

2.4. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

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

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обеспечит:

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

Цель программы: формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Задачи формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- сформировать умения безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;
- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- развивать представления о природных сообществах как совокупности совместно обитающих, находящихся в тесной взаимосвязи организмов;
- формировать восприятия мира как единого целого, как системы, в которой взаимодействуют все объекты;

- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье, правилам личной гигиены, сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье, дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения.

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

Использование возможностей УМК «Перспектива» в образовательном процессе.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов УМК «Перспектива». Для формирования установки на безопасный, здоровый образ жизни в системе учебников предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание предоставляет возможность обсуждать с детьми проблемы, связанные с безопасностью и здоровьем, активным отдыхом.

В курсе «**Окружающий мир**» для формирования установки на безопасный, здоровый образ жизни в учебниках предусмотрены соответствующие темы и ориентиры в рубрике «За страницами учебника». Так, с 1 класса широко используется богатый здоровьесформирующий потенциал детских игр народов России. Во 2 классе – это повторяющаяся тема «Будь здоров!». В 3 классе в разделе «Дом как мир» эту задачу решает ряд тем («Детские игры – школа здоровья», «Строение тела человека», «Как работает наш организм», «Что такое гигиена», «Наши органы чувств», «Школа первой помощи», «Здоровью цены нет»). В 4 классе вопрос об охране здоровья рассматривается в темах, посвященных Конституции России и правам ребенка в разделе «Мы – граждане единого Отечества», и в разделе «Мы строим будущее России» (тема «Хороша честь, когда есть, что есть», посвященная продовольственной безопасности страны и производству экологически чистых продуктов сельского хозяйства как основы полноценного питания, необходимого для сохранения здоровья человека).

В курсе «**Технология**» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «**Физическая культура**» весь материал учебника (1–4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все подразделы книги, но особенно те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Использование возможностей УМК «Школа России» в образовательном процессе.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов УМК «Школа России».

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

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

При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «Английский язык» в учебниках “English 2-4” содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе (*Have you ever been on a picnic?* (3 кл.), подвижным играм (*We like playing games*), участию в спортивных соревнованиях (*Расспросите друг друга о том, какие виды спорта или игры удаются вам лучше других.* (2 кл.). *Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр (My favourite mascot. Кого бы вы хотели видеть в роли талисмана Олимпийских игр, которые будут проходить в России, в городе Сочи? (2 кл.). Олимпийские игры бывают летними и зимними. Какие из представленных ниже видов спорта летние, а какие зимние? (2 кл.). В курсе «Основы религиозных культур и светской этики» тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Ислам и наука» (№26-27 «Основы исламской культуры»), «Отношение к природе» (№13 «Основы буддийской культуры»), «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» (№26, 29 «Основы православной культуры») и др.*

В курсе «Физическая культура» весь материал учебника (1-4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

В течение учебного года проводятся:

- педагогические советы «Система работы школы по формированию здорового образа жизни и укрепления здоровья учащихся», «Здоровьесберегающее и здоровьеукрепляющее пространство школы»,
- совещания классных руководителей по темам «Здоровьесберегающий потенциал урока», «Домашнее задание и его нормы»,
- обучающие семинары «Использование здоровьесберегающих технологий в формировании ЗОЖ учащихся», «Формирование культуры здоровья», «Двигательная активность детей».

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

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

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

Организация физкультурно-оздоровительной работы.

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

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;

- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Оздоровительные физкультурные мероприятия применяемые в ходе учебного процесса:

1. Утренняя гимнастика. Общее руководство проведением гимнастики осуществляет дежурный учитель. Для проведения гимнастики в школе используется рекреации и классные комнаты. Учащиеся занимаются в течение 5 минут. Основной материал гимнастики – общеразвивающие упражнения.

2. Подвижная (динамическая) переменная. Подвижные переменные имеют большое оздоровительное значение в режиме дня учащихся и предполагают проведение подвижных игр на большой перемене. Игры – хороший отдых между уроками, они снимают чувство усталости, тонизируют нервную систему, улучшают эмоциональное состояние и повышают работоспособность.

3. Физкультминутки. Это проведение здоровьесберегающих минуток на уроках общеобразовательного цикла. Учащимся необходимы двигательные минутки на уроке, которые позволят им размять своё тело, передохнуть и расслабиться. В результате проведения физкультминуток восстанавливается энергия класса, внимание снова привлекается к учителю, дети снова чувствуют себя включённым в работу.

Оздоровительные физкультурные мероприятия, применяемые в ходе внеклассной работы:

- Проведение бесед в классах о режиме дня, правильном питании, здоровом образе жизни, значении спорта в жизни человека и др.,
- Организация наглядной агитации, выпуск листов здоровья,
- Профилактические беседы, встречи с представителями медицинских учреждений,
- Рейды «Чистый класс», «Внешний вид»,
- Встречи со спортсменами,
- Профилактические месячники «Внимание – лети!», «Месячник гражданской защиты»,
- Походы, прогулки, экскурсии,
- Проведение «Дня защиты детей Российской Федерации»,
- Организация профилактических конкурсов, акций,
- Уроки здоровья.(2 раза в месяц – уроки разрабатываются с учётом возрастных особенностей учащихся)
- Дни здоровья.
- Спортивные праздники и соревнования.

Спортивные соревнования, праздники являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы. Они содействуют сплочению детского коллектива, повышают физическую подготовленность учеников. Каждое соревнование проводится в соответствии с положением, в котором указываются цели и задачи соревнования, руководство, время и место проведения, участники, программа, условия проведения, форма заявки, порядок награждения лучших участников.

1. Спортивные соревнования «Весёлые старты».
2. Спортивные соревнования по спортивным играм.
3. Спортивный праздник «Мама, папа и я – спортивная семья».

Школа активно сотрудничает со спортивной школой города с целью повышения уровня спортивного мастерства учащихся: спортивная школа.

Реализация дополнительных образовательных программ

В школе создана и реализуется дополнительная образовательная программа «Школа – территория здоровье», направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Просветительская работа с родителями (законными представителями).

Сложившаяся система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований («Папа, мама, я – спортивная семья», «Взрослые + дети»);
- создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей, уголки здоровья в учебных кабинетах и рекреациях

Просветительская работа с родителями (законными представителями) включает:

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

Тематика бесед «Уроки для родителей»:

1. Что нужно знать о табаке и алкоголе ребёнку? Что полезно знать родителям?
2. Как добиться того, чтобы ребёнок вас понимал?
3. Как повысить самооценку ребёнка и почему это важно?
4. Как семейные ценности помогают противостоять давлению?
5. Как поведение родителей влияет на ребёнка?
6. Что такое «навыки противостояния давлению сверстников»?
7. Помогают ли семейные правила противостоять вредным привычкам?
8. Можно ли предупредить употребление табака и алкоголя от скуки или просто из любопытства?
- 9.

Тематика родительских собраний по укреплению здоровья школьников:

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых».
2. «На контроле здоровье детей».
3. «Подготовка к экзаменам. Как противостоять стрессу».
4. «Вопросы, которые нас волнуют».
5. «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования».
6. «Молоко - источник здоровья».
7. «Питание — основа жизни».

