

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОВОЧЕРКАССКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЛИЦЕЙ №7»

Рассмотрена и
рекомендована
к утверждению методическим
советом
МБОУ «Лицей №7»
г. Новочеркаска
«28» 08 2020 г.
Протокол № 1

Рассмотрена и рекомендована
к утверждению
педагогическим советом
МБОУ «Лицей №7»
г. Новочеркаска
«28» 08 2020 г.
Протокол № 1



**Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного
образа жизни на ступени начального общего образования**

Содержание:

Пояснительная записка.

1. Цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования.

2. Ценностные ориентиры, лежащие в основе программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.

3. Основные направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику организации, осуществляющей образовательную деятельность, запросы участников образовательных отношений.

4. Модель организации, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно-спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

5. Совместная деятельность школы, и общественности по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.

6. Критерии и показатели эффективности деятельности МБОУ «Лицей №7» в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся.

7. Ожидаемые результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования

8. Методика и инструментальный мониторинг достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Пояснительная записка

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования представлений об основах экологической культуры личности обучающегося, на примере экологически целесообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, 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 адаптированной основной общеобразовательной программы: образовательная программа начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования

экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся являются:

- Федеральный закон №273 - ФЗ от 29.12.2012г. «Об образовании в Российской Федерации»,
- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599"Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)" (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 N 35850);
- «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15, постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 10 июля 2015 года N 26;
- 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);

Программа формирования экологической культуры, здоровья и безопасного образа жизни для обучающихся сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

-неблагоприятные социальные (неполные семьи), экономические (малообеспеченные и многодетные семьи) и экологические условия;
-факторы риска (наличие детей с хроническими заболеваниями), имеющие место в образовательном учреждении, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
-особенности отношения обучающихся к своему здоровью.

Структура Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни определена Приказом Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599"Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)"и включает:

- цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), описание ценностных ориентиров в ее основе;
- направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику образовательного учреждения, запросы участников образовательного процесса;
- модель организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения;
- критерии, показатели эффективности деятельности образовательного учреждения в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся;

- методика и инструментарий мониторинга достижений планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

1. Цель, задачи и результаты деятельности.

Цель программы: обеспечить системный подход к созданию экологической и здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), способствующей познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов.

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, охранять природу;
- 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 экологической

культуры 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.

Учитывая, что одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями обучающихся, в программе предусмотрены мероприятия по привлечению родителей к совместной работе по формированию у детей устойчивого навыка здорового и безопасного образа жизни, к природоохранной деятельности.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)- это комплексная программа формирования у обучающихся с умственной отсталостью установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа формирования экологической культуры разрабатывается на основе системно-деятельностного и культурно-исторического подходов, с учётом этнических, социально-экономических, природно-территориальных и иных особенностей региона, запросов семей и других субъектов образовательного процесса и подразумевает конкретизацию задач, содержания, условий, планируемых результатов, а также форм ее реализации, взаимодействия с семьёй, учреждениями дополнительного образования и другими общественными организациями.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся с умственной отсталостью действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

Планируемые результаты:

К личностным результатам обучающихся относятся:

- готовность и способность обучающихся к саморазвитию в сфере здоровья и безопасности, экологической культуры;
- 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 базовых учебных действий (познавательные, регулятивные, личностные 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;
- использование знаний о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья.

Программа формирования экологической культуры 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.

2. Ценностные ориентиры, лежащие в основе программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.

Формируемые ценности:

Человек (человек как высшая ценность, биологическая природа и социальная сущность человека);

природа (природа как высшая ценность, природные сообщества, заповедная природа, планета Земля, Вселенная, качество и охрана природы); здоровье (природа здоровья, культура здорового образа жизни) родина (уважительное отношение к России, родному краю, своей семье, культуре, природе страны, осознание целостности окружающего мира); нормы экологической культуры (экологическое образование, экологическая компетентность, экологическое сознание);

многонациональный опыт экологической культуры в России, (мир во всем мире, прогресс человечества, социальные нормы экологически безопасного поведения);

экологическая воспитанность личности (красота, гармония, экологическое развитие, экологическое мышление, нравственный выбор, понимание ценности экологического качества окружающей среды, понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека). правила экологически безопасного поведения (здоровье физическое и стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное и социально-психологическое, сохранение экологического качества окружающей среды, нормы здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде).

Процесс превращения базовых ценностей в личностные ценностные смыслы и ориентиры требует включения ребенка в процесс открытия для себя смысла той или иной ценности, определения собственного отношения к ней, формирования опыта созидательной реализации этих ценностей на практике.

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

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательном учреждении, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

3. Основные направления деятельности программы.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) реализуется по следующим направлениям:

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации с целью реализации необходимых условий для сбережения здоровья обучающихся с интеллектуальными нарушениями.
2. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности при использовании программного материала, формирующего у обучающихся с умственной отсталостью установку на безопасный, здоровый образ жизни, предусматривающего обсуждение проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.
3. Организация физкультурно-оздоровительной работы, направленной на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья в различных формах (на уроках физкультуры, в секциях, при проведении динамических пауз на уроках, на переменах, при проведении дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).
4. Формирование экологической культуры в процессе усвоения элементарных представлений об экокультурных ценностях, о традициях этического отношения к природе, нормах экологической этики, об экологически грамотном взаимодействии человека с природой в ходе экскурсий, прогулок, туристических походов и путешествий по родному краю; приобретения первоначального опыта участия в природоохранной деятельности (в школе и на пришкольном участке, в ходе экологических акций и т.д.); совместной экологической деятельности родителей (законных представителей), обучающихся и педагогов образовательной организации, обеспечивающей расширение опыта общения с природой.
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья обучающихся направлена на повышение уровня их знаний в форме проведения родительского лектория, привлечения родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) является направляемая и организуемая взрослыми практическая работа обучающихся с учетом их особых образовательных потребностей, способствующая практическому освоению ими знаний, основ здорового образа жизни; развитию потребности взаимодействия с природной средой; пониманию роли в жизнедеятельности человека режима дня, двигательной активности, правильного питания, выполнения правил личной гигиены.

Анализируя возможности учреждения можно выделить следующие услуги и условия, которыми располагает школа:

В школе создана материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Все школьные

помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. В школе соблюдаются требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров. Учащиеся начальной школы обучаются в закреплённых за каждым классом учебных помещениях. При оборудовании учебных помещений по возможности максимально соблюдены все требуемые нормы расположения оборудования. Учебные помещения имеют рабочую зону учащихся (размещение учебных столов), рабочую зону учителя, пространство для размещения учебно-наглядных пособий и технических средств обучения (ТСО). Учебные помещения школы оснащены двухместными партами.

Для проведения занятий на свежем воздухе имеется стадион. Есть кабинеты учителя-логопеда, педагога-психолога, медицинский кабинет. Санузлы для мальчиков и девочек расположены на 1,2 этажах. Полы туалетных и умывальных комнат выстланы керамической плиткой. Состояние воздушно-теплового режима, освещения в школе, водоснабжения и канализации, противопожарной системы соответствуют требованиям САНПиНа.

В школе работает столовая, позволяющая организовывать качественное горячее питание обучающихся в урочное и внеурочное время. Все учащиеся получают завтраки. Система организации питания в школе ставит перед собой следующие задачи: обеспечить учащимся полноценное горячее питание; следить за калорийностью и сбалансированностью питания; прививать учащимся навыки здорового образа жизни; формировать культуру питания и навыки самообслуживания. Питание учащихся находится под контролем школьной медсестры. Ежедневно проверяется качество приготовленной пищи. Питание в столовой проходит организованно.

В школе функционирует спортивный и тренажёрный зал, имеется всё необходимое оборудование.

Соблюдается питьевой режим, режим проветривания.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав педагогических работников, работников столовой и обслуживающего персонала.

Оздоровительную работу с обучающимися обеспечивают: медицинская сестра, педагог-психолог, учитель – логопед, учитель физической культуры.

В школе действует расписание, соответствующее СанПиН. 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).

Использование возможностей УМК в образовательном процессе.

