

## **ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Добыть и сохранить здоровье может только сам человек.

*НА. Амосов*

Здоровье детей — результат сложного взаимодействия человека с природой и обществом. Оно зависит от генетических задатков, социальных, культурных, экологических, медицинских и других факторов. В то же время специалисты считают, что условия жизни ребёнка в семье и в образовательном учреждении, сформированность ценностного отношения к своему здоровью составляют до 50 % факторов, позитивно или негативно влияющих на состояние здоровья детей.

За последние два десятилетия произошли значительные изменения в состоянии здоровья детей и подростков, характеризующиеся ростом распространённости функциональных расстройств и хронических болезней, изменением структуры выявляемых нарушений, ухудшением показателей физического развития и физической подготовленности, увеличением распространённости поведенческих факторов риска. Состояние здоровья школьников на современном этапе представляет собой серьёзную психолого-медико-социальную проблему. Выход из сложившейся ситуации возможен при условии реализации долгосрочной программы мероприятий, направленных на улучшение качества жизни и охрану здоровья школьников.

**Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни** — это комплексная программа формирования у обучающихся знаний, 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, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

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

Человек будущего - это всесторонне развитая личность, живущая в гармонии с окружающим миром и самим собой. В обществе эта личность действует в рамках экологической необходимости. Формирование экологической культуры есть осознание человеком своей принадлежности к окружающему его миру, единства с ним, осознание необходимости принять на себя ответственность за полноценное развитие цивилизации.

Экологическая культура есть результат воспитания, который выражается в умении человека достигать гармоничных отношений с окружающим миром и самим собой.

В детстве это умение формируется в процессе усвоения специальных знаний, развития эмоциональной сферы и практических навыков экологически целесообразного взаимодействия с природой и обществом.

Младший школьный возраст является наиболее благоприятным периодом для формирования у детей основ экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, так как в этот период развития ребёнка, характеризующийся преобладанием у него эмоционально-чувственного способа освоения окружающего мира, активно формируются свойства и качества личности, которые определяют её сущность в будущем. В этом возрасте у учащихся в сознании происходит первоначальное формирование наглядно-образной картины мира и нравственно - экологической позиции личности, которая определяет устойчивое отношение ребёнка к природному и социальному окружению и к самому себе. Яркость и чистота эмоциональных реакций обеспечивает глубину и устойчивость впечатлений, получаемых ребёнком извне.

Детям младшего школьного возраста свойственно уникальное единство знаний и переживаний, которые позволяют говорить о возможности формирования у них надёжных основ ответственного отношения к природе и своему здоровью.

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

- Федеральный Закон «Об образовании в РФ»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 22.09.2011 г. № 2357 «О внесении изменений в ФГОС НОО»;

- СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);
- Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
- Концепции УМК «Планета знаний», «Школа 2100».

При разработке «Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни» общеобразовательное учреждение опиралось на понятийно-терминологический аппарат современной «Концепции общего экологического образования для устойчивого развития 2010»:

**Экологическая культура** – вектор общей культуры человека, определяемый экологической направленностью личности, ее экологическим мышлением, способностью и готовностью к практической деятельности в рамках экологической необходимости и права, ведению экологически грамотного, здорового образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

**Экологически целесообразный здоровый и безопасный образ жизни** – (далее – **ЭЗОЖ**) это способы и формы жизнедеятельности, типичные для конкретно-исторических, социально-экономических и природно-территориальных условий, направленные на сохранение и повышение здоровья и безопасности людей, качества их среды обитания как важных факторов качества жизни, устойчивого развития территории.

**Качество жизни** – ключевое понятие экологического образования для устойчивого развития. Оно включает в себя и характеристику экологического качества окружающей человека среды, и влияние его на здоровье и безопасность людей, проживающих на данной территории.

**Здоровье** – системный индикатор качества жизни человека.

**ЭЗОЖ** направлен на сохранение и развитие физических, физиологических, личностных ресурсов саморегуляции, расширение диапазона адаптационных возможностей человека и его стрессоустойчивости средствами экологически грамотного поведения, здоровьесозидающего режима дня, двигательной активности, здорового питания, рационального труда (учебы), отказа от вредных привычек.

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

- Ø неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- Ø факторы риска, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- Ø 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;
- Ø активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- Ø особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обуславливает, в свою очередь, невосприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой (ребёнок всегда стремится к удовлетворению своих актуальных потребностей, он не знает, что такое будущее, и поэтому ни за что не пожертвует настоящим ради будущего и будет сопротивляться невозможности осуществления своих желаний).

### **Программа обеспечивает:**

- 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 культуры 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 противостоять 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 здоровьесоберегающие 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.

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

## Задачи программы

- Ø сформировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- Ø 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;
- Ø дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, об их пагубном влиянии на здоровье;
- Ø сформировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- Ø научить школьников выполнять правила личной гигиены и развить готовность на их основе самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- Ø сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- Ø сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- Ø обучить безопасному поведению в окружающей среде и элементарным навыкам поведения в экстремальных ситуациях;
- Ø сформировать навыки позитивного общения;
- Ø научить осознанному выбору поступков, стиля поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- Ø сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

В основу программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни **положены** следующие **принципы**:

- Ø **Принцип актуальности** отражает насущные проблемы, связанные со здоровьем детей, гигиеническими, культурными, социальными нормами и ценностями; обеспечивает знакомство учащихся с наиболее важной гигиенической информацией.
- Ø **Принцип доступности.** В соответствии с этим принципом младшим школьникам предлагается оптимальный для усвоения объем информации, который предполагает сочетание изложения

гигиенической информации теоретического характера с примерами и демонстрациями, что улучшает его восприятие. Предусматривает использование ситуационных задач с необходимостью выбора и принятия решения, ролевых игр, информационного поиска, рисования, моделирования драматических сцен.

- Ø **Принцип положительного ориентирования.** В соответствии с этим принципом уделяется значительное внимание позитивным, с точки зрения здоровья, стилям жизни, их благотворному влиянию на здоровье. Реализация данного принципа, т.е. показ положительных примеров, более эффективна, чем показ отрицательных последствий негативного в отношении здоровья и поведения.
- Ø **Принцип последовательности.** Данный принцип предусматривает выделение основных этапов и блоков, а также их логическую преемственность в процессе его осуществления.
- Ø **Принцип системности** определяет постоянный, регулярный характер его осуществления, что позволяет усвоить знания, имеющие отношения к здоровью, в виде целостной системы;
- Ø **Принцип сознательности и активности** направлен на повышение активности учащихся в вопросах здоровья, что возможно только при осознании ответственности за свое здоровье и здоровье окружающих. Этот принцип выступает в качестве основополагающего для изучения форм поведения и стилей жизни.
- Ø **Принцип субъект-субъектного взаимоотношения с обучающимися** (задача школьника состоит в обретении компетенций грамотной заботы о своем здоровье; задача учителя – максимально содействовать ему в этом стремлении).
- Ø **Принцип комплексности.** Использование комплекса мер при организации здоровьесберегающей среды, взаимодействие различных специалистов всех уровней (администрации школы, врачей, педагогов, родителей, педагогов дополнительного образования).
- Ø **Принцип индивидуальности.** Учет индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся при организации здоровьесберегающей деятельности на уроке и во внеучебной деятельности.
- Ø **Принцип гуманистичности.** Принцип признания активной роли самого ребенка в сохранении собственного здоровья
- Ø **Принцип интегративности.** Включение здоровьесберегающих компонентов во все предметные области.

## Базовая модель организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Работа школы по реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни будет реализована в три этапа.

|                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                          |                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Первый этап</b><br/>(организационный)</p> <p>Анализ состояния и планирование работы школы</p>               | <p>Анализ состояния и планирование работы по</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек;</li> <li>· организации просветительской работы с учащимися и родителями (законными представителями);</li> <li>· выделению приоритетов в работе с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.</li> </ul>    | <p>Сентябрь<br/>2021</p> | <p>Заместители директора по УВР</p>                                                                                |
| <p><b>Второй этап</b></p> <p>Организация просветительской, учебно-воспитательной и методической работы школы.</p> | <p><b>1. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися,</b> направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных курсов, которые направлены на формирование экологической культуры обучающихся, ценности здоровья и здорового образа жизни и могут реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;</li> <li>· лекции, беседы, консультации по проблемам экологического</li> </ul> | <p>2021-2025</p>         | <p>Заместители директора по УВР, медицинский работник, учителя физической культуры, учителя начальных классов.</p> |



|  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                              |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>просвещения, сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;</li> <li>· создание в школе общественного совета по реализации Программы, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), представителей детских физкультурно-оздоровительных клубов, специалистов по охране окружающей среды.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                    |  |                                                                                                                              |
|  | <p><b>2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников школы и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· проведение лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, заседаний кафедр, педагогических советов по данной проблеме;</li> <li>· приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;</li> <li>· привлечение педагогов, медицинских работников, и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению природоохранных,</li> </ul> |  | <p>Директор, заместители директора по УВР, медицинский работник, учителя физической культуры, учителя начальных классов.</p> |

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |           |                                                                                                             |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                       | оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |           |                                                                                                             |
| <b>Третий этап</b><br>(аналитический) | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Анализ результатов работы, корректировка методик, разработка методических рекомендации по организации формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.</li> <li>· Формирование банка методических разработок уроков, внеклассных мероприятий, классных часов валеологического направления.</li> </ul> | Июнь 2025 | Заместители директора по УВР, медицинский работник, учителя физической культуры, учителя начальных классов. |

### ***Основные направления, формы и методы реализации программы***

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

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

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

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

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

**Формируемые ценности:** природа, здоровье, экологическая культура,

экологически безопасное поведение.

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

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

### **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 пяти взаимосвязанных блоков – по созданию экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры, рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся, эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, реализации дополнительных образовательных курсов и просветительской работы с родителями (законными представителями) и способствует формированию у учащихся ценности здоровья, сохранению и укреплению у них здоровья.

### **Направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся.**

#### **1. Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.**

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все помещения ОУ соответствуют экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда учащихся. Параметры микроклимата в учебных помещениях, уровень освещённости рабочих мест соответствуют гигиеническим требованиям.

В ОУ созданы все условия для правильного полноценного питания обучающихся. Работает **столовая**, оснащённая современным технологическим оборудованием, позволяющая организовывать горячие завтраки, обеды и полдники, ведётся постоянный контроль за качеством приготовленной пищи.

В школе работают 2 оснащенных **спортивных зала**, зал для занятий хореографией, скалодром, тренажёрный зал, имеется спортивная площадка.

В школе работает **медицинский кабинет**. Медицинский работник оказывает первичную доврачебную медицинскую помощь, проводит профилактические мероприятия, иммунопрофилактику. Кроме этого, медицинским работником организован приём кислородных коктейлей.

В целях обеспечения безопасности жизни и здоровья детей в здании школы:

- оборудована кнопка тревожной сигнализации;
- здание оснащено автоматической пожарной сигнализацией;
- территория школы имеет металлическое ограждение;
- осуществляется пропускной режим, ведётся журнал регистрации посещения школы.

