления навыков противостояния вредным привычкам;

- формировать основы здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
- формировать умение безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни содержит:

- Характеристику контингента учащихся с позиции реального состояния здоровья детей и факторов риска, имеющих место в БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа №145».
- Создание здоровьесберегающей среды.
- Использование возможностей УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» в образовательном процессе.
- Организация физкультурно-оздоровительной работы.
- Реализация дополнительных образовательных программ.
- Просветительская работа с родителями (законными представителями учащихся).
- Оценка эффективности реализации программы.

1. Характеристика состояния здоровья контингента учащихся и факторы риска

Состояние здоровья обучающихся мы рассматриваем по следующим параметрам:

- число обучающихся - 998;

- анализ здоровья на основании медицинского осмотра учащихся (декабрь 2010 года) и изучении медицинских карт

	всего	осмотрено	Выявлено с патологией						Физкульт. группа				Группы здоровья				
			С пон. слуха	С пон. зрен.	Дефект речи	Нар. осан	Сколиоз	Деф. m>15%	Осн.	Под.	Спец	Осв	I	II	III	IV	V
С 1-11 класс	796	790	1	194	72	180	4	-	716	63	5	12	179	511	91	15	-
С 1-9 класс	682	676	1	151	72	144	2	-	623	43	5	11	161	436	74	11	-
Перед	101	1-1	-	8	19	15	-	-	88	10	2	1	28	59	13	1	-

поступлением в школу																	
Конец 1-го года обучения	72	72	-	8	9	8	-	-	67	5	-	-	23	44	4	1	-
5 класс	50	50	-	20	-	8	-	-	45	3	2	-	11	34	5	-	-
7 класс	77	77	-	26	9	16	-	-	68	7	-	2	17	51	7	2	-
9 класс	76	70	-	32	-	29	-	-	60	9	1	6	14	46	14	2	-
10 класс	81	81	-	27	-	25	-	-	69	12	-	-	13	56	10	2	-
11 класс	33	33	-	16	-	11	-	-	24	8	-	1	5	19	7	2	-

Таким образом, мы видим, что 91 % обучающихся лица относятся к основной группе, 8% - к подготовительной. Основные выявленные патологии в рамках профосмотра связаны с нарушением зрения (25%) и осанки 23%.

Всего в лицее обучается 12 детей инвалидов, 6 детей находятся на домашнем обучении.

Основные виды патологий на основании медицинских карт: плоскостопие, нарушение осанки, нарушение зрения, заболевания репродуктивной системы, хронический танзилит.

Наличие патологии у школьников (на декабрь 2010 года)

	1-11 классы	1-4 класс	5-9 класс	10-11 классы
Отставание в физическом развитии	m(+) 23 m(-) 30 н/р 18	m(+) 14 m(-) 18 н/р 10	m(+) 7 m(-) 6 н/р 2	m(+) 2 m(-) 6 н/р 1
Отставание в половом развитии				
Зоб	1		1	
Расстройство в.н.с.	18	2	11	5
ЗПР				
Нарушение осанки	180	58	86	36
Сколиоз	4	1	1	2
Плоскостопие + упл. стопы	201	65	92	44
Близорукость	112	6	75	31
Хр. тонзилл.+ аденоиды	36	20	13	3
Заболевания м.п.с.	42	19	21	2
Заболевания репр. сист.м/д	53/3	30/0	20/3	3/2
Язвенная болезнь 12п киш. и жел.	2	-	-	2
Хр. Гастрит, дуоденит	20	2	12	6

- анализ охвата питанием : 100% обучающихся (из них 53% горячее питание), есть буфетное питание;

- анализ среды по формированию ЗОЖ:

В школе сложилась система медико-психологического мониторинга при зачислении детей и подростков в школу, учитывая сложность программы обучения, выясняется роль биологических и социально-экономических условий и факторов в процессе формирования личностных качеств и здоровья учащихся. Осуществляется контроль за соблюдением норм учебной нагрузки (дневной, недельной, годовой). Постоянно осуществляется мониторинг санитарного состояния школы, классных кабинетов (освещение, вентиляция, отопление, канализация и т.д.) Проводится ежегодная диспансеризация учащихся с привлечением специалистов, работает специальная медицинская группа для детей, имеющих проблемы со здоровьем. Стало традицией проведение различных спортивных соревнований, Дня здоровья, классных часов по ЗОЖ, дней профилактики. В школе работают спортивные секций, но после сокращения часов кружковой работы, многие спортивные секции закрылись. На сегодняшний день отсутствуют спортивные секции рассчитанные на все возрастные группы учащихся, выделены часы для занятий СМГ.