Основная идея УМК (учебно-методического комплекса) - это оптимальное

развитие каждого ребенка на основе педагогической поддержки его индивидуальности (возраста, способностей, интересов, склонностей, развития) в условиях специально организованной учебной деятельности, где ученик выступает то в роли обучаемого, то в роли обучающего, то в роли организатора учебной ситуации. УМК имеет богатую палитру возможностей для достижения поставленных целей, благодаря реализации в нем принципов: непрерывного общего развития каждого ребенка, целостности картины мира, учета индивидуальных возможностей и способностей школьников, прочности и наглядности, охраны и укрепления психического и физического здоровья детей. УМК создан на основании системно-деятельностного подхода, позволяющего ориентировать педагога на достижение личностных и метапредметных результатов обучения обучающихся.

УМК формирует установку обучающихся на безопасный, здоровый образ жизни. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания учащимися 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.

Учебники «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.

В курсе «Окружающий мир (Развитие устной речи на основе наблюдения предметов и явлений окружающей действительности)» выделяются темы, рассматривающие различные аспекты здоровья человека. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении (например, «Как уберечь себя от беды»). Знакомство с организмом человека и функционированием основных систем органов («Человеческий организм», «Изучаем органы чувств», и др.) позволяет акцентировать внимание учащихся на факторах, создающих угрозу здоровью (солнечные ожоги, курение, шум), вопросах личной гигиены и способах поддержания и укрепления здоровья.

Курс «Математика»: ряд заданий по математике задает образцы здорового образа жизни и дает пример для подражания героям задач, занимающихся спортом и пр.

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 профессионально-трудового обучения особое значение уделяется освоению учащимися правил безопасной работы с инструментами и приспособлениями.

Вопросы и задания УМК 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.

4. Модель организации работы школы по формированию обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом (ФГОС), основная образовательная программа общего образования реализуется образовательным учреждением через учебный план, внеурочную деятельность и дополнительное образование.

В урочной деятельности формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся осуществляется через учебный план: учебные предметы «Окружающий мир», «Физическая культура», а также через экологизацию всех учебных предметов.

В воспитательной деятельности формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся осуществляется через подпрограмму «В здоровом теле- здоровый дух!»» (принята на педагогическом совете МБОУ «Лицей №7» протокол № 1 от 31.08.2015 г., утверждена Пр. № 137 от 28.08.2015 г.) (Приложение)

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

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических

средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по адаптированным индивидуальным программам.

Создавая условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повышение эффективности учебного процесса, предотвращения напряжения и переутомления в школе предусмотрен оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых первоклассников (обучение только в первую смену, продолжительность уроков не более 40 минут, пятидневная учебная неделя, дополнительные каникулы).

В школе строго соблюдаются все *требования к использованию технических средств обучения*, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств. В ОУ имеются современные компьютеры с доступом в Интернет, интерактивная доска, большинство кабинетов обеспечены мультимедийным оборудованием, что позволяет на уроке использовать презентации, просмотр видеоматериала.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная 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, *включает:*

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физического воспитания, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- 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 и недель здоровья и спорта, соревнований и т. п.).

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителя физического воспитания, инструктора ЛФК, медицинского работника, а также всех педагогов.

Комплексный план мероприятий, направленных на реализацию программы формирования здорового и безопасного образа жизни

| <i>Направление деятельности</i> | <i>Содержание деятельности, мероприятия</i> |
|---|--|
| <i>Здоровьесберегающая инфраструктура</i> направлена на создание условий для эффективной организации образовательного | <ul style="list-style-type: none">- Витаминизация блюд.- Организация работы горячего питания. |