План организации оздоровительной работы.

| № | Мероприятия | Ответственный | Срок выполнения |
|----|---|--|---|
| 1. | Физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме рабочего дня: <ul style="list-style-type: none">• совещания на темы: «Реализация программы «Школа – территория здоровья», | Администрация, классные руководители, учителя- | В течение года Сентябрь Ежедневно |

| | | | |
|----|---|---|------------------------------------|
| | <p>«Двигательная активность детей», «Как воспитать в детях негативное отношение к вредным привычкам»;</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначение ответственных за проведение оздоровительных мероприятий в школе, проведение для них инструктажей; • проведение бесед в классах о режиме дня для школьника, о порядке проведения ФМ и подвижных игр на переменах; • организация утренней зарядки для учащихся школы | предметники физорги | |
| 2. | <p>Организация спортивной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • назначить физоргов в классах для подготовки команд; • составить расписание занятий секций и кружков; • подготовка команд по видам спорта, включенным в спартакиаду; | Классные руководители, учителя физкультуры | Сентябрь, в течение года постоянно |
| 3. | <p>Агитация и пропаганда:</p> <ul style="list-style-type: none"> • оформить уголок физической культуры, стенд нормативных показателей, расписание работы спортивных секций, график занятости спортивного зала; • выпуск информационных листов о проведении спортивных мероприятий. | Учитель физкультуры спортивная комиссия | Сентябрь в течение года |
| 4. | Подготовка физкультурно-спортивного актива. | Классные руководители, учителя физкультуры | В течение года |
| 5. | <p>Работа с родителями учащихся и педагогическим коллективом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • лекции для родителей на темы: «Распорядок дня и двигательный режим школьника», «Личная гигиена школьника», «Воспитание правильной осанки у детей»; • консультация для родителей по вопросам физического воспитания детей в семье; закаливания и укрепления их здоровья; • участие родителей в спортивных праздниках, Днях здоровья; • консультации для классных руководителей по планированию спортивно-оздоровительной деятельностью в классе | Администрация, классные руководители, учителя физкультуры | В течение года, Сентябрь-ноябрь |
| 6. | <p>Внеурочная работа в школе: См. план спортивно-массовых мероприятий</p> | Классные руководители, учителя физкультуры | В течение года |
| 7. | <p>Организационные и лечебно-профилактические работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • проверка санитарного состояния школы перед началом учебного года; • получение медицинской карты для учащихся 1 классов и вновь поступивших; | Администрация, ответственный за питание, руководитель ОБЖ, классные | В течение года |

| | | | |
|----|---|--|----------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • проведение витаминизации учащихся и педагогов; • организация и проведение медицинских осмотров; • анализ результатов медосмотров и доведение полученных данных до сведения родителей и учителей; • регулярное проведение профилактики детского травматизма. | руководители | |
| 8. | <p>Организация и проведение профилактического лечения в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • детей с заболеванием носоглотки; • детей с заболеваниями желудочно-кишечного тракта; • детей с нарушением функции зрения: <ol style="list-style-type: none"> 1) согласно рекомендации врача рассадить детей в классах; 2) соблюдение светового режима 3) контроль за ношением очков; <p>- регулярное проведение амбулаторного приема:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) беседа с родителями; 2) осмотр ребенка, назначение дополнительных методов обследования; 3) назначение лечения, дача рекомендаций; <ul style="list-style-type: none"> • контроль за уроками физкультуры: <ol style="list-style-type: none"> а) проверка санитарного состояния спортзала; б) соблюдение температурного режима, освещение, проветривание; в) наличие спортивной одежды у детей на уроках физкультуры; г) контроль за правильной осанкой, пульсом, дыханием учащихся; д) тренировка нервно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной системы; е) развитие физических качеств, поднятие эмоционального тонуса. | Классные руководители, учителя физкультуры | В течение года |
| 9. | <p>Санитарно-эпидемические работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • составление плана прививок; • обследование детей на гельминты и дегельминтизация нуждающихся; • проведение осмотра на педикулез; • контроль за санитарно - гигиеническими условиями обучения и воспитания учащихся, соблюдение режима в 1-х классах; • контроль за технологией приготовления пищи, мытьем посуды, сроками реализации скоропортящихся продуктов; бракераж готовой продукции; • осмотр сотрудников пищеблока на гнойничковые заболевания; регистрация осмотра в журнале; | Медицинские работники | В течение года |