Ежегодно в сентябре учителем Котовой И.Н разрабатывается план спортивных мероприятий на учебный год. Практически все мероприятия проводятся на высоком уровне. Устный опрос обучающихся показал, что спортивных мероприятий проводится недостаточно.

Обновление воспитательной системы школы невозможно без укрепления здоровья ребенка и формирования здорового образа жизни. Необходима более четкая реализация программы развития школы «Школа, содействующая здоровью», имеющихся программ, пособий, учебников. Особое значение имеет контроль за недопустимостью использования в отношении учащихся и учителей непроверенных оздоровительных систем и методов. Активное использование туризма, организации спортивных соревнований, праздников, профилактика заболеваний среди учащихся и учителей. Необходимы День здоровья, классные часы, приглашение специалистов, деятельность внеурочных взросло-детских объединений. Большую роль в сохранении здоровья играет профилактика детского дорожно-транспортного травматизма. Актуальность и практическая значимость обучения, воспитания и в целом профилактики детского дорожно-транспортного травматизма подчеркиваются высокими статистическими показателями по стране, городу и Кировскому АО. Цель работы по предупреждению детского транспортного травматизма: формирование и развитие умений и навыков безопасного поведения, превращение их в устойчивые привычки. Эта работа является достаточно сложным, длительным учебно-воспитательным процессом, требующим специальных программ обучения, организации системы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма. В школе существует система работы по предупреждению детского транспортного травматизма, это подтверждает статистика: в течение последних трех лет не было случаев злостного нарушения правил дорожного движения.

Большую роль в сохранении здоровья играет профилактика ряда заболеваний. В рамках Недели иммунизации осуществляется план работы: проводится единый классный час, конкурс рисунков и плакатов, беседы с родителями и учащимися. Так же в течение года проводятся классные часы по предупреждению детского травматизма, беседы по половому воспитанию, приглашены психолог для бесед с девушками 8-11 класса. В ноябре, феврале проходит месячник борьбы с наркоманией. Необходимо продолжить эту работу, расширить контингент воспитанников, привлекать как можно больше специалистов, педагогов, родителей.

На основе анализа выделены следующие факторы риска школьной среды:

- интенсификация учебного процесса и учебные перегрузки;
- гиподинамичный характер обучения.

Мы исключаем из факторов риска влияния школьной среды следующие компоненты:

- несоблюдение гигиенических требований к микроклимату, освещенности, учебной мебели, ТСО и др.;
- плохая организация школьного питания;
- использование педагогических технологий, не прошедших гигиеническую экспертизу.

2. Создание здоровьесберегающей среды в БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа №145»

2.1. В школе создана материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся БОУ г. Омска «СОШ №145»

- 2 спортивных зала
- кабинет врача

- процедурный кабинет
- стоматологический кабинет
- кабинет педагога-психолога
- школьная столовая на 150 мест
- учебные кабинеты –
- 2 малые спортивные площадки
- футбольное поле

Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

Школьная **столовая** позволяет организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время.

В школе работают оснащенные **спортивные залы**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём, лыжная база.

В школе работает 2 медицинских кабинета: кабинет фельдшера (оснащен всем необходимым оборудованием), прививочный кабинет.

Создана и работает служба **медико-психологического сопровождения**.

В школе строго соблюдаются все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров.

2.2. Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает **квалифицированный состав специалистов**:

Учителя физической культуры: Котова Ирина Николаевна, Куценко Ирина Павловна, Левинский Иосиф Станиславович.

Психолог: Грачева Надежда Викторовна

Социальный педагог: Черномаз Галина Ивановна

Медицинский работник: Полозова Валентина Юрьевна

2.3. В школе действует расписание, полностью соответствующее СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса». Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом **гигиенических норм и требований** к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

2.4. Здоровьесберегающее пространство школы органично дополняется сетевым взаимодействием:

- СДЮШОР №7- секция по баскетболу
- ДЮСШ №13- спортивное ориентирование
- СДЮШОР №22- секция по флорболу
- ДЮСШ №14- секция по футболу

3. Использование возможностей УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» в образовательном процессе

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа».

Учебно-методический комплект «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» способствует созданию здоровьесберегающей среды обучения; формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни.

3.1. В целях создания здоровьесберегающей среды УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» обеспечивает организацию адаптационного периода обучения первоклассников в течение 2-х первых месяцев. Это способствует благоприятному вхождению ребёнка в школьную жизнь, позволяет провести необходимую коррекционную работу для подведения детей к единому стартовому уровню.

Учебники разработаны с учётом психологических и возрастных особенностей младших школьников, на основе принципа вариативности, благодаря этому закладывается возможность обучения детей с разным уровнем развития, возможность выстраивания дифференцированной работы, индивидуальных программ обучения. Система заданий комплекта предоставляет учащимся реализовывать право на выбор, на ошибку, на помощь, на успех, тем самым способствуя созданию психологического комфорта при обучении.

Создание ситуаций выбора, разноуровневые задания позволяют каждому учащемуся обучаться на максимально сильном для него уровне, реализовать свои интересы и склонности, снимают излишнее эмоциональное и интеллектуальное напряжение, способствуют формированию положительных внутренних мотивов учения.

3.2. УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания учащимися начальных классов основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка. Учебники ориентируют педагога на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического,

психологического, нравственного и духовного здоровья. Каждый из учебных предметов вносит свой вклад в решение этой задачи.

Учебники курса **«Русский язык»** содержат задания, мотивирующие учащихся на здоровый образ жизни. Ряд заданий акцентируют внимание на физическом здоровье. Они даются на материале пословиц, текстов о спорте, занятиях физической культурой, режиме дня. (Например, составь устный рассказ о своём режиме дня; придумай упражнения для утренней зарядки и разучи их с друзьями; составь письменный рассказ о своих занятиях спортом и т.д.) При выполнении заданий на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Учебники русского языка несут особое отношение к слову, к языку своего народа, его колориту и мудрости, духовно-нравственному содержанию. Задания помогают детям осваивать этикетные формы обращения и поведения. Обучение вежливому обращению, решению коммуникативных задач (в том числе отказ, просьба) способствует бесконфликтному выходу из ситуаций, нацеливает учащихся на выстраивание добрых отношений с людьми, на сохранение нравственного и психологического здоровья.

Учебники **«Литературное чтение»** содержат литературные тексты мастеров художественного слова, детских писателей, фольклорные произведения народов России, работая с которыми дети постигают простые и вечные истины добра, сострадания, сочувствия, любви к другим людям, к Родине. В процессе взаимодействия учащихся с художественными произведениями, которому помогают вопросы и задания, происходит не только интеллектуальное познание, но и самопознание, переосмысление читательских переживаний и перенос нравственных открытий в жизненный опыт. Возможность выбора заданий для реализации творческих способностей учащихся способствует созданию комфортной атмосферы и сохранению психологического здоровья учащихся. (Например: «Если захочешь, можешь нарисовать иллюстрации к произведению», «Сочини рассказ. Запиши его или нарисуй иллюстрации к нему», ««Выучи стихотворение, которое тебе понравилось» и др.)

В курсе **«Окружающий мир»** выделяется раздел «Человек», где рассматриваются различные аспекты здоровья человека: «Человеку важно быть здоровым», «Основные условия здорового образа жизни», «Правила личной гигиены», «Эмоциональное состояние человека» и т.д. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении (например, темы: «Основные правила безопасного поведения на улице», «Отдых в семье», «Основные правила безопасного поведения дома», «Этика и культура поведения в обществе» и т.д.). Знакомство с организмом человека и функционированием основных систем органов позволяет акцентировать внимание учащихся на факторах, создающих угрозу здоровью (солнечные ожоги, курение, шум,), вопросах личной гигиены и способах поддержания и укрепления здоровья (темы «Как нужно купаться и загорать», «Осанка и здоровье», «Как укрепить сердце», «Береги органы дыхания» «Береги зубы», и др.).

Курс **«Математика»** включает адаптационный период, обеспечивающий условия для развития каждого первоклассника. В учебнике для 1 класса этот период представлен системой развивающих заданий: часть заданий ориентирована на учащихся, плохо

подготовленных к школе, часть заданий предназначена для сильных учащихся. Адаптационный период дает учителю возможность выстроить индивидуальные траектории развития первоклассников с учетом их подготовки и особенностей развития, выровнять уровень дошкольной подготовки учащихся и подготовить их к дальнейшему обучению, интенсивной учебной нагрузке.