В школе изданы соответствующие приказы, назначены ответственные за каждый участок работы при возникновении чрезвычайных ситуаций, оформлен стенд «Действия в условиях чрезвычайных ситуаций», Регулярно проводятся тренировки по эвакуации обучающихся и преподавательского состава.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает **квалифицированный состав специалистов**: 3 учителя физкультуры, 2 преподавателя хореографии, медицинская сестра.

Деятельность администрации и педагогического коллектива по организации **экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры** школы представлена в таблице 1.

Таблица 1

Организация **экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры** образовательного учреждения

| Содержание деятельности                                                                                                                                          | Сроки     | Исполнители   |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------|
| Совершенствование нормативной базы деятельности, связанной с реализацией программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни. | Постоянно | Администрация |

|                                                                                                                                                                                                                                        |                |                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------|
| Создание условий социально-психологического комфорта и защищенности всех участников образовательного процесса.                                                                                                                         | Постоянно      | Администрация; педагогический коллектив                               |
| Создание системы комфортной пространственной среды (санитарно-гигиенический режим, интерьер, распределение кабинетов, гардероба и пр.).                                                                                                | Постоянно      | Администрация; педагогический коллектив                               |
| Оборудование помещений и совершенствование материально-технической базы                                                                                                                                                                | Постоянно      | Администрация                                                         |
| Оснащение спортивного и тренажерного залов современным оборудованием                                                                                                                                                                   | Постоянно      | Администрация; учителя физической культуры                            |
| Расширение спектра дополнительных образовательных услуг (в том числе платных) на базе школы и учреждений дополнительного образования (секции ДЮСШ и др.)                                                                               | Постоянно      | Администрация; учителя физической культуры; педагоги доп. образования |
| Обеспечение санитарно-гигиенического режима школы в соответствии с требованиями СанПиН 2.4.2.2821-10.                                                                                                                                  | Постоянно      | Администрация; педагогический коллектив                               |
| Оптимизация системы организации питания обучающихся.                                                                                                                                                                                   | Постоянно      | Администрация                                                         |
| Организация приема кислородного коктейля.                                                                                                                                                                                              | Постоянно      | Медицинский работник                                                  |
| Создание инфраструктуры медицинского сопровождения деятельности систем сохранения и укрепления здоровья школьников: организация работы медслужбы, стоматологического кабинета, логопедического кабинета, кабинета педагога-психолога). | Постоянно      | Администрация                                                         |
| Проведение летней оздоровительной кампании.                                                                                                                                                                                            | Ежегодно: июнь | Администрация                                                         |

|                                                                                                                                                                                                                            |           |                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------|
| Организация обучения детей с ограниченными возможностями на дому.                                                                                                                                                          | Постоянно | Администрация                                 |
| Совершенствование работы по обеспечению безопасности школы, антитеррористической защищенности за счет оснащения современными средствами пожаротушения, совершенствования школьных коммуникаций, привлечения к охране школы | Постоянно | Администрация                                 |
| Благоустройство и озеленение школьной территории                                                                                                                                                                           | Постоянно | Администрация, педагогический коллектив       |
| Осуществление мониторинга состояния здоровья школьников с целью выявления факторов риска здоровья и образа жизни                                                                                                           | Постоянно | Администрация, учителя, медицинские работники |

**2. 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:

- Ø Составление расписания звонков, уроков, групповых занятий, дополнительного образования с учетом санитарно-гигиенических требований к организации учебно-воспитательного процесса.
- Ø Составление графика проведения контрольных работ.
- Ø Совершенствование календарно-тематического планирования с включением вопросов охраны здоровья, нормирования учебной нагрузки, дозирования домашнего задания с целью предотвращения перегрузки учащихся.
- Ø Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима в учебное время на уроках и переменах, а также во внеурочное время.
- Ø Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию).
- Ø Реализация комплексного плана мероприятий психолого-педагогического сопровождения учащихся на этапе перехода.
- Ø Совершенствования плана воспитательной работы классных

руководителей с включением раздела по формированию у обучающихся здорового образа жизни, укреплению здоровья.

- Ø Изучение социально – психологического климата классных коллективов.
- Ø Исследование тревожности учащихся как неблагоприятного фактора в учебно – воспитательном процессе.
- Ø Мониторинг удовлетворенности учащихся и родителей жизнедеятельностью в ОУ.
- Ø Изучение психологических и возрастных особенностей, выявление позитивного и негативного влияния условий жизни на обучение и воспитание учащихся.
- Ø Повышение психологической компетенции педагогов по внедрению современных здоровьесберегающих технологий (проведение проблемных семинаров).
- Ø Повышение социально-психологической компетенции учителей, классных руководителей, родителей по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
- Ø Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.
- Ø Индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям.
- Ø Ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

### **3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы,**

направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

- Ø полноценную и эффективную работу с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- Ø рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- Ø организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- Ø организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

- Ø организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- Ø регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

### **Направления работы**

- Ø Организация работы спортивных секций по футболу, волейболу, баскетболу, легкой атлетике, тхэквондо.
- Ø Проведение спортивных соревнований и праздников на всех ступенях обучения (внутришкольные, районные, городские).
- Ø Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, минутки здоровья).
- Ø Активное использование в начальной школе зон двигательной активности.
- Ø Проведение праздников «Мама, папа, я – спортивная семья» 1-4 кл.
- Ø Активизация работы по обеспечению безопасности учащихся во время занятий физической культурой, спортивных мероприятий (правила техники безопасности при выполнении различных упражнений, смены видов спортивной деятельности, замена устаревшего оборудования и т.д.).
- Ø Введение третьего часа физической культуры.
- Ø Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях).
- Ø Организация динамической паузы.

### **4. Реализация дополнительных образовательных программ,**

направленных на повышение уровня знаний и практических умений обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- организацию в образовательном учреждении кружков, секций, факультативов по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.



**Дополнительные образовательные программы,  
реализуемые в школе**

|                                                   | Классы                                                               |                                                  |                                    |            |
|---------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------|------------|
|                                                   | 1-е классы                                                           | 2-е классы                                       | 3-е классы                         | 4-е классы |
| Образовательные программы                         | 1. «Разговор о правильном питании».                                  |                                                  | 1. «Две недели в лагере здоровья». |            |
|                                                   | 2. «Школа здорового образа жизни».                                   |                                                  |                                    |            |
|                                                   | 3. «Азбука общения».                                                 |                                                  |                                    |            |
|                                                   | 4. «Подвижные игры».                                                 |                                                  |                                    |            |
|                                                   | в рамках проведения динамической паузы, прогулки во 2-й половине дня | в рамках проведения прогулки во 2-й половине дня |                                    |            |
| Программы учреждений дополнительного образования. | 1. «Наши истоки»                                                     |                                                  |                                    |            |
|                                                   | 2. Юнитур»                                                           |                                                  |                                    |            |

**Формы подведения итогов:** соревнования, конкурсы, оформление альбомов, стендов о знаменитых спортсменах города и страны, проведение малых спартакиад, организация походов с родителями, презентации проектов об истории происхождения видов спорта и организации Олимпийских игр, составление мониторинга собственных достижений; экологические конкурсы, викторины, агитбригады, защита проектов, участие в экологических акциях.

Преподавание дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, факультативные занятия, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, организацию тематических дней здоровья.

## 5. Просветительская работа с родителями (законными представителями)

### Основные направления просветительской и мотивационной работы

| <i>Направление деятельности</i>                                                 | <i>Задачи</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Содержание</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни</b> | <p>1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни.</p> <p>2. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности.</p> <p>3. Обеспечение условий для мотивации и стимулирования здорового образа жизни</p>                      | <p>Ø Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности совместно с родителями.</p> <p>Ø Проведение тематических классных и общешкольных родительских собраний.</p>                                                                                                                         |
| <b>Профилактическая деятельность</b>                                            | <p>1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья.</p> <p>2. Создание условий, предотвращающих ухудшение состояние здоровья.</p> <p>3. Обеспечение помощи детям, перенесшим заболевания, в адаптации к учебному процессу.</p> <p>4. Профилактика травматизма</p> | <p>Ø Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; пропаганда культуры питания в семье.</p> <p>Ø Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки классных комнат, школы; соблюдение санитарно-гигиенических требований.</p> <p>Ø Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми и родителями.</p> |

|                                                                |                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                |                                                                                                                                                                                                               | Ø Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха.                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа</b> | 1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта.<br><br>2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.<br><br>3. Содействие развитию детскому и взрослому спорту и туризму. | Ø 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.<br><br>Ø Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми тренеров ДЮСШ, родителей. |

### Содержание работы по здоровьесбережению.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни школьников МБОУ СОШ № 55 «Лингвист» включает следующие направления учебно-воспитательной деятельности: «Экология природы», «Экология здоровья», «Экология души». Каждое из них ориентировано на приобщение учащихся к определённым общечеловеческим ценностям.

### Направление «Экология природы»

|                |                                                                                                                                                                                                            |
|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель:</b>   | Воспитание у подрастающего поколения экологически целесообразного поведения как показателя духовного развития личности                                                                                     |
| <b>Задачи:</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Формировать представление о природе как среде жизнедеятельности человека.</li> <li>· Развивать эмоционально-нравственное отношение к окружающей среде.</li> </ul> |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Воспитывать эстетическое отношение к окружающей среде, умение вести себя в соответствии с общепринятыми нормами.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Городские мероприятия</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Экологическая выставка «Улыбка природы».</li> <li>· Конкурс детского изобразительного творчества «Как прекрасна Земля и на ней человек» .</li> <li>· Городская выставка ёлочных композиций «Вместо ёлки – букет» .</li> <li>· Городская экологическая акция «Покормите птиц зимой».</li> <li>· Конкурс экологических агитбригад «Мы в ответе за свою Планету!».</li> <li>· Всероссийские Дни защиты от экологической опасности.</li> <li>· Слёт юных исследователей природы.</li> <li>· Экологический конкурс «Цвети, Земля!».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Общешкольные творческие дела</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Дни защиты окружающей среды от экологической опасности.</li> <li>· Природоохранные акции: «Мой экодом», «Птичья столовая», «Зеленая красавица», «Чистый микрорайон».</li> <li>· Тематические линейки «День птиц», «День воды», «День Земли».</li> <li>· Конкурс экологических сказок.</li> <li>· Конкурс экологических агитбригад.</li> <li>· Общешкольный субботник «Сделай доброе дело».</li> <li>· Экологический фестиваль, в рамках которого проводятся: <ul style="list-style-type: none"> <li>Ø День Земли. Фотоконкурс «Если взглянуть вокруг»;</li> <li>Ø Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир»;</li> <li>Ø Урок – игра «Знатоки природы»;</li> <li>Ø Выступление агитбригады «Экология души»;</li> <li>Ø Просмотр видеопрезентаций с последующим обсуждением «Чернобыль. Черная боль», видеоматериалов «Последствия лучевой болезни» и др.</li> </ul> </li> </ul> |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               | <p>Ø Озеленение кабинетов и помещений ОУ.</p> <p>День защиты детей, в рамках которого проводятся тематические мероприятия по защите от экологической опасности:</p> <p>Ø «Береги планету нашу!»;</p> <p>Ø «Земля- наш дом родной»;</p> <p>Ø «Чудес полна могучая природа... Ты только помоги их сохранить!»; «Как хорошо на свете жить».</p>                |
| <b>Формы работы с классом</b> | <i>Общение с природой</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Наблюдения за жизнью природы (календарь природы, народные приметы).</li> <li>· Посвящение в друзья природы.</li> </ul>                                                                                                                                                                                             |
|                               | <i>Экологические игры</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Загадки природы.</li> <li>· Требуется помощь!</li> <li>· Читаем лесную азбуку.</li> <li>· Осторожно, их мало!</li> <li>· Почемучкина поляна.</li> <li>· Лесная аптека.</li> </ul>                                                                                                                                  |
|                               | <i>Экологические проекты</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Разведка прекрасного и удивительного.</li> <li>· Зеленый класс.</li> <li>· «Жалобная книга» природы.</li> <li>· Сохраним мир живой природы».</li> </ul>                                                                                                                                                            |
|                               | <i>Классные часы, беседы</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>· «Заповеди леса»,</li> <li>· «Редкие растения и животные»,</li> <li>· «Кто в лесу живет, что в лесу растет?»,</li> <li>· «Прогулки в Природоград»,</li> <li>· «По тропинке открытий»,</li> <li>· «Звери, птицы, лес и я – вместе дружная семья»,</li> <li>· «Прекрасны солнце, воздух и вода – прекрасна</li> </ul> |

|                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                        | <p>вся моя Земля».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <p><b>Досуговая деятельность</b></p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Посещение областного краеведческого музея: музейные уроки «Экология родного края», «Природоохранная деятельность нашей школы», «Памятники природы Липецка и области».</li> <li>· Видеолекторий: познавательные программы «Защитим природу», «Сохраним планету», «А сердце чистейшей породы» и др.; просмотр и обсуждение фильмов «Белый Бим Черное ухо и др. Летний оздоровительный лагерь экологической направленности.</li> </ul> |
| <p><b>Работа с семьей</b></p>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Экологический всебуч: «Как воспитать любовь к природе».</li> <li>· Экологические акции «Чистый микрорайон», «Бумаге – вторую жизнь», «Мой экодом», «Школьный двор», «Школьный день вместе».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                              |
| <p><b>Заповеди</b></p>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Вылечи каждое раненое дерево.</li> <li>· Будь настоящим другом природы.</li> <li>· Ухаживай за природой, приумножай ее богатства.</li> <li>· Посади и вырасти дерево, цветок, растение.</li> <li>· Сердцем и душой прикоснись к тайнам природы.</li> <li>· Не засоряй рек, озер, колодцев и родников, помни – придется воды напиться.</li> <li>· Будь готов всегда встать на защиту своих младших братьев.</li> </ul>               |
| <p><b>Предполагаемый результат</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Знание младшими школьниками причин экологических проблем и способов выхода из них.</li> <li>· Активное отношение учащихся к защите прав людей на качество среды обитания, рост их самостоятельных инициатив.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                             |

## Направление «Экология здоровья»

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель</b>                         | Сохранение и укрепление здоровья учащихся, формирование потребности в здоровом образе жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Задачи</b>                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Научить соблюдать гигиенические нормы и культуру быта.</li> <li>· Формировать представления об основных факторах и «законах» здоровья.</li> <li>· Познакомить с активным отдыхом и его влиянием на здоровье человека.</li> <li>· Формировать компетенции в сфере безопасности жизнедеятельности.</li> </ul>                                                                            |
| <b>Городские мероприятия</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>· «Внимание, дети».</li> <li>· «Дорога глазами детей».</li> <li>· Месячник «Здоровье».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Общешкольные творческие дела</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Школьные Олимпийские игры.</li> <li>· Осенний кросс.</li> <li>· Всемирный День Здоровья:<br/> Ø единый классный час в 1-4 классах,<br/> Ø в начальной школе – беседы старшеклассников-волонтёров на тему сохранения и укрепления здоровья;</li> <li>· по итогам Дня Здоровья оформление стенда, выпуск классной газеты.</li> <li>· Дни здоровья.</li> <li>· Весёлые старты.</li> </ul> |
| <b>Формы работы с классом</b>       | <p>Ведение книги классных спортивных рекордов.<br/> Ведение альбома «Спорт в жизни моей семьи».</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Психологические тренинги.</li> <li>· Ролевые игры.</li> <li>· Инсценировки.</li> <li>· Подвижные игры на воздухе.</li> <li>· Подвижные игры на переменах, физкультминутки на уроках.</li> </ul>                                                                                    |

|                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                               | <p><i>Классные часы, беседы</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· «Как стать Нехворайкой»,</li> <li>· «В гостях у Мойдодыра»,</li> <li>· «Твой режим дня»,</li> <li>· «Спорт в моей жизни»,</li> <li>· «К здоровью через движение»,</li> <li>· «Витамины круглый год»,</li> <li>· «Живи разумом, так и лекаря не надо»,</li> <li>· «Вредные привычки. Как их искоренить?»</li> <li>· «Ты вышел на улицу»,</li> <li>· «Учусь принимать решения в опасной ситуации».</li> </ul> |
| <b>Досуговая деятельность</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Спортивные секции: футбол, волейбол, легкая атлетика, тхэквондо.</li> <li>· Туристско-краеведческое объединение «Юнитур».</li> <li>· Туристско-спортивные праздники.</li> <li>· Библиотека школы: библиотечные уроки и тематические занятия. Видеолекторий: познавательные программы «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», «Киножурнал «Ералаш» о здоровье» и др.</li> </ul>                                                            |
| <b>Работа с семьей</b>        | <p>Родительский всеобуч:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· «Как сохранить здоровье ребенка»,</li> <li>· «Режим дня младшего школьника»,</li> <li>· «Влияние телевидения и компьютерных игр на здоровье школьника»,</li> <li>· «Домашняя экология»,</li> <li>· Соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья».</li> </ul> <p>Проведение родительских собраний по пособию «Ответственные родители».</p>                                                                        |
| <b>Заповеди</b>               | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Просыпайся утром с улыбкой.</li> <li>· Научись быть всегда жизнерадостным.</li> <li>· Спи и ешь не больше, чем нужно, а не то жизнь проспигишь и здоровье проешь.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                    |