| | | | |
|-----|---|---|----------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • регистрация инфекционных заболеваний в школе; осмотр детей, нуждающихся в контакте с инфекционными больными. | | |
| 10. | <p>Санитарно-просветительная работа:</p> <p>а) беседы, лекции для учащихся на тему: «Профилактика заболеваний», «Профилактика травматизма» и т.д.;</p> <p>б) выступление на педсоветах по вопросам: «Охрана здоровья», «Питание учащихся», «Профилактика травматизма в школе»;</p> <p>в) оформление уголка здоровья, выпуск санитарных бюллетеней;</p> <p>б) ознакомление с актами проверок; проведение бесед с техническим персоналом.</p> | Классные руководители, учителя физкультуры, медицинские работники | в течение года |

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

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

Первый этап - анализ состояния и планирование работы школы по данному направлению:

- организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактике вредных привычек;
- организации проводимой и необходимой для реализации программы просветительской работы школы с обучающимися и родителями (законными представителями);

Второй этап - организация просветительской, учебно-воспитательной и методической работы образовательной организации по данному направлению.

Просветительская, учебно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы мероприятий которые направлены на формирование экологической культуры обучающихся, ценности здоровья и здорового образа жизни;
- лекции, беседы, консультации по проблемам экологического просвещения, сохранения укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов и других активных мероприятий, направленных на экологическое просвещение, пропаганду здорового образа жизни.

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, включает:

- проведение соответствующих лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, педагогических советов по данной проблеме;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению природоохранных, оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательной организации экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем.

Организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, при чередовании обучения и отдыха включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудио-визуальных средств;
- индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям;
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ОВЗ.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности каждого педагога. 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 свое состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

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

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

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:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Работа с родителями (законными представителями) включает:

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

Критерии, показатели эффективности деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся

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

В школе регулярно проводится мониторинг состояния здоровья учащихся. в начале каждого учебного года классные руководители совместно с фельдшером школы и составляют «Паспорта здоровья класса», в котором указываются заболевания ребенка. Опираясь на этот документ, классный руководитель планирует профилактическую работу с учащимися. Работа классных руководителей строится по циклограмме: каждую вторую неделю месяца проводятся классные часы по здоровьесбережению, объединенные общей темой «Уроки здоровья».

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются:

- через анкетирование родителей и обучающихся
- в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

Критериями эффективности реализации программы является овладение обучающимися умениями:

- следовать социальным установкам экологически культурного, здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям), самостоятельно планировать его;
- сравнивать свое поведение с образцом, обращаться за помощью к взрослым, принимать её;
- оценивать соответствие мотива и результата поведения с позиции экологической культуры, взаимосвязи здоровья человека и здоровья природы.

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

Планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

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

Уровни форсированности экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни:

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

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

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

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

В целях получения объективных данных о результатах реализации программы и необходимости её коррекции в течение учебного года проводится систематический мониторинг достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Мониторинг реализации Программы должен включать:

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;
- отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;
- отслеживание динамики травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма;
- отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни;
- включение в публичный доклад школы обобщённых данных о сформированности у обучающихся представлений об экологической культуре, здоровом и безопасном образе жизни.

Процедура мониторинга состоит из внутренней и внешней оценки.

Внутренняя оценка. В конце учебного года анализируется динамика работы школы по реализации данной программы, формулируются выводы и вырабатываются практические рекомендации на будущий учебный год.

Внешняя оценка базируется на следующих показателях:

- высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной или региональной системе образования;
- отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;
- повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;
- снижение уровня социальной напряженности в детской и подростковой среде;
- положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей).

Школа несет ответственность за выполнение своей Программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни перед родителями учащихся и учредителем. Базовой задачей для педагогического коллектива школы-интернат в рамках Программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни становится развитие у обучающихся, воспитанников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) экологически ориентированного поведения, через координацию здоровьесберегающего воспитания в условиях школы.