

2.4. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни МБУ СОШ № 79.

2.4.1. Введение.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся в соответствии с определением Стандарта — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих 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.

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:

- 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, воспитателем, 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.

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

работы, рационального питания.

Одним из компонентов формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом реального состояния здоровья детей и факторов риска, имеющих место в МБУ СОШ № 79 .

Цель программы: обеспечить системный подход к созданию здоровьесберегающей среды, способствующей формированию личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья младших школьников, способствующей познавательному и эмоциональному развитию детей, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи программы:

1. формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
2. 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;
3. формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
4. формирование установок на использование здорового питания;
5. использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
6. соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
7. формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
8. становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
9. 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;
10. формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
11. формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Организация работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни осуществляется в два этапа.

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

· организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и

профилактике вредных привычек;

· организации просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями);

· выделению приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап — организация работы образовательного учреждения по данному направлению.

Принципы, которые легли в основу создания программы:

1. Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объёму предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка.
2. Учет возрастных особенностей обучающихся
3. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
4. Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
5. Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
6. Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
7. Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

В социализации личности особую роль играет культура как специфический способ организации и развития человеческой жизнедеятельности. В настоящее время считается признанным, что неотъемлемым компонентом общечеловеческой культуры является экологическая культура.

Формирование экологической культуры можно с полной уверенностью отнести к проблемам не только образовательной, но и социокультурной сферы, так как оно отражает стремление к пересмотру экологической парадигмы взаимодействия Человека и Природы. Успешность процесса во многом зависит от признания необходимости целенаправленной, научно организованной работы в данном направлении со всеми слоями и социальными группами общества, но в первую очередь, с миром Детства, от уровня культуры которого зависит судьба не только отдельной личности, но и всего человечества. В формировании экологической культуры особая роль отводится образованию, суть которого заключается не только в накоплении информации и обогащении знаний, но и в самом процессе формирования мировоззрения, убеждений и взглядов, своего рода модернизации, качественном преобразовании поведения человека. Вместе с тем образование, понимаемое как

созидание человека как *Человека*, предполагает, во-первых, усвоение систематизированных знаний, выработку необходимых умений и навыков; во-вторых, неотделимость процесса усвоения их от формирования духовного облика человека, его мировоззренческих и нравственных установок, ценностных ориентаций, т.е. идет рядом и совпадает с процессом воспитания.

Экологическое образование также включает в себя познавательную и воспитывающую составляющие, так как речь должна идти о воспитании экологически ответственной и творческой личности, ее активной гражданской позиции. Следовательно, экологическое образование, рассматривается как процесс не только усвоения экологических знаний, но и формирования мировоззрения и нравственной позиции личности. Эффективное экологическое образование сегодня стало жизненной необходимостью, что потребовало разработки соответствующих концепций и программ. Успешность данного образовательного процесса зависит от совокупности определенных педагогических условий, то есть тех условий, которые целенаправленно создаются, функционируют и развиваются на глубокой научной основе и позволяют сделать формирование экологической культуры более эффективным. В качестве таких условий можно выделить:

- учет возрастных особенностей учащихся;
- учет склонностей, интересов и потребностей школьников;
- единство познавательной и практико-преобразовательной деятельности;
- непрерывность экологического образования;
- разнообразие форм, методов и видов экологической деятельности.
- организация целенаправленного общения, взаимодействия с природой как особое условие, обеспечивающие формирование экологической культуры человека.

Реализация каждого из обозначенных условий должна происходить не по принципу обособления, а на основе интеграции и взаимодополнения друг другом.

Система дополнительного образования имеет преимущества в плане свободного выбора школьниками занятий по своему интересу, простора для индивидуальной работы с каждым ребенком через привлечение к самостоятельной исследовательской работе и раскрытие творческих способностей детей, не сумевших реализовать себя в школьном коллективе. Поэтому она представляет уникальную базу, в рамках которой реализация предложенных педагогических условий будет происходить наиболее эффективно и органично.

Мы, в свою очередь, подчеркиваем необходимость при формировании экологической культуры школьников единства социо-ориентированного и личностно-ориентированного подходов, что обеспечит не только формирование у школьников знаний, умений, навыков, но и ценностно-смысловое развитие личности, поддержку индивидуальности, а также будет способствовать включению школьников в решение экологических проблем. Это позволит говорить об активной личностной позиции по отношению к экологическим проблемам и об определенном уровне сформированности экологической культуры.

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

- Закон Российской Федерации «Об образовании»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010);
- 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.);
- Концепция УМК «Школа 2100».

Одним из приоритетных направлений деятельности нашего образовательного учреждения является сохранение и укрепление здоровья обучающихся, которая регламентирована Сан ПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в образовательных учреждениях», следующими локальными актами:

- Положение о порядке предоставления питания;
- Положение об организации питания;
- Положение о комиссии по предоставлению бесплатного, льготного питания, ежемесячных компенсационных денежных выплат на питание отдельным категориям обучающихся;
- Положение о Дне здоровья;
- Положение о психолого-педагогическом консилиуