

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Мегетская средняя общеобразовательная школа»

Иркутская область, Ангарский городской округ, посёлок Мегет, переулок Школьный, д. 8
Тел.(факс) 8(3952) 49-20-40, 49-20-82 e-mail: meget_school@mail.ru

Рассмотрено на заседании МО классных руководителей протокол от <i>28.08.2020г. № 1</i>	Принято на заседании педагогического совета школы протокол от <i>31.08.20г. № 1</i>	Утверждаю Директор школы <i>О.Б. Кушнова</i> приказ от <i>01.09.20г. № 1</i>
--	--	--



ПРОГРАММА
«ФОРМИРОВАНИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВОГО И
БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

Мегет, 2020

I. Целевой раздел	
1. Пояснительная записка.....	2
II. Организационный раздел	
2.1. Кадровое обеспечение.....	5
2.2. Методическое обеспечение.....	5
III. Содержательный раздел	
3.1. Направления деятельности.....	6
3.2. План реализации программы.....	7
3.2.1. План реализации на уровне начального общего образования.....	7
3.2.2. План реализации на уровне основного общего образования.....	7
3.2.3. План реализации на уровне среднего общего образования.....	7
3.2.4. План реализации программы.....	8
4. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности.....	11
5. Эффективность организации физкультурно – оздоровительной работы.....	11
6. Ожидаемые результаты.	
6.1. Результаты.....	12
6.2. Реализация программы.....	13
7. Оценка эффективности программы.....	13
8. Инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.....	14

1. Пояснительная записка

Сейчас, когда в нашей жизни происходят коренные изменения в общественной и государственной системе, необходима продуманная подготовка молодежи к жизни в новых сложных условиях. Укрепление физического и психического здоровья детей и забота о нем – одна из главных задач школьного образования.

Сложилась устойчивая тенденция к ухудшению здоровья населения, увеличению хронических заболеваний, росту количества людей с отклонениями в психическом и физическом развитии, в первую очередь детей и подростков. Современная демографическая ситуация по России характеризуется снижением рождаемости, высокой смертностью населения, ухудшением качества здоровья. В условиях неустойчивого развития экономики проблема здорового образа жизни населения приобретает социальную значимость.

Анализ психологического и физического самочувствия подрастающего поколения выявил взаимосвязь между возрастом и состоянием здоровья обучающихся. Чем старше возраст школьников, тем чаще отдельные недомогания психовегетативного и невропатического характера, тем больше доля ребят, имеющих хронические заболевания, тем сильнее проявляется чувство неуверенности в себе, ощущение одиночества, беспокойства и психологический дискомфорт.

Вопросы сохранения здоровья учащихся являются предметом пристального внимания всего коллектива школы. Классные руководители обращают внимание на низкий уровень жизни семей, плохое питание, во многих семьях родители курят, употребляют спиртные напитки, что впоследствии может отразиться на здоровье детей. Следует помнить о том, что на состояние ребенка влияют и особенности возраста.

Таким образом, уровень здоровья учащихся с 1-11 класс или снижается, или повышается. Такой факт говорит о необходимости работы над проблемой сохранения здоровья в системе, усиления работы по укреплению здоровья детей, формированию навыков здорового образа жизни.

В процессе взросления проявляется ещё один фактор, негативно влияющий на образ жизни детей, и как результат, на состояние их здоровья. Это вредные привычки, прежде всего курение и употребление алкоголя.

Среди причин ухудшения состояния здоровья школьников можно выделить следующие:

- Неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия, вследствие которых многие семьи не в состоянии обеспечить необходимый уход за детьми.
- Увеличение учебной нагрузки в связи с изменением программ, введением ГИА, ЕГЭ, ростом требований к уровню подготовки выпускников.
- Наблюдается стабильность показателей учащихся, состоящих на учете в кабинете профилактики.
- Факторы риска, имеющие место в образовательной организации, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения.

