

Отдел управления образованием комитета социального развития
администрации муниципального района «Каларский район»

Муниципальное общеобразовательное учреждение
Чарская средняя общеобразовательная школа № 1



Е.В. Савина
Е.В. Савина
от 08.04.2015г.

ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
НА СТУПЕНИ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

№ 25

Принят на педагогическом совете
Протокол № 6 от 30.03.2015г.

Программа формирования ценности здорового образа жизни обучающихся – это комплексная программа формирования знаний, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования составлена с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, 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).

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни является направляемая и организуемая взрослыми (учителем, педагогом-психологом, взрослыми в семье) самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены, правил экологического взаимодействия.

Однако, только знание основ здорового образа жизни, основ экологической науки не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

При выборе стратегии воспитания экологической культуры, культуры здоровья в младшем школьном возрасте необходимо, учитывая психологические и психофизиологические характеристики возраста, опираться на зону актуального развития, и исходя из того, что формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент работы образовательного учреждения, требующий соответствующей экологоориентированной, здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания.

Цель программы: формирование у обучающихся знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих развитие экологической культуры обучающихся, сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Основные задачи:

- сформировать у обучающихся представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить учащихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранить здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развивать готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном питании, его режиме, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление о негативных факторах риска здоровью детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществах, их влиянии на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки;
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья.

Организация работы МОУ ЧСОШ № 1 по формированию у обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни осуществляется в два этапа.

Первый этап — анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, в том числе по:

1. Организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек;
2. Организации просветительской работы школы с учащимися и родителями (законными представителями);
3. Выделению приоритетов в работе школы с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап — организация работы школа по данному направлению.

1. Просветительно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:
 - внедрение в систему работы школы дополнительных образовательных программ, направленных на формирование экологической культуры, ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;
 - лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду экологической культуры, здорового образа жизни;
2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников МОУ ЧСОШ № 1 и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, формирования их экологической культуры включает:
- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
 - консультация по вопросам приобретения для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
 - привлечение педагогов, медицинских работников, педагога-психолога и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий, спортивных соревнований, экологоориентированных акций.

Система работы на ступени начального общего образования по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни состоит из пяти взаимосвязанных блоков:

1. Здоровьесберегающая инфраструктура.

Здоровьесберегающая инфраструктура включает:

- соответствие состояния здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся;
- организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе и завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие необходимого и квалифицированного состава специалистов.

Ответственный	Деятельность	Планируемый результат
Заместитель директора по хозяйственной части	Осуществляет контроль за санитарно-гигиеническим состоянием всех помещений школы; организует соблюдение требований пожарной безопасности; создает условия для функционирования столовой, спортзала.	Обеспечение соответствия состояния здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи; Оснащение кабинетов, спортзала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем.
Заместитель директора по УВР	Разрабатывает построение образовательного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Контролирует реализацию ФГОС и учебных программ с учетом индивидуализации обучения. Организует работу по индивидуальным программам начального общего образования. Изучает ППО в области здоровьесбережения, экологической безопасности. Проводит коррекцию и контроль процесса формирования ЗОЖ обучающихся и педагогов. Разрабатывает рекомендации по валеологическому, экологическому просвещению обучающихся, учителей и родителей. Организует воспитательную работу, направленную на формирование у обучающихся ЗОЖ, на развитие мотивации ЗОЖ экологического сознания. Проводит коррекцию и контроль процесса формирования экологической культуры	Приведение УВП в соответствии с состоянием здоровья и физических возможностей обучающихся и учителей, организующих процесс обучения обучающихся. Наличие условий сохранения и укрепления здоровья как важнейшего фактора развития личности. Повышение валеологической и экологической грамотности учителей; наличие готовности у педагогов к экологической и валеологической работе с учениками и родителями.

	обучающихся и педагогов.	
Классный руководитель, учителя физкультуры	Осуществляет просветительскую и профилактическую работу с обучающимися, направленную на сохранение и укрепление здоровья, формирование экологической культуры школьника. Проводит диагностическую работу по результативности и коррекции валеологической и экологической работы	Формирование у обучающихся потребности ЗОЖ; формирование здоровой целостной личности, обладающей экологическим сознанием. Приоритетное отношение к своему здоровью: наличие мотивации к совершенствованию физических качеств; здоровая целости; личность. Наличие у обучающихся потребности ЗОЖ. Формирование экологической культуры.
Ответственный за организацию питания	Организует просветительскую работу по пропаганде основ рационального питания; входит в состав бракеражной комиссии осуществляет мониторинг количества питающихся.	Обеспечение качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков Формирование представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах
Медицинский работник (фельдшер)	Обеспечивает проведение медосмотров. Организует санитарно-гигиенический и противоэпидемический режимы: -ведет диспансерное наблюдение за детьми; - выполняет профилактические работы по предупреждению заболеваемости; -обучает гигиеническим навыкам участников образовательного процесса.	Формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и ЗОЖ формирование потребности ребенка безбоязненного обращения к врачу по любым вопросам состояния здоровья.
Педагог-психолог	Способствует формированию благоприятного психологического климата в коллективе: - занимается профилактикой детской дезадаптации; - пропагандирует и поддерживает здоровые отношения в семье	Создание благоприятного психозомоционального фона: развитие адаптационных возможностей; совершенствование коммуникативных навыков, качеств толерантной личности, развитие самопознания; формирование психологической культуры личности
Родители	Контролируют соблюдение требований СанПин. Участвуют в обсуждении совместной деятельности педколлектива, обучающихся, родителей по здоровьесбережению. Участвуют в совещаниях по подведению итогов по сохранению здоровья обучающихся.	Обеспечение результативности совместной работы семьи и школы

2. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся.

Задача: повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха;

Планируемый результат:

- Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся; использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям детей;
- Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа - деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования.

3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных

возможностей организма, сохранение и укрепления здоровья и формирование культуры здоровья, включает:

- полноценную и эффективную работу с учащимися всех групп здоровья;
- рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между уроками;
- организацию динамических перемен, физминуток 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 (дни спорта, осенние кроссы, соревнования по волейболу, баскетболу, пионерболу, праздники Дорожной азбуки, весёлые старты и т.д.)

4. Реализация дополнительных образовательных программ.

Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:

- внедрение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- проведение дней здоровья, часов здоровья, конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, классных часов;
- занятия в кружках и секциях;
- факультативные занятия;
- создание общественного совета по здоровью.

5. Просветительская работа с родителями.

Просветительская работа с родителями включает:

- лекции, семинары, консультации, индивидуальные беседы и т.д.;
- приобретение для родителей необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы учителей и родителей по проведению спортивных соревнований («Вместе мы – сила»), дней здоровья, поездок и экскурсий в природу, занятий по профилактике вредных привычек, классных часов о здоровом образе жизни и т.п.

Механизмы реализации программы

1. Создание группы педагогов по реализации программы (администрация, мед.работник, педагоги, педагог-психолог, классные руководители)
2. Оптимизация расписания уроков и внеурочной деятельности школьников.
3. Организация совместной деятельности школы и учреждений здравоохранения. Методы и методики, используемые при реализации программы: Лекционные занятия, Тренинги; Индивидуальные и групповые консультации; Тесты и анкетирование; Диспуты; Родительские лектории; Ролевые игры; Рефераты; Выпуск газет; листовок; Просмотр учебных фильмов; Экскурсии; Конкурсы; Спортивные мероприятия; Беседы; Путешествия; Спектакли; Викторины; Театрализованные представления.

Предполагаемые результаты реализации программы

1. Создание системы комплексного мониторинга состояния здоровья обучающихся.
2. Снижение количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний.

3. Снижение поведенческих рисков, представляющих опасность для здоровья.
4. Отсутствие или уменьшение количества детей, употребляющих табак, алкоголь, наркотики.
5. Обеспечение статистического учета, контроля и анализа на всех уровнях.
6. Совершенствование системы физического и экологического воспитания на основе реализации индивидуального подхода.
7. Обеспечение условий для практической реализации индивидуального подхода к обучению и воспитанию.
8. Повышение заинтересованности участников образовательного процесса в укреплении здоровья обучающихся.
9. Стимулирование внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.
10. Широкая пропаганда здорового образа жизни, физкультуры и спорта.
11. Улучшение состояния здоровья обучающихся, положительная мотивация на здоровье, улучшение их физического и психического состояния здоровья, а также их успеваемости.
12. Увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных кружках и секциях.
13. Изменение у всех субъектов образовательного процесса отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести ЗОЖ.
14. Повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективе.
15. Сокращение у педагогов и обучающихся: острых респираторных заболеваний; числа рецидивов хронических заболеваний; количества психоэмоциональных расстройств.
16. Повышение уровня обученности школьников и качества знаний.
17. Повышение информированности обучающихся по вопросам здоровьесбережения, экологической безопасности.

Оценка эффективности реализации программы.