| | |
|--|--|
| <p>процесса</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Наличие различных видов спортивного оборудования в спорт. зале и на спорт. площадке. - Наличие в штате педагога-психолога, учителя-логопеда, учителя физкультуры, мед. работника. |
| <p><u>Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности</u> установка на здоровый образ жизни, укрепление физического, нравственного и духовного здоровья.</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Проведение тематических педсоветов по вопросам нормирования домашней работы обучающихся. - Замеры объёма времени, расходуемого учащимися на выполнение тех или иных заданий. - Наличие в школе оснащенного компьютерного класса, режим работы в этих классах, режим использования ТСО и компьютерной техники на уроке. - Проведение психологических тренингов для учителей по вопросам индивидуального подхода к обучающимся. - Разработка разноуровневых заданий для самостоятельной работы учащихся. - Создание ситуаций выбора учащимися заданий, форм их представления и т.п. |
| <p><u>Организация физкультурно-оздоровительной работы</u> направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, сохранение и укрепление здоровья детей и формирование культуры здоровья</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Игры и соревнования «Весёлые старты». - Оздоровительные минутки на уроках. - Ритмические паузы на переменах. - Неделя здоровья и спорта «Дни здоровья». - Проведение классных часов - Тренинг безопасного поведения «Почему вредной привычке ты скажешь «нет»?» |
| <p><u>Совместная экологическая деятельность родителей (законных представителей),</u></p> | <ul style="list-style-type: none"> - Реализация кружковых объединений, внеурочной деятельности : «Разговор о правильном питании», «Юные |

| | |
|--|---|
| <p><u>обучающихся и педагогов</u> направленная на расширение опыта общения с природой.</p> | <p>инспектора дорожного движения», «Юные инспектора пожарной безопасности», кружок «Эколог», кружок «Зеленый патруль»</p> |
| <p><u>Просветительская работа с родителями</u> направлена на объединение усилий для формирования ЗОЖ у обучающихся</p> | <p>- Лекции, семинары, консультации для родителей по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, родительский всеобуч. Совместные праздники для детей и родителей по профилактике вредных привычек («Папа, мама, я – спортивная семья», «День победы» и т.д.).</p> |

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья, экологических акций;
- факультативные занятия; занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий.

Модель организации работы школы по формированию обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни включает в себя:

Просветительно-воспитательную работу с обучающимися:

- внедрение в систему работы школы дополнительных образовательных программ, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек, охране природы;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни, охрану природы;

Просветительскую и методическую работу с педагогами, специалистами, направленную на повышение квалификации работников школы по проблемам охраны и укрепления здоровья детей:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) -необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Просветительскую работу с родителями (законными представителями):

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Складывающаяся система работы с родителями (законными представителями) по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

Основные направления просветительской и мотивационной работы

| Направление деятельности | Задачи | Содержание |
|---|--|---|
| Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни | <ol style="list-style-type: none"> 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 | <ul style="list-style-type: none"> • Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности совместно с родителями. • Проведение тематических классных и общешкольных родительских собраний. • создание библиотеки детского здоровья, доступной для родителей и т.п. • разработка материалов соответствующей направленности и размещение их на школьном сайте |
| Профилактическая деятельность | <ol style="list-style-type: none"> 1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья. | <ul style="list-style-type: none"> • Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; |

| | | |
|--|--|--|
| | <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>пропаганда культуры питания в семье.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 и родителями. • Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха. |
| <p><i>Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа</i></p> | <p>1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта.</p> <p>2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.</p> <p>3. Содействие развитию детскому и взрослому спорту и туризму.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Увеличение объёма и повышение качества оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе: организация подвижных игр; соревнований по отдельным видам спорта; проведение олимпийских игр, спартакиады, дней здоровья. • Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми тренеров ДЮСШ, |

| | | |
|--|--|------------|
| | | родителей. |
|--|--|------------|

Модель организации работы школы по формированию обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни реализуется путём:

- реализация Пилотного проекта по здоровьесбережению в образовательных организациях Ростовской области, проведение доврачебного диагностического обследования с помощью аппаратно-программного комплекса «АРМИС» (далее АПК “Армис”) с целью создания здоровьесберегающего пространства в МБОУ «Лицей №7»

- 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.

-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.

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

- профилактике детского дорожно-транспортного травматизма реализуется через встречи с инспекторами дорожного движения, беседы, праздники, конкурсы ПДД, оформление информационных стендов, выпуск стенгазет, проведение конкурсов рисунков.

5. Совместная деятельность школы, и общественности по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.

Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования осуществляются школой в постоянном взаимодействии и тесном сотрудничестве с субъектами социализации социальными партнерами школы:

- Управление образования администрации г. Новочеркаска;
- «Отдел по делам молодежи администрации г. Новочеркаска»;
- ОМВД России по г. Новочеркасску;
- Управление социальной защиты населения администрации г. Новочеркаска;

- ГКУРО ЦЗН г. Новочеркаска;
- Центр эстетического воспитания детей и молодежи г. Новочеркаска;
- Центральная городская библиотека г. Новочеркаска;
- Новочеркасский музей Донского казачества;
- музей Атаманский дворец г. Новочеркаска;
- Донской театр драмы и комедии им. В.Ф. Комиссаржевской;
- МБУДО ЦТТ № 1 им. Горбатко (центр технического творчества);
- МБУДО ЦТТ № 2 г. Новочеркаска;
- МБУ ДО ЭБЦ г. Новочеркаска (эколого-биологический центр);
- МБУ ДО Цт и Э г. Новочеркаска (центр туризма и экскурсий);
- музей войны в Афганистане г. Новочеркаска;
- музей Чернобыльской трагедии г. Новочеркаска;

Формы сотрудничества:

- совместная организация и проведение внеклассных, внешкольных, городских мероприятий;
- встречи с медработником и проведение бесед и лекций в рамках операций: «Подросток», «Мы за ЗОЖ» и т.д.;
- встречи с инспектором ПДН;
- встречи с инспектором ГАИ ГИБДД;
- совместная организация занятости детей в каникулярное время;
- организация и работа на базе школы кружков дополнительного образования и т. д.

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

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 мониторинговых исследованиях физических показателей здоровья (обследования на АПК «Армис»), мониторинга здоровьесберегающей деятельности (педагогический мониторинг), мониторинга социально-психологических показателей здоровья обучающихся.

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной, внеурочной работы. На уроках и классных часах в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья.

Критериями эффективности реализации программы является овладение обучающимися умениями:

- следовать социальным установкам экологически культурного, здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям), самостоятельно планировать его;
- сравнивать свое поведение с образцом, обращаться за помощью к взрослым, принимать её;

-оценивать соответствие мотива и результата поведения с позиции экологической культуры, взаимосвязи здоровья человека и здоровья природы.

В программе определены *планируемые результаты* деятельности участников образовательного процесса по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, которые соотнесены с Программой духовно-нравственного развития.

Уровни форсированности экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни:

Высокий уровень: у обучающихся выражены ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих, постоянный интерес и мотивация к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни. Присутствует динамичная система знаний по вопросам здоровья и безопасности, экологической культуре, логически взаимосвязанная с системами социальных, психологических и гуманитарных знаний. Сформирован комплекс умений и навыков высокопродуктивной деятельности и самоконтроля в сфере формирования здорового и безопасного образа жизни. Обучающиеся проявляют инициативу и принимают активное участие в здоровьесберегающем воспитательно-образовательном процессе, способны к продуктивной творческой, научно-исследовательской деятельности по данному направлению.

Средний уровень позволяет обучающимся выполнять большинство стандартных требований в сфере здоровьесбережения, экологической культуры и безопасности в образовательном процессе. Ценности здорового и безопасного образа жизни сформированы наряду с ценностями другого порядка, ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих проявляется не всегда. Мотивация к деятельности в области здоровьесбережения и безопасности носит чаще прагматический характер. Отмечается преобладание периодического интереса к проблемам здорового и безопасного образа жизни, владение знаниями, умениями и навыками сохранения здоровья и безопасности, среднепродуктивная деятельность по данному направлению.

Низкий уровень характеризуется преимущественно начальной степенью развития ее компонентов, преобладанием ситуативного интереса к проблемам здорового образа жизни. Отмечаются фрагментарные, узкоприкладные знания в области здоровья, экологической культуры, не развитые: самоорганизация, самоконтроль и самооценка. Обучающиеся этого уровня культуры здоровья могут признавать важность проблемы формирования здорового и безопасного образа жизни, но не проявляют собственной активности в этом процессе.