|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Занимайся спортом.</li> <li>· Умей противостоять пошлости жизни: алкоголю, наркотикам, безделью.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Предполагаемый результат</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Осознание учащимися значимости физического состояния для будущего жизнеутверждения, для развития нравственных качеств, для профессионального самоопределения.</li> <li>· Положительная динамика состояния здоровья учащихся, снижение заболеваемости, отсутствие утомляемости учащихся.</li> <li>· Повышение интереса школьников к спортивным мероприятиям, спорту.</li> <li>· Увеличение количества занимающихся в спортивных секциях.</li> </ul> |

### Направление «Экология души»

|               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель</b>   | Формирование нравственно-здоровой, духовно богатой личности школьника.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Задачи</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Знакомить с правилами поведения в школе, семье, общественных местах.</li> <li>· Воспитывать стремление поступать правильно; быть выдержанным, прислушиваться к мнениям других.</li> <li>· Пробуждение у детей интереса к различным видам полезной деятельности, позволяющей реализовать потребность в признании, общении, получении новых знаний.</li> <li>· Развитие коммуникативных навыков (умения строить свои отношения с окружающими в разных ситуациях, избегать конфликтов).</li> <li>· Формировать потребность в сознательном, ответственном отношении к учению.</li> <li>· Пробудить интерес к прошлому своего народа, воспитывать гордость за национальную культуру.</li> <li>· Выявлять и развивать творческие наклонности</li> </ul> |

|                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                     | <p>детей.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Помочь ребенку осмыслить себя как частичку окружающего мира.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Городские мероприятия</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Городской фестиваль детского и юношеского творчества «Жар-птица».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Общешкольные творческие дела</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· День добрых дел.</li> <li>· День пожилого человека.</li> <li>· Предметные олимпиады.</li> <li>· Марафон знаний.</li> <li>· Защита проектов.</li> <li>· Конкурсы чтецов, сочинений, рисунков.</li> <li>· Акция доброты и милосердия.</li> <li>· Праздник «Обряды наших предков».</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Формы работы с классом</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Экскурсии в музеи, на выставки.</li> <li>· Посещение театра и обсуждение спектаклей.</li> <li>· Библиотечные уроки.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                     | <i>Классные часы, беседы.</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>· «Преданья старины глубокой»,</li> <li>· «Юности честное зерцало»,</li> <li>· «Душа – это наше творенье»,</li> <li>· «Подари другому радость»,</li> <li>· «Чего в других не любишь, того и сам не делай»,</li> <li>· «Заварил кашу – расхлёбывай»,</li> <li>· «Дерево семьи»,</li> <li>· «Защитники земли русской»,</li> <li>· «Азбука юного гражданина»,</li> <li>· «Правила поведения в обществе»,</li> <li>· «Что важнее: знать или выполнять?»»,</li> <li>· «Зачем учиться в школе?»»,</li> <li>· «Мои увлечения»,</li> <li>· «Про великих и знаменитых».</li> </ul> |
| <b>Досуговая</b>                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Кружки художественно-эстетического и</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>деятельность</b>             | <p>познавательно-практического направления.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Концертные программы к различным праздникам.</li> <li>· Выставка «Город мастеров».</li> <li>· Видеолекторий: познавательные программы «Возможности человека», «На экране герои былин» и др., просмотр и обсуждение фильмов нравственно-этической проблематики.</li> </ul>                                                                                                                    |
| <b>Работа с семьей</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Открытые занятия кружков и секций: «Школьный день вместе».</li> <li>· День открытых дверей.</li> <li>· Помощь родителей в организации и проведении праздников.</li> <li>· Совместное посещение театра, выставок, экскурсий.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Заповеди</b>                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Цени и оберегай свое Отечество, познавай людей, живущих в нем, его прошлое и настоящее.</li> <li>· Сохраняй традиции и культуру своего народа.</li> <li>· Всегда помни: как аукнется, так и откликнется.</li> <li>· Хочешь иметь друзей – стань сам настоящим другом.</li> <li>· Помни: каждый человек имеет задатки; развивай их!</li> <li>· Каждое дело – творчески, иначе – зачем!</li> <li>· Раскрой себя в любой инициативе.</li> </ul> |
| <b>Предполагаемый результат</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Осознание учеником роли знаний в жизни человека, видение личной учебной перспективы, умение совершенствоваться и применять свои знания. Осознание необходимости изучения, сохранения и преумножения историко-культурного, духовного наследия Родины.</li> <li>· Гуманистическая направленность личности учащегося, понимание им ценности человеческой жизни, уважение человеческого достоинства, способность к состраданию,</li> </ul>       |

|  |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <p>доброжелательность.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Осознание учащимися необходимости познания прекрасного в окружающей действительности.</li> <li>· Осознание роли и активности человека в преобразовании окружающего мира.</li> </ul> |
|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

### **Универсальные компетенции, формирующиеся у учащихся в процессе освоения содержания программы:**

- Ø умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения полного благополучия;
- Ø активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- Ø доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

### **Личностные результаты изучения программы:**

- Ø активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- Ø проявление у детей:
  - позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;
  - дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
  - оказание школьниками бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья.