Для того, чтобы улучшить состояние здоровья необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов и родителей. Актуальным для коллектива стало продолжение работы по формированию здоровьесберегающего пространства школы, внесение изменений и дополнений в школьную программу «Формирование здорового образа жизни».

Дополненная 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 одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка,

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

Цели и задачи программы:

Цель:

- **создать** благоприятные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся;
- **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 развить 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;
- **формирование представлений** основ экологической культуры в процессе ознакомления с миром через практическую деятельность с живыми объектами, наблюдения, опыты, исследовательскую работу, формирование адекватных экологических представлений, т.е. представления о взаимосвязях в системе «Человек-природа» и в самой природе;
- **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.

Задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся, сгруппированы по трем уровням:

- в области формирования личностной культуры

- сформировать умения противостоять в пределах возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья;
- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- научить ребенка составлять, анализировать и контролировать режим дня;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

- расширять знания и навыки по экологической культуре;
- в области формирования социальной культуры:**
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
 - дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
 - дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
 - сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
 - формировать умение безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;
- в области семейной культуры:**
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
 - сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
 - сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

2. Организационный раздел.

2.1. Кадровое обеспечение:

Группа	Функции	Состав
Административно-координационная	<p>Осуществление общего контроля и руководства.</p> <p>Распределение объектов и сфер управления.</p> <p>Руководство деятельностью коллектива.</p> <p>Анализ ситуации и внесение коррективов.</p>	<p>Директор школы</p> <p>Зам. директора по УВР</p>
Консультативная научно-методическая	<p>Координация реализации программы.</p> <p>Проведение семинаров, консультаций.</p> <p>Подготовка и издание методических рекомендаций.</p> <p>Аналитическая деятельность.</p>	<p>Зам. директора по УВР</p> <p>Зам. директора по НМР</p> <p>Педагог-психолог</p> <p>Медсестра школы</p>
Педагоги школы	<p>Проведение КТД.</p> <p>Организация работы волонтеров.</p> <p>Осуществление программы в воспитательной работе с классом.</p>	<p>Кл. руководители,</p> <p>социальные педагоги,</p> <p>учителя-предметники,</p>

	<p>Организация здоровьесберегающей деятельности в системе самоуправления школы (министерство ЗОЖ)</p> <p>Освоение и внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.</p>	<p>педагоги - превентологи руководители кружков, клубов,</p>
<p>Специалисты, сотрудничающие со школой в области профилактической работы</p>	<p>Оказание профессиональной помощи обучающимся, родителям, педагогам.</p> <p>Проведение консультаций, тренингов.</p> <p>Участие в мероприятиях школы.</p>	<p>Врачи детской поликлиники</p> <p>Специалисты центра «Выбор» г. Ангарска</p>

2.2. Методическое обеспечение:

Направление деятельности	Содержание
Информационное обеспечение	<p>1.Нормативно-правовое обеспечение</p> <p>2.Программное обеспечение (типовые, авторские программы спецкурсов, факультативов, элективных курсов секционных занятий и др.)</p> <p>3.Наличие комплекта информационно-методических материалов (рекомендации, публикации, списки литературы по направлениям)</p> <p>4.Издание материалов, оформление сайта, иллюстрированных отчётов</p>
Организационно-методическое обеспечение	<p>1.Создание творческой группы учителей - предметников и классных руководителей по проблеме изучения и применения здоровьесберегающих технологий</p> <p>2.Повышение квалификации педагогов через систему школьных тематических семинаров, курсы повышения квалификации ИПКРО</p> <p>3.Изучение и обобщение опыта работы педагогов</p> <p>4.Мониторинг деятельности</p>

3.Содержание деятельности.

3.1. Направления деятельности.

- Организация учебно-воспитательного процесса.
- Организация питания обучающихся.
- Соблюдение гигиенических требований в организации образовательного процесса.
- Компенсация недостаточной двигательной активности обучающихся за счёт организации динамических пауз, физкультминуток, спортивных секций (баскетбола, волейбола, лёгкой атлетики, каратэ и т.д.), Дней здоровья, спартакиад, организации внеклассной работы по физической культуре.
- Повышение компетентности педагогов в области защиты здоровья обучающихся.
- Организация волонтерских групп среди обучающихся школы.