Принцип вариативности и возможности выбора заданий активно используется на протяжении всего курса и обеспечивает дифференцированный подход в обучении, что позволяет каждому учащемуся обучаться на уровне, соответствующим его способностям, особенностям развития и склонностям.

Ряд заданий по математике задает образцы здорового образа жизни и имеет прикладной характер (например, подготовься к походу, что возьмёшь, сколько будет весить твой рюкзак; составь диаграмму своего распорядка дня; выбери безопасный маршрут и рассчитай его и др.)

В курсе «**Английский язык**» широко представлены задания, направленные на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, на воспитание толерантного отношения к другим народам и культурным традициям.

В курсе «**Технология**» формируются первоначальные представления о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества; о мире профессий и важности правильного выбора профессии; навыки самообслуживания; первоначальные навыки совместной продуктивной деятельности, сотрудничества, взаимопомощи, планирования и организации. На уроках технологии особое значение уделяется освоению учащимися правил безопасной работы с инструментами и приспособлениями.

Учебники **музыки и изобразительного искусства** помогают решать задачи духовно-нравственного здоровья учащихся, творческого отношения к жизни. Обучение строится на основе лучших культурно-исторических и национально-культурных традиций народов России.

В курсе «**Физическая культура**» содержание программы способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. Особое внимание уделяется освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приёма пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Вопросы и задания УМК «Начальная школа 21 века» и «Перспективная начальная школа» помогают учащимся критически оценивать собственные и чужие поступки, осознавать ценность человеческой жизни, знакомиться с национальными ценностями и национальными духовными традициями, осознавать необходимость взаимопомощи, уважения к родителям, заботы о младших и старших, ответственности за другого человека, осознавать значимость усилий каждого для благополучия и процветания Родины. Учебно-методический комплект даёт возможность пропагандировать здоровый образ жизни и нацеливать учащихся на укрепление собственного физического, психологического, нравственного и духовного здоровья.

Особое значение в реализации программы «Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни» имеют **занятия учащихся в рамках исследовательских работ НОУ «Поиск»**. Учащиеся 1-4 классов ежегодно участвуют в конференциях

школьного, городского уровней («Почемучка», «Я – исследователь», «Белая береза») с темами работ по ЗОЖ. Ежегодно проводится декада «Здоровое и вкусное питание», просветительская кампания «Неделя здоровья».

Примерное программное содержание по классам

<i>Ступень образования</i>	<i>содержательные линии</i>
<i>1 класс</i>	Отношение к самому себе, к своему собственному здоровью правильный режим дня, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий воздух, спорт в моей жизни
<i>2 класс</i>	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.
<i>3 класс</i>	осознанно о правильном и здоровом питании, витамины в моей жизни, правила оказания первой медицинской помощи, правила безопасного поведения.
<i>4 класс</i>	Спорт в моей жизни, нет вредным привычкам, роль физкультуры и спорта в формировании правильной осанки, мышечной системы, иммунитета, быть здоровым – это здорово!

4. Организация физкультурно-оздоровительной и просветительской работы

Физкультурно-оздоровительная работа в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Система физкультурно-оздоровительной работы школы включает:

- проведение уроков физической культуры - 3 часа в неделю;
- организацию динамических перемен;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий
- организация просветительской работы

Спортивные соревнования в течение года.

четверть	месяц	Соревнования	классы
I	сентябрь	Легкоатлетический кросс	1-11
	сентябрь	Первенство школы по футболу «Золотая осень»	6, 9-11
	сентябрь	«Кросс нации-2010»	3-10
	октябрь	Первенство школы , посвященные Юбилею школы	Сборные команды
II	ноябрь	Первенство школы по волейболу	10-11
	ноябрь	Первенство школы по флорболу	6-11
	декабрь	Первенство школы по баскетболу	6,8-9
III	январь	Новогодний турнир по «Перестрелке»	6
	январь	«Лыжня России»	1-11
	февраль	Смотр песни и строя	4,7,10
	февраль	«Молодецкие игры»	1-3
	февраль	Соревнования по «Мини-футболу»	4-6
	февраль	Папа, мама, я – спортивная семья»	1-4
	март апрель	Спортивно-игровой турнир «Орлята России»	1-11
	май	Легкоатлетический кросс	2-11
	май	Эстафета на приз правительства Омской области	Сборная команда

Просветительская и мотивационная работа, ориентированная на здоровый образ жизни, направлена на формирование у школьников представления о человеке как о главной ценности общества. Она формирует элементарные представления ребёнка о себе самом, о функциях своего собственного организма, детям даются начальные представления о здоровье, основных способах закаливания организма, о способах укрепления здоровья средствами физической культуры и спорта.

Основные направления просветительской и мотивационной работы

<i>Направление деятельности</i>	<i>Задачи</i>	<i>Содержание</i>

<p>Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни</p>	<p>1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни.</p> <p>2. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности.</p> <p>3. Обеспечение условий для мотивации и стимулирования здорового образа жизни</p>	<p>– Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности</p>
<p>Профилактическая деятельность</p>	<p>1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья.</p> <p>2. Создание условий, предотвращающих ухудшение состояние здоровья.</p> <p>3. Обеспечение помощи детям, перенесшим заболевания, в адаптации к учебному процессу.</p> <p>4. Профилактика травматизма</p>	<p>– Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; пропаганда культуры питания в семье.</p> <p>– Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки классных комнат, школы; соблюдение санитарно-гигиенических требований.</p> <p>– Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми.</p> <p>– Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха.</p> <p>- Профилактика ДДТ</p>
<p>Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая</p>	<p>1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта.</p>	<p>– Увеличение объёма и повышение качества оздоровительной и спортивно-</p>

<i>работа</i>	<p>2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.</p> <p>3. Всемерное развитие и содействие детскому и взрослому спорту и туризму.</p>	<p>массовой работы: организация подвижных игр; соревнований по отдельным видам спорта; спартакиады, дни здоровья, ...</p> <p>– Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми тренеров ДЮСШ, родителей.</p>
---------------	---	--

Педагоги лицея разработали системы классных часов по профилактике ЗОЖ .

Рекомендуется организация праздников здоровья

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

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

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

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

5. Реализация дополнительных образовательных программ

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Программа ОФП

Программа – кружок хореографии с элементами аэробики

6. Работа с родителями.

Школа должна привлечь родителей (законных представителей) к вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

1. Просветительская работа:

— Лекции специалистов (психолог, врач);

— Уроки духовно-нравственного содержания для родителей (проводит учитель по материалам учебников.);

— Круглые столы, посвящённые проблемам охраны и укрепления здоровья детей;

- Родительские собрания

Тематика родительских собраний

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

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

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

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

Ежегодно: Итоговое собрание «Неразлучные друзья – родители и дети».

Тематика консультативных встреч

Гигиенические требования к организации домашней учебной работы.

Комплекс микропауз при выполнении домашней работы.

От чего зависит работоспособность младших школьников.

Утомляемость младших школьников, способы предупреждения утомляемости.

Профилактика близорукости.

Профилактика нарушения осанки.

Упражнения на развития внимания.

Упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти.

Упражнения на развитие логического мышления.

Предупреждение неврозов.

2. Проводятся дела с активным привлечением родителей (законных представителей) к совместной работе:

- «День здоровья» (родители помогают организовать поход, различные соревнования и активно участвуют в них);
- «Папа, мама, я — спортивная семья» (соревнуются семейные команды);
- выставка творческих работ (наряду с работами детей, представлены работы родителей);
- создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей;

7. 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.

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников начальной школы, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения детей.

Предполагаемый результат реализации программы:

- стабильность показателей физического и психического здоровья детей;
- сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;

- активизация интереса детей к занятиям физической культурой;
- рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях, кружках по интересам;
- высокий уровень сплочения детского коллектива;
- активное участие родителей в делах класса;
- способность выпускника начальной школы соблюдать правила ЗОЖ.

Связи, устанавливаемые для реализации программы

Внутренние: учитель физкультуры, школьная медсестра, социальный педагог, психолог, школьный библиотекарь.

Внешние: детская библиотека, спортивные секции, ДЮСШ.

Критерии результативности:

- автоматизм навыков личной гигиены;
- эффективность программы оценивается по результатам диагностик (экспресс-диагностика показателей здоровья первоклассников; анкеты для родителей «Здоровье ребенка», «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?»; для учащихся «Значимость здоровья в системе ценностей», сформированы навыки личной гигиены»).