7. Ожидаемые результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования

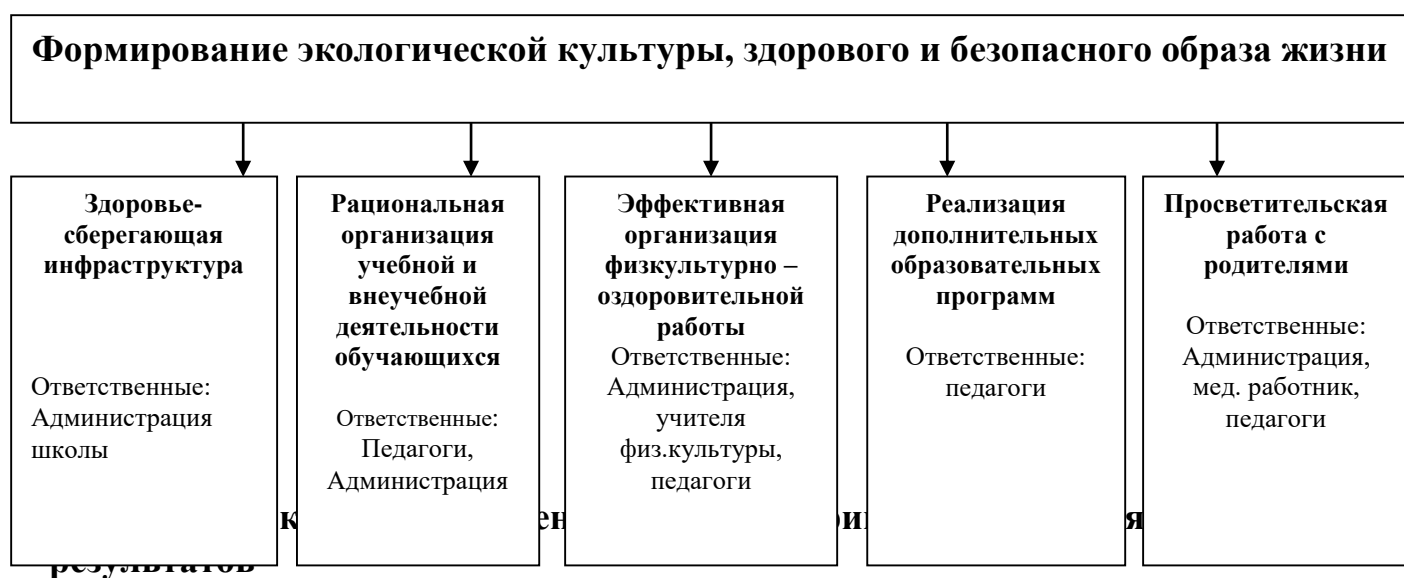
- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем 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;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, 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, состояния здоровья, развитие 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.

Структура системной работы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни представлена в виде **блоков** – направлений:



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

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

Работа по формированию здорового образа жизни начинается с анкетирования обучающихся и их родителей, которое помогает быстро выявить отношение детей к своему здоровью. Основные результаты реализации программы формирования экологической культуры и 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, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур:

1) анкетирование, тестирование обучающихся, родителей и учителей, мониторинговое обследование функциональной готовности (уровень физического развития и физической подготовленности) учащихся к условиям образовательной среды

2) мониторинг гигиенических условий реализации основной образовательной программы начального общего образования:

- требований к воздушно-тепловому режиму;

-требований к водоснабжению и канализации;

-требований к естественному, искусственному освещению и инсоляции;

-требований к расстановке мебели, организации учебного места и учебным доскам;

-требований к организации учебного процесса;

-требования к учебным и книжным изданиям, компьютерным средствам обучения;

-требования к организации питания;

-требований к организации медицинского обеспечения.

3) педагогические советы, советы школы, методические совещания с социальными партнерами школы, социологические опросы по проблемам необходимости и организации работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

4) прогнозирование и планирование вариантов дальнейшего совершенствования развития здоровьесформирующего образовательного процесса;

5) распространение накопленного опыта формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников.

6) мониторинг качества формирования у педагогов и родителей культуры здорового и безопасного образа жизни;

7) дополнительное профессиональное образование в области

здоровьесбережения (методические семинары, индивидуальные консультации администрации школы, медицинских работников, методистов, обмен опытом с другими школами, цикловое обучение на базе вузов, дистанционное обучение, самообразование).