### **Метапредметные результаты изучения программы:**

- Ø давать объективную оценку здоровья как социокультурному феномену, на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- Ø защищать и сохранять личное и общественное здоровье позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологическим возрастным особенностям;

- Ø планировать и организовывать самостоятельную деятельность (учебную и досуговую) с учетом требований сохранения и совершенствования здоровья;
- Ø анализировать и объективно оценивать результаты собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и возможностей его совершенствования;
- Ø управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;
- Ø видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- Ø оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами и совершенствовать с учетом индивидуальных особенностей.

### Планируемые результаты реализации

#### программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

| Направления формирования здорового образа жизни                           | Ценностные установки                                                                                            | Планируемые результаты реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. | Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое, и социальное. | <p><b><i>Результаты первого уровня:</i></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ø приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья;</li> <li>Ø практическое освоение методов и форм физической культуры, простейших элементов спортивной подготовки;</li> <li>Ø получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания;</li> </ul> <p><b><i>Результаты второго уровня:</i></b></p> |

|                                                                             |                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                             |                                                                                                  | <p>Ø формирование позитивного отношения обучающихся к здоровью как к ценности, неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учебе и в жизни вообще;</p> <p><b>Результаты третьего уровня:</b></p> <p>Ø регулярные занятия спортом; систематические оздоровительно-закаливающие процедуры;</p> <p>Ø участие в спортивных, оздоровительных и экологических акциях в окружающем школу социуме.</p>                                                                               |
| 2. Формирование экологической культуры.                                     | Ценность природы, её многообразие и исчерпаемость, единство экологического сознания и поведения. | <p><b>Результаты первого уровня:</b></p> <p>Ø развитие экологического мышления, формирование у младших школьников целостной картины окружающего мира на основе формирования представлений о взаимосвязях в природе, природных закономерностях.</p> <p><b>Результаты второго уровня:</b></p> <p>Ø формирование экологически грамотного, нравственного поведения в природе.</p> <p><b>Результаты третьего уровня:</b></p> <p>Ø участие в экологических акциях в окружающем школу социуме.</p> |
| 3. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения. | Ценность здоровья и здорового образа жизни.                                                      | <p>Ø соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;</p> <p>Ø сформированность</p>                                                                                                                                                                                                                                                                          |

|                                                       |                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                       |                                                                                                          | экологоразвивающего пространства школы для обеспечения соответствующих уровней экологического образования.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| 4.Рациональная организация образовательного процесса. | Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности. | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ø соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки обучающихся на всех этапах обучения;</li> <li>Ø повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузок, оптимального чередования труда и отдыха.</li> </ul>                                                                                                                                                     |
| 5.Организация физкультурно-оздоровительной работы.    | Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния.             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ø полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях);</li> <li>Ø повышение адаптивных возможностей организма обучающихся;</li> <li>Ø сохранение и укрепление здоровья младших школьников;</li> <li>Ø рациональная и соответствующая возрасту организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;</li> <li>Ø рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях.</li> </ul> |
| 6.Реализация дополнительных образовательных программ. | Ценность здоровья и здорового образа жизни.                                                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ø эффективное внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;</li> <li>Ø включение каждого обучающегося в</li> </ul>                                                                                                                                                                                                |

|                                                                     |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                     |                                                                       | здоровьесберегающую деятельность.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| 7.Просветительская работа с родителями (законными представителями). | Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания. | <p>Ø эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.;</p> <p>Ø повышение уровня информированности родителей о ЗОЖ;</p> <p>Ø увеличение числа родителей, принимающих участие в общешкольных и классных мероприятиях.</p> |

**Критерии оценки реализации программы формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни.**

| <b>№</b> | <b>Критерии</b>                                                                                          | <b>Показатели</b>                                                                                                                        | <b>Измерители</b>                                            |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| 1.       | Количество педагогов, гигиенически рационально организующих свои уроки.                                  | Оптимальная плотность урока, чередование видов учебной деятельности, использование ТСО, наличие физкультминуток, эмоциональных разрядок. | Посещение уроков, анкетирование.                             |
| 2.       | Количество случаев заболеваний, перенесённых обучающимися.                                               | Снижение показателей.                                                                                                                    | ШСОКО                                                        |
| 3.       | Количество обучающихся, имеющих положительную динамику показателей тревожности и эмоционального стресса. | Снижение уровня тревожности и эмоционального стресса.                                                                                    | Анкетирование. Наблюдение.                                   |
| 4.       | Численность обучающихся, у которых отмечается благоприятная динамика состояния здоровья.                 | Увеличение численности.                                                                                                                  | Наблюдение школьного медработника. Результаты мед. осмотров. |



|     |                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                    |                                                         |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|
| 5.  | Уровень эмоционально-психологического климата в классных коллективах                                                                                           | Положительная динамика результативности                                                                                                            | Анкетирование, итоги исследования адаптации 1-в         |
| 6.  | Удовлетворённость обучающихся школьной жизнью.                                                                                                                 | Повышение уровня удовлетворённости обучающихся школьной жизнью.                                                                                    | Анкетирование.                                          |
| 7.  | Степень сформированности у обучающихся установок на здоровый образ жизни.                                                                                      | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу.                                                                          | Анкетирование.                                          |
| 8.  | Объём двигательной активности во внеурочное время                                                                                                              | Увеличение показателя                                                                                                                              | Анализ участия в секциях, спортивных мероприятиях.      |
| 9.  | Установка на использование здорового питания                                                                                                                   | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу;<br>100% охват горячим питанием                                           | Анкетирование.<br>Наблюдение за питанием.               |
| 10. | Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей.                                          | Отрицательная динамика уровня заболеваемости опорно-двигательного аппарата (исключая заболевания органического генеза, травматического характера). | Анкетирование.<br>Учет времени на занятия физкультурой. |
| 11. | Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом.                                                                                                | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу.                                                                          | Анкетирование.<br>Наблюдение.                           |
| 12. | Знание негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу.                                                                          | Анкетирование.                                          |