Волонтерские группы организуются из числа взрослых и подростков от 14 лет для проведения первичной профилактики среди сверстников и младших школьников.

Работа организуется через малые группы сотрудничества, в которых выстроена система обучения, взаимообучения, взаимотренировки и передачи информации в социум по принципу «подросток - подростку».

➤ Организация взаимодействия с заинтересованными ведомствами.

Продолжение сотрудничества в области профилактической работы со специалистами детской поликлиники, психологами, медицинскими специалистами центра «Выбор» г. Ангарска.

Формы взаимодействия:

- ✓ ежегодные профилактические медицинские обследования обучающихся;
- ✓ профилактические мероприятия: заседания «круглого стола», диспуты, беседы, классные часы;
- ✓ консультации,
- ✓ тренинги;
- ✓ информационно - методическое обеспечение.

➤ Сотрудничество с родителями.

Здоровый образ жизни, которому учат школьника, должен находить каждодневную реализацию дома, т.е. закрепляться, наполняться практическим содержанием.

Поэтому необходимо продуктивное сотрудничество школы и родителей на этой основе.

Предстоит организовать работу по следующим направлениям:

- ✓ формирование банка данных о семьях и родителях (законных представителях) обучающегося (социальный паспорт);
- ✓ организация родительского всеобуча по тематике «Здоровый ребёнок – здоровое общество»;
- ✓ индивидуальные беседы и консультации

3.2. План реализации программы.

3.2.1. На уровне начального общего образования формирование культуры здорового и безопасного образа жизни осуществляется средствами урочной деятельности, которое может быть реализовано с помощью предметов УМК «Школа России».

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

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

При выполнении упражнений на уроках русского языка обучающиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой. Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.

В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «Физическая культура» весь материал учебника способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служат материалы рубрики «Наши проекты», представленной в учебниках по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру, а также материал для организации проектной деятельности в учебниках технологии, иностранных языков, информатики. Содержание материала рубрики «Наши проекты» выстроено так, что способствует организации проектной деятельности, как на уроке, так и во внеурочной работе.

В рамках организации внеурочной деятельности осуществляется реализация спортивно-оздоровительного направления.

3.2.2. На уровне основного общего образования формирование здорового образа жизни осуществляется через урочную и внеурочную деятельность (организация спортивных секций: баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика, каратэ и т.д., Дней здоровья, спартакиад, организации внеклассной работы по физической культуре).

3.2.3. На уровне среднего общего образования (баскетбол, волейбол, лёгкая атлетика, каратэ и т.д.), Дней здоровья, спартакиад, организации внеклассной работы по физической культуре.

3.2.4. План реализации программы

1 класс		
Классные часы	«Культура питания» «Уход за телом и одеждой» «Режим дня» «Роль зарядки в жизни человека» «Культура чтения» «Что ты должен помнить, оставаясь дома один»	Классные руководители, медсестра
Праздники	«Мой друг - Мойдодыр»	Старшая вожатая
Конкурсы	Знатоки «Все без исключения должны знать правила дорожного движения» «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка»	Отряд ЮИД, классные руководители
Родительские собрания, лекции, встречи	«Адаптация в школе» «Режим дня первоклассника» «Рабочее место первоклассника»	Психолог, классные руководители, врач