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в школе, предусматривает достижение следующих результатов образования:

- Улучшение состояния здоровья учащихся и учителей.
- Создание системы мониторинга состояния здоровья детей, их социального благополучия.
- Обеспечение систематического учета, контроля и анализа ситуации.
- Повышение заинтересованности работников лицея в укреплении здоровья обучающихся, воспитанников.
- Стимулирование повышения внимания обучающихся, воспитанников и их родителей (законных представителей) к вопросам здорового образа жизни.
- Улучшение социально-психологической, экологической ситуации в лицее.
- Активизация работы оздоровительной физической культуры.
- Приобретение познаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе уроков физической культуры, бесед, просмотра учебных фильмов, в системе внеклассных мероприятий);
- Участие в беседах о значении занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта, прогулок на природе для укрепления своего здоровья;
- Практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простейших элементов спортивной подготовки (на уроках физической культуры, в спортивных секциях школы и внешкольных учреждений, при подготовке и проведении подвижных игр, спортивных соревнований);
- Составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;
- Получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться оздоравливающим влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания (здоровьесберегающими формами досуговой деятельности в процессе бесед, просмотра учебных фильмов, игровых и тренинговых программ в системе взаимодействия образовательных и медицинских учреждений);
- Получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, нравственного (душевного) и социального-психологического (здоровья семьи и школьного коллектива) - в ходе бесед с педагогами, педагогом- психологом, медицинскими работниками, родителями;
- Получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека (в рамках бесед с педагогами, педагогом- психологом, медицинскими работниками, родителями).

- Разработка новых физкультурно-образовательных технологий и методики адаптивной физической культуры
- Модернизация материально-технической базы;
- Улучшение условий для занятия физкультурной подготовкой;
- Создание Банка данных о динамике здоровья обучающихся;
- Увеличение доли обучающихся, охваченных кружковой деятельностью до 80%.

Школа несет ответственность за выполнение своей Программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни перед родителями учащихся и учредителем. Базовой задачей для педагогического коллектива лицея в рамках Программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни становится развитие у обучающихся, воспитанников экологически ориентированного поведения, через координацию здоровьесберегающего воспитания в условиях общеобразовательного учреждения.

программы по здоровьесбережению на 2016-2020 годы (начальная школа)

1 класс.
«Здоровье первоклассника»
(план работы)

| № | Мероприятие, форма | Цель | Срок | Ответственный |
|---|--|---|----------|---------------------------------|
| Классные часы по программе здоровьесбережения | | | | |
| 1. | Режим дня – основа жизни человека (беседа – игра) | Пробудить заботу о здоровье, осознать важность режима дня | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Скуку простуду, безделье меняем на бодрость, здоровье, веселье (практикум) | Обучить навыкам выполнения правильного пробуждения, выполнения гимнастики, массажа, правильного питания | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | О Сидоре Пашке – ужасном замарашке (инсценировка) | Формировать гигиенические навыки | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Если хочешь быть здоров (классный час) | Расширить знания личной гигиены, чистоты, аккуратности | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Зимушка – зима (час развлечений на прогулке) | Формировать навыки игры на улице | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Зимние затеи (спортивный праздник) | Формировать подвижно-игровые навыки | Февраль | Классный руководитель, родители |
| 7. | Мойдодыр (беседа) | Вызвать интерес к вопросам здоровья, ответственность за состояние своего организма | Март | Классный руководитель |
| 8. | Умеем ли мы правильно питаться? (беседа) | Формировать представление об основных питательных веществах и продуктах, их содержащих | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Растем здоровыми (музыкально – спортивный час) | Формировать навыки игровой деятельности | Май | Классный руководитель |

2 класс.
«Здоровый второклассник»

(план работы)

| № | Мероприятие, форма | Цель | Срок | Ответственный |
|---|---|---|------------|------------------------|
| Классные часы по программе здоровьесбережения | | | | |
| 1. | Осенний калейдоскоп (беседа о здоровой и полезной пище) | Пробудить заботу о здоровье, осознать важность правильного питания | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Как сохранить зрение (беседа) | Познакомить с причинами глазных болезней и их профилактикой, разучить упражнения для профилактики глазных заболеваний | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Детские забавы (спортивно – развлекательный час) | Развивать спортивные способности у детей | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Семь С (спортивные состязания) | Развивать силу, скорость, сообразительность, смелость, сплоченность и т.д. | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Растения и человек (интегрированный классный час) | Познакомить с понятием «кожа» и ее функциями, с правилами ухода за кожей с помощью лечебных растений | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Кулинарное путешествие по Простоквашино (инсценировка сказки) | Рассказать о пользе каши для здоровья, познакомить с традициями блюд русской кухни | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | Поешь рыбки – будут ноги прытки (игра-конкурс) | Формировать представления о полезных свойствах рыбных блюд | Март | Классный руководитель |
| 8. | Кулинарные традиции моей семьи (разработка проектов) | Формировать навыки сбора данных и оформления проектов | Апрель-май | Классный руководитель |