|     |                                                                                                                                        |                                                                           |                               |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
|     | заболевания).                                                                                                                          |                                                                           |                               |
| 13. | Становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ.       | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.<br>Наблюдение. |
| 14. | Потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.                |
| 15. | Развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.                          | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование.                |
| 16. | Знание правил поведения на природе и бережного отношения к окружающей среде.                                                           | Положительная динамика результативности тестирования по данному вопросу.  | Тестирование                  |

### Оценка эффективности реализации программы

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

**Мониторинг** представляет собой информационно-аналитическую систему, позволяющую осуществить диагностику текущего состояния показателей экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни школьников, физического здоровья обучающихся, их физического развития и является медико-психолого-социально-педагогическим исследованием. Таким образом, при его проведении для получения комплексной информации должны активно взаимодействовать учителя, медицинские работники и родители обучающихся. Мониторинг проводится с целью получения информации, необходимой для принятия обоснованных управленческих решений по укреплению здоровья.

### **Основные этапы мониторинга:**

1 этап – подготовительный, определяет цели, объекты, сроки и инструментарий проведения мониторинга;

2 этап – практический, в ходе которого осуществляется сбор информации, наблюдение, собеседование, тестирование, анкетирование, контроль знаний, умений, навыков, способностей и склонностей школьников;

3 этап – аналитический, сведение в единое целое всей информации о воспитанниках (семья, родители, мнение учителей, собственное наблюдение, результаты диагностирования) в карту саморазвития;

4 этап – обратной связи, здесь осуществляется проверка результатов, коррекция действий, фиксация информации, на основе сопоставления и анализа результатов мониторинга классный руководитель прогнозирует дальнейший процесс воспитания культуры здоровья школьников.

### **При проведении мониторинга решаются следующие задачи:**

- установление факторов, оказывающих негативное воздействие на состояние физического здоровья учащихся;
- определение неотложных и долгосрочных мероприятий по предупреждению и устранению негативных воздействий на физическое здоровье учащихся;
- прогнозирование состояния физического здоровья.

### ***Мониторинг включает в себя:***

- наблюдение за состоянием физического здоровья и развития детей;
- распределение учащихся по группам здоровья;
- охват учащихся горячим питанием;
- пропуски учащимися уроков по болезни;
- участие обучающихся в акциях, конкурсах, спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях различного уровня;
- участие учащихся в экологических акциях, конкурсах, мероприятиях различного уровня;
- занятость учащихся в кружках, секциях и объединениях спортивно-оздоровительной направленности;
- занятость учащихся в кружках, секциях и объединениях экологической направленности;
- сбор, хранение, обработку и систематизацию данных наблюдения за состоянием физического здоровья и развития учащихся;
- подготовку предложений по вопросам укрепления здоровья;

- мониторинг успешности обучения и здоровья учащихся в период их пребывания в образовательном учреждении.

### ***Критерии здоровья:***

#### **1) показатели развитости средств сохранения и развития здоровья:**

- наличие в образовательном учреждении средств и способов оздоровления (проведение оздоровительных мероприятий)
- обеспеченность образовательного учреждения медицинскими работниками;
- количество видов услуг профилактического и медицинского характера, оказываемых в образовательном учреждении;

#### **2) результативные показатели:**

- соответствие показателей здоровья региональным нормативам (по медицинским нормативам);
- коэффициент заболеваемости;
- динамика травматизма;
- динамика групп риска;
- динамика факторов риска;
- спортивные достижения обучающихся;
- отношение обучающихся к вредным привычкам,
- динамика формирования установок на ведение здорового образа жизни;
- показатели физической подготовленности;
- динамика показателей здоровья педагогов;
- число учащихся, занимающихся физкультурой и спортом.

Результаты, полученные в ходе мониторинга, позволяют определить эффективность деятельности педагогического коллектива и родителей по формированию у учащихся экологической культуры, ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

### **Система контроля за реализацией Программы**

**Цель:** выявление имеющихся отклонений в реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, коррекция деятельности по реализации программы.

Контроль за реализацией Программы осуществляется через:

1. Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм при организации и осуществлении образовательного процесса.

2. Контроль за эффективностью использования спортзалов, хореографического зала, тренажёрного зала, скалодрома.
3. Контроль за составлением расписания уроков, графика занятий, проводимых в рамках внеурочной деятельности, графика работы кружков и секций.
4. Контроль за обеспечением соблюдения требований к объёмам домашних заданий.
5. Контроль за включением вопросов валеологической направленности в рабочие программы по предметам.
6. Контроль за проведением динамических пауз и подвижных перемен.
7. Контроль за организацией и проведением внутришкольных соревнований по различным видам спорта.
8. Контроль за организацией и качеством горячего питания обучающихся.
9. Утверждение планов воспитательной работы классов в рамках программы.
10. Анализ результатов мониторинговых исследований.
11. Контроль за организацией и проведением занятий в кружках и секциях.
12. Контроль за повышением квалификации специалистов (курсовая переподготовка).