	«Культура общения. Формы общения»	
2 класс		
Классные часы	«Режим дня «каждому делу - своё время» «Роль прогулки, её сущность» «Закаливание» «Роль физических занятий в жизни ребёнка» «Меню второклассника, здоровое и любимое»	Классные руководители, родительский комитет класса, врач
Праздники	«Сильнее, выше и быстрее» «День здоровья»	Старшая вожатая
Конкурсы	Знатоки «Все без исключения должны знать правила дорожного движения» «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка»	Старшая вожатая, медсестра
Родительские собрания, лекции, встречи	Встреча с инспектором ГИБДД «Личность младшего школьника» «Роль общения в развитии личности ребёнка»	Отряд ЮИД Классный руководитель Психолог школы
3-4 классы		
Классные часы	«Утренняя гимнастика» «Режим работы» «Красиво одеваться - значит опрятно» «Рабочий стол» «Лекарственные растения» «Профилактика простудных заболеваний»	Классные руководители, медсестра
Праздники	«Дорога к победе над собой»	Старшая вожатая
Конкурсы	Знатоки «Все без исключения должны знать правила дорожного движения» «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка» «Зелёная аптека»	Старшая вожатая, отряд ЮИД
Родительские собрания,	«Режим питания ребёнка»	Классные руководители,

лекции встречи	«Возрастные особенности» «Организация досуга детей» Встреча с психоневрологом «Как избежать стрессов и психических расстройств младшего школьника»	психолог, врач-психоневролог
5-6 классы		
Классные часы	«Режим дня. Режим работы и отдых» «Гигиена мальчиков и девочек» «Спорт в жизни человека» «О полезных и вредных привычках»	Классные руководители, медсестра, учителя физической культуры, социальные педагоги
КТД	День здоровья Игра «Зарница»	Педагог-организатор, старшая вожатая, учителя физической культуры, руководители спортивных секций
Конкурсы, викторины	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни» Опрос по ПДД «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка»	Педагог-организатор, старшая вожатая
Родительские собрания	«Об особенностях физического развития младших школьников» «Понятие о социальном здоровье»	Классные руководители, психолог
7-8 классы		
Классные часы	«Я и моё здоровье» «Эмоции и стресс» «Рациональное питание» «Гигиена тела и одежды»	Классные руководители, медсестра, учителя физической культуры, социальные педагоги, медсестра
КТД	День здоровья Игра «Зарница» Спортивные соревнования	Педагог-организатор, старшая вожатая, учителя физической культуры, руководители спортивных секций
Конкурсы, викторины	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни» Опрос по ПДД «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка»	Педагог-организатор, старшая вожатая
Родительские собрания	«Особенности физического	Классные руководители,

	развития подростков» «Конфликт. Отношения в конфликтной среде. Способы разрешения конфликта»	психолог
9-11		
Классные часы	«Режим труда и отдыха» «Профилактика переутомления» «Семья в современном обществе» «Дружба и любовь» «Курение» «Алкоголь» «Профилактика зависимостей» «Портрет психически здорового человека» «Роль самовоспитания в физическом и психическом развитии человека»	Классные руководители, медсестра, учителя физической культуры, социальные педагоги, медсестра
КТД	День здоровья Игра «Зарница» Спортивные соревнования	Педагог-организатор, старшая вожатая, учителя физической культуры, руководители спортивных секций
Конкурсы, викторины	Конкурс плакатов «Я за здоровый образ жизни» Опрос по ПДД «Осторожно, дети» «Осторожно, гололёд» «Безопасная ёлка»	Педагог-организатор, старшая вожатая
Родительские собрания	«Особенности физиологии ранней юности»	Классные руководители, психолог

Примечание: школа является экспериментальной площадкой по реализации областных программ «Полезная прививка», «Полезная привычка», «Полезный навык»

4. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности.

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы 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).

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

5..Эффективная 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, основного и среднего общего образования;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

В школе ежегодно проводится следующая работа:

- Общешкольные Дни здоровья.
- Различные спортивные соревнования.
- Классные часы, пропагандирующие ЗОЖ.
- Апрель – месяц посвященный формированию здорового образа жизни.
- Мероприятия по профилактике детского травматизма на дорогах.
- Акции по профилактике табакокурения, наркомании, алкогольной зависимости.
- Мероприятия по правовой культуре.
- Оформление стендов, пропагандирующих ЗОЖ.
- Воспитание учащихся личным примером учителей (участие преподавателей в Днях здоровья, доброжелательность в общении, забота о собственном здоровье, отказ от вредных привычек).
- Профилактические мероприятия центра «Выбор» г.Ангарска.
- Реализация превентивных профилактических программ «Полезные навыки», «Полезная прививка», «Полезная привычка».

Классными руководителями ежегодно проводятся мероприятия по сохранению здоровья обучающихся:

- 1 – 4 классы: проветривание кабинета, соблюдение светового и теплового режима, соблюдение учащимися правил личной гигиены, проведение физпауз и упражнений для отдыха глаз на уроках, занятия физической культурой на свежем воздухе (по возможности), проведение игр на свежем воздухе, классные часы о необходимости соблюдения режима дня, о правильном и полезном питании, организация питания в школьной столовой.
- 5-11 классы: классные часы – игры, беседы, тренинги, дискуссии, просмотры фильмов по профилактике вредных привычек.

6. Ожидаемые результаты.

6.1. 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.

Программа обеспечивает формирование **ценностных ориентиров** к здоровью и здоровому образу жизни через урочную и внеурочную деятельность, а также систему внеклассной работы с обучающимися, а именно:

- приобретение 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.

6.2.Реализация программы позволит:

- Укрепить здоровье школьников через овладение умениями и навыками заботы о своём здоровье.

- Улучшить санитарно-гигиенические условия в школе.
- Организовать эффективное межведомственное сотрудничество.
- Оказать поддержку волонтерскому движению подростков в школе, обучение их активным формам конструктивного общения, партнёрских взаимоотношений, оказанию помощи сверстникам.
- Изменить восприятие проблемы педагогами, обучение их методам работы, сохраняющим здоровье учеников на уроках и во внеклассной работе.
- Снизить заболеваемость и уровень функциональных нарушений у обучающихся и педагогов;
- Повысить уровень физического развития и физической подготовленности школьников.
- Повысить успешность детей и подростков в процессе обучения и овладения различными видами деятельности за счет снижения заболеваемости.

7. Оценка эффективности программы

Эффективность программы будет оцениваться по количественным и качественным показателям:

- анализ уровня сохранности здоровья обучающихся в течение учебного и по итогам года классными руководителями в форме педагогического наблюдения, анкетирования, опроса.
- количество прошедших обучение волонтеров и эффективность их работы на школьном, муниципальном и других уровнях участия;
- количество повысивших квалификацию педагогов;
- оценка качества материалов, подготовленных в ходе реализации программы (классные часы, акции. Спортивные мероприятия, Дни здоровья);
- уровень санитарно-гигиенического состояния школы;
- итоги диспансеризации обучающихся школы.

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

Работа по формированию здорового образа жизни начинается с анкетирования обучающихся и их родителей, которое помогает быстро выявить отношение детей к своему здоровью.

Анкета

(для выявления отношения детей к своему здоровью)

1. Как ты считаешь, такие недомогания, как головокружение, головная боль, боли в спине, висках, ногах, усталость глаз, связаны:
 - а) с учебой в школе
 - б) большим количеством уроков и заданий?
 - в) длинной зимой?
 - г) началом какой – либо болезни, простуды
2. Посещаешь ли ты школу:
 - А) при насморке и головной боли
 - Б) невысокой температуре
 - В) кашле и плохом самочувствии
3. При плохом самочувствии обращаешься к врачу?
 - А) да Б) нет
4. Стараешься ли сидеть за партой:
 - А) всегда правильно Б) иногда В) сидишь как удобно
5. Режим дня ты соблюдаешь:

- А) всегда Б) иногда, когда напоминают родители В) встаешь и ложишься, когда захочешь
6. Твой день начинается:
- А) с зарядки Б) водных процедур В) просмотра телевизора
7. Как ты считаешь, чаще болеют:
- А) полные люди Б) люди, которые едят много овощей и фруктов
- В) люди, которые много двигаются и бывают на улице
8. Моешь ли ты руки перед едой?
- А) да Б) нет
9. Ты чистишь зубы:
- А) утром Б) утром и вечером В) всегда после еды Г) никогда
10. Ты предпочитаешь, есть каждый день:
- А) бутерброды с чаем Б) чипсы и колу В) еду из «Макдоналдса»
- Г) кашу и суп Д) больше фруктов и овощей

Анкета

Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на предлагаемые вопросы. Эти сведения необходимы для **оценки состояния здоровья Вашего ребенка**, своевременного совета специалистов (психолога, медицинского работника, педагога), они будут учтены при индивидуальной организации учебной деятельности. Внимательно ознакомьтесь с содержанием анкеты и дайте ответы на вопросы. Правильность заполнения является основой для повышения заботы о состоянии здоровья школьников.

ФИО ребенка _____

Класс _____ Дата заполнения _____

- Состоит ли Ваш ребенок на учете в диспансере?
 - да _____
 - нет;
 - не знаю.

(указать заболевание);
- Сколько раз в год Ваш ребенок болеет?
 - 1 раз в год;
 - больше 3 раз в год;
 - 2-3 раз в год;
 - не знаю.
- Как Вы оцениваете состояние зубов Вашего ребенка?
 - отличное;
 - неудовлетворительное;
 - удовлетворительное;
 - не знаю.
- Как Вы оцениваете состояние зрения Вашего ребенка?
 - отличное;
 - неудовлетворительное;
 - удовлетворительное;
 - не знаю.
- Как Вы оцениваете состояние слуха Вашего ребенка?
 - отличное;
 - неудовлетворительное;
 - удовлетворительное;
 - не знаю.
- Имеется ли нарушение осанки у Вашего ребенка?
 - да;
 - нет;
 - не знаю.
- Имеется ли плоскостопие у Вашего ребенка?
 - да;
 - нет;
 - не знаю.
- В случае, если Ваш ребенок заболел, вы обращаетесь (возможны несколько вариантов ответов):
 - в муниципальное учреждение (поликлинику);
 - лечите самостоятельно;
 - к домашнему (частному) врачу;
 - обращаетесь к народным целителям;
- Обучаете ли Вы ребенка правилам здорового образа жизни?
 - да;
 - нет.
- Как часто Ваш ребенок жалуется на головные боли?
 - не жалуется;
 - жалуется больше 2-х раз в неделю.

б) жалуется 1-2 раза в неделю;

11. Как часто Ваш ребенок, вернувшись со школы, жалуется на усталость?

а) не жалуется; в) жалуется больше 2-х раз в неделю.

б) жалуется 1-2 раза в неделю;

12. Проводите ли Вы какие-либо профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний?

а) витаминотерапию;

д) массаж;

б) фитотерапию;

е) другие _____ (указать).

в) закаливание;

ж) не проводим.

г) йога;

13. Сколько раз в неделю Ваш ребенок употребляет в пищу:

- овощи:

а) 1-2 раза в неделю;

в) ежедневно;

б) 3-4 раза в неделю;

г) затрудняюсь ответить.

- мясо:

а) 1-2 раза в неделю;

в) ежедневно;

б) 3-4 раза в неделю;

г) затрудняюсь ответить.

- фрукты:

а) 1-2 раза в неделю;

в) ежедневно;

б) 3-4 раза в неделю;

г) затрудняюсь ответить.

- макароны, мучные изделия:

а) 1-2 раза в неделю;

в) ежедневно;

б) 3-4 раза в неделю;

г) затрудняюсь ответить.

14. Ваш ребенок занимается физической культурой:

а) только в школе (3 ч. в неделю);

в) ежедневно дома, зарядкой;

б) занимается в секции _____

г) другое _____

_____ (указать вид и сколько раз в неделю);

_____ (указать вид и сколько раз в неделю).

15. Какую помощь Вы хотели бы получить со стороны медика, психолога, педагогического коллектива Вашей школы? _____

СПАСИБО!

Подпись

Анкета

Цель: определение уровня сформированности экологической культуры младших школьников.

1. Что такое природа?
2. Что природа дает человеку?
3. Как вы оцениваете состояние окружающей среды в вашей местности?
4. Каким образом человек разрушает природу?
5. Какие насекомые появляются весной первыми?
6. Какие животные занесены в "Красную книгу" нашей страны?
7. Назовите охраняемые растения вашей местности.
8. Что такое фотоохота?
9. Что могут сделать дети для охраны природы?

Анкета для учащихся 3-4 классов

«Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни»

Внимательно прочитай и ответь на вопросы

1. Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь ему. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с самым лучшим другом:

Мыло, зубная паста, мочалка, зубная щетка шампунь тапочки, полотенце для тела

2. На дверях столовой вывесили два варианта расписания приема пищи: одно расписание – правильное, другое неправильное. Определи и отметь правильное расписание

Завтрак 8.00

Обед 13.00

Полдник 16.00

Ужин 18.00

Завтрак 9.00

Обед 15.00

Полдник 18.00

Ужин 21.00

3. Оля, Вера и Таня не могут решить, сколько раз в день нужно чистить зубы. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:

Оля: зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.

Вера: зубы чистят утром и вечером.

Таня: лучше чистить зубы по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.

4. Ты назначен дежурным и должен проследить за тем, как твои друзья соблюдают правила гигиены. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:

Перед чтением книги перед едой

Перед посещением туалета, перед тем как идешь гулять

После посещения туалета после игры в баскетбол

После того как заправил постель после того как поиграл с Кошкой

5. Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ?

Каждый день, 2-3 раза в неделю, 1 раз в неделю

6. Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?

Положить палец в рот

Подставить палец под кран с холодной водой

Помазать ранку йодом

Помазать кожу вокруг ранки йодом

7. Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Выбери 4 из них:

Иметь много денег

Иметь интересных друзей

Много знать и уметь

Быть красивым и привлекательным

Быть здоровым

Иметь любимую работу

Быть самостоятельным

Жить в счастливой семье

8. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Выбери 4

Регулярные занятия спортом

Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать

Хороший отдых

Знания о том, как заботиться о здоровье

Хорошие природные условия

Возможность лечиться у хорошего врача

Выполнение правил ЗОЖ

9. Что из перечисленного присутствует в твоём расписании дня? Отметь цифрами: «1»- ежедневно; «2»- несколько раз в неделю; «3»- очень редко или никогда.

Утренняя зарядка, пробежка

Прогулка на свежем воздухе

Завтрак

Сон не менее 8 часов

Обед

Занятия спортом

Ужин

Душ, ванна

10. Какие мероприятия по охране здоровья проводятся в классе? «1»-проводятся интересно; «2»-проводятся неинтересно; «3»- не проводятся:

Уроки, обучающие здоровью

Спортивные соревнования

Классные часы о том, как заботиться о здоровье

Викторины, конкурсы, игры

Показ фильмов о том, как заботиться о здоровье

Праздники на тему здоровья.

Тест–опросник «Строение и функции организма человека»

1. Как называется наука, изучающая строение тела человека?

Физиология

Зоология

анатомия

2. Скелет и мышцы образуют:

а) пищеварительную систему;

б) кровеносную систему;

в) опорно-двигательную систему.

3. Мышцы прикрепляются к костям при помощи:

а) сухожилий;

б) суставов;

в) хрящей.

4. Главную опору нашего организма составляет:

а) копчик;

б) позвоночник;

в) скелет ног.

5. Сколь органов чувств ты знаешь?

А) 7 Б) 6 В) 5

6. Соедини линиями

Глаза Орган осязания

Уши Орган вкуса

Нос Орган зрения

Кожа Орган обоняния

Язык Орган слуха

7. С помощью какого органа ты узнаешь, что запел соловей, залаяла собака?

Уши

Глаза

Нос

мозг

8. При помощи какого органа ты отличаешь солёную пищу от горькой?

Зубы

Нос

Язык

Глаза

губы

9. Кожа – это ...

а) наружный покров человека;

б) внутренний орган;

в) это обёртка человека

10. Какой орган отвечает за дыхание человека?

Сердце

Легкие

Почки

11. Какой орган контролирует работу твоего тела?

Печень

Сердце

Мозг

12. Какой орган отвечает за переваривание пищи?

Сердце

Легкие

Желудок

За каждый правильный ответ дается один балл

12-16 баллов – высокий уровень знаний о строении и функциях организма человека.

8 - 11 баллов - удовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

Ниже 8 баллов – неудовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

Анкета для учащихся «Умеете ли Вы учиться?»

Инструкция и содержание анкеты

Ребята! Вам предлагается самостоятельно оценить, насколько хорошо за время обучения в школе вы овладели различными учебными умениями. Для этого постарайтесь определить степень овладения каждым из перечисленных ниже умений (полностью, частично владею, не владею совсем). В последней графе укажите предметы, на которых вы приобрели заявленные умения.

	Умения	Уровни овладения		
		полн ость ю	част ичн о	не влад ею
1	Принимать или намечать учебную задачу, ее конечную цель			
2	Прогнозировать результаты работы			
3	Готовить рабочее место в соответствии с заданием			
4	Планировать порядок выполнения задания			
5	Выбирать рациональный путь выполнения задания			
6	Осуществлять самоконтроль и самооценку своей работы			
7	Руководить работой группы или коллектива			
8	Умение высказываться устно в виде: а) пересказа; б) рассказа; в) характеристики; г) сообщения или доклада; д) рецензии или аннотации к тексту; е) оценки ответа товарища			

9	Умение участвовать в учебном диалоге			
10	Умение включаться в коллективное обсуждение проблемы			
11	Работать с учебником: а) понимать и пересказывать содержание статьи учебника (после объяснения учителя); б) находить нужную информацию в учебнике (по ранее изученному материалу); в) самостоятельно проработать пункт или параграф учебника; г) выделять главное в тексте; д) умение пользоваться иллюстративным и справочным материалом учебника; е) составить план пункта или параграфа учебника; ж) представить основное содержание текста в виде тезисов; з) конспектировать текст; и) составлять вопросы по тексту			
12	Работать со справочной и дополнительной литературой			
13	Усваивать информацию со слов учителя			
14	Усваивать информацию с помощью технических средств: а) кинофильма; б) аудиозаписи; д) видеофильма; в) компьютерных программ; г) других средств (укажите каких)			

Методика обработки анкеты

1. Уровни владения различными видами общеучебных умений оцениваются в баллах:

полностью — 2 балла;

частично — 1 балл;

не владею — 0 баллов.

2. Число баллов для ученика подсчитывается в соответствии с группами общеучебных умений:

учебно-организационные умения — ответы на вопросы 1–7;

учебно-коммуникативные умения — ответы на вопросы 8–10;

учебно-информационные умения — ответы на вопросы 11–14.

3. Результаты анкетирования вносятся в сводную ведомость по форме, представленной в таблице.

№ п/п	Фамилия, имя	Умения			Итог о
		Учебно-органи- зационные (Уо)	Учебно-коммуни- кативные (Ук)	Учебно-инфор- мационные (Уи)	

4. Для каждого класса вычисляется средний балл (Уср.), который может использоваться для выявления динамики развития обучающихся в течение года или нескольких лет.

С помощью данной анкеты возможно проведение диагностики индивидуальных достижений учащихся.

Анкета

«Оценка своего здоровья учениками»

1. Пропускаешь ли ты занятия по болезни?

- часто
- Нет

- иногда
2. Делаешь ли ты утром зарядку?
- Да
 - нет
 - иногда
3. Регулярно ли ты посещаешь уроки физкультуры?
- Да
 - Нет
 - иногда
4. Занимаешься на уроках физкультуры
- С полной отдачей
 - Без желания
 - Лишь бы не ругали
5. Занимаешься ли ты спортом?
- систематически
 - Нет
 - Не систематически
6. Проводятся ли на уроках физические паузы?
- Да
 - Нет
 - Иногда