3 класс.

«Здоровая пища третьеклассника»

(план работы)

| № | Мероприятие, форма | Цель | Срок | Ответственный |
|---|--|--|----------|------------------------|
| Классные часы по программе здоровьесбережения | | | | |
| 1. | Цена ломтика (беседа) | Расширить знания о пользе, ценности хлеба, воспитывать чувство бережного отношения к хлебу | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Правила поведения в столовой (занятие – практикум) | Добиться уяснения учащимися правил поведения в столовой, проработать правила хорошего тона за столом | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Это удивительное молоко (занятие-исследование) | Расширить знания о пользе молока, молочных продуктов | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Необычное путешествие в Страну чипсов и сухариков (игра) | Расширить знания о вреде данных продуктов | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Самые полезные продукты (театрализованный классный час) | Учить выбирать самые полезные продукты | Январь | Классный руководитель |
| 6. | Что надо есть, если хочешь стать сильнее (беседа) | Формировать представление о связи рациона питания и здорового образа жизни | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | Где найти витамины весной (игра-путешествие по станциям) | Познакомить со значением витаминов и минеральных веществ в жизни человека | Март | Классный руководитель |
| 8. | День рождения Зелибобы (герой улицы Сезам) | Закрепить полученные знания о правильном питании | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Секреты поваренка (круглый стол) | Формировать представление о последствиях неправильного питания для организма | Май | Классный руководитель |

«В четвертый класс со здоровьем»
(план работы)

| № | Мероприятие, форма | Цель | Срок | Ответственный |
|---------------|---|--|----------|---------------------------------|
| Классные часы | | | | |
| 1. | Учись быть здоровым (игра) | Способствовать осознанию необходимости бережного отношения к своему организму | Сентябрь | Классный руководитель |
| 2. | Здоровяк предупреждает (игра – КВН) | Формировать у учащихся представления о том, что здоровье – главная ценность в жизни | Октябрь | Классный руководитель |
| 3. | Кулинарные обычаи (игра – путешествие) | Закрепить знания о законах здорового питания | Ноябрь | Классный руководитель |
| 4. | Питание и красота (кулинарный практикум) | Воспитывать культуру питания | Декабрь | Классный руководитель |
| 5. | Спортивно – массовое мероприятие «Зимние забавы» | Формировать стремление к здоровому образу жизни | Январь | Классный руководитель, родители |
| 6. | Удивительные превращения колоска (занятие – беседа) | Закрепить знания учащихся о значимости хлеба в рационе питания, прививать бережное отношение к хлебу | Февраль | Классный руководитель, |
| 7. | музыкально-спортивный праздник | Развивать ловкость, быстроту, скорость и других двигательных качеств | Март | Классный руководитель |
| 8. | Кафе «Здоровейка» (разработка проектов) | Формировать у детей привычку правильно питаться | Апрель | Классный руководитель |
| 9. | Кафе «Здоровейка» (защита проектов) | | Май | Классный руководитель |

Родительские собрания по программе здоровьесбережения в начальной школе

| Класс | Название | Форма, содержание |
|---------|--|---|
| 1 класс | Встреча взрослого и ребенка | Круглый стол, посвященный трудностям адаптационного периода |
| 2 класс | Трудности обучения | Ослабленные дети, нервные дети, заикание у детей, леворукий ребенок, дети с временной задержкой психического развития |
| 3 класс | Секреты здоровья ребенка | Анкетирование детей и родителей, беседа врача |
| 4 класс | Не запрет, а предупреждение вредных привычек | Профилактика табакокурения, алкоголизма, наркомании |