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

1. Через анкетирование родителей и обучающихся.
2. Через психологические тестирования: в 1-3 классы - учебная мотивация, 4-ые классы - готовность к переходу в среднее звено.
3. В рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Развиваемые у обучающихся 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, формированием экологической культуры. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной и экологической направленности.

Критерии оценки эффективности ожидаемых результатов

- Наличие в образовательной программе предметов, направленных на повышение уровня знаний по здоровьесбережению, экологическому образованию.
- Количественный и качественный показатели участия школьников в городских и областных спортивных соревнованиях.
- Динамика изменений в состоянии психофизического и нравственного здоровья обучающихся.
- Уровень социальной и психологической адаптации обучающихся.

Формы представления результатов программы.

- Ежегодные аналитические отчеты о ходе реализации комплексно-целевой программы.
- Подготовка методических рекомендаций и разработок по проблеме здоровьесбережения формирования экологической культуры.

План мероприятий по реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

	Урочная деятельность	Внеурочная деятельность			Муниципальный уровень
		Классно-групповая работа	Совместно с родителями	Школьный уровень	
Учебный год	В течение учебного года: Изучение учебных дисциплин «Окружающий мир» «Физическая культура»	В течение учебного года: Утренняя зарядка, флэш-моб на переменных	В течение учебного года: Привлечение родительской общественности к мероприятиям, занятиям объединений, кружков и секций	В течение учебного года: Спортивные секции, кружки, обеспечивающие двигательную активность детей.	
Сентябрь	Вводные инструктажи по технике безопасности по всем предметам школьной программы	Вводные инструктажи по технике безопасности в школе	Беседы о безопасности детей на родительских собраниях	Спортивные соревнования «Веселые старты»	Участие в спортивных соревнованиях
Октябрь	Использование современных информационных и коммуникационных технологий	Интеграция работы кружков и объединений с учебными предметами Тематические классные часы: «Режим дня»	Привлечение родительской общественности к совместным мероприятиям учреждений дополнительного образования, культуры	Спортивный праздник «День здоровья»	
Ноябрь	Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для учащихся первого класса с целью обеспечения адаптации к новым условиям	Тематические классные часы: «Профилактика простудных заболеваний».	Тематические консультации для родителей учащихся по проблемам здорового образа жизни.	Конкурс рисунков «Если хочешь быть здоров!»	Участие в конкурсах по правилам безопасности дорожного движения
Декабрь	Внедрение современных научных достижений в области укрепления здоровья учащихся в практику учебно-воспитат. процесса	Оформление уголка здоровья Тематические классные часы: «Закрепление организма»	Тематические консультации для родителей учащихся 1-4 классов "Организация досуга детей".	Школьные олимпийские игры	Участие в конкурсе по противопожарной безопасности

Январь	Повторные инструктажи по технике безопасности по всем предметам школьной программы Мониторинг рациональности расписание уроков с соблюдением требований СанПиН	Повторные инструктажи по технике безопасности в школе. Проект «Здоровое питание» Тематические классные часы: «Культура питания»	Родительское собрание «Здоровье и вредные привычки»	Зимние старты	Участие в конкурсе исследовательских работ по здоровому образу жизни
Февраль	Мониторинг загруженности учащихся домашними заданиями	Беседа «Полезные и вредные привычки» Военно-спортивные соревнования «Вперёд, мальчишки!»	Походы выходного дня «Полезны везде и всегда солнце, воздух и вода»	Соревнования, посвященные 23 февраля	
Март	Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры	Тематические классные часы: «Мой друг - Мойдодыр» Конкурс «Наша зарядка»	Участие в конкурсе рисунков «Если хочешь быть здоров!»	Соревнования «Веселая спортландия»	
Апрель	Тематические уроки по профилактике травматизма в рамках учебных курсов	Путешествие по тропе здоровья Тематические классные часы: «Культура одежды»	Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»	Спортивный праздник	Участие в спортивных соревнованиях
Май	Тематические уроки «Человек и здоровье»	Участие в школьных спортивных праздниках, соревнованиях	Участие в школьных спортивных праздниках, соревнованиях	Спортивный праздник «Неразлучные друзья – взрослые и дети»	Кросс Победы

Ожидаемые результаты:

- знание о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- знание о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- знание о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья;
- знание о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье;
- знание об экологически разумном поведении в быту и природе, безопасном для человека и окружающей среды;
- знание о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;
- отрицательная оценка неподвижного образа жизни, нарушения гигиены, алкоголизма, табакокурения, наркомании, загрязнения природы и т. д.
- понимание влияния слова на физическое состояние, настроение человека;
- соблюдение правил гигиены и здоровьесозидающего режима дня;
- ведение подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятия спортом и т.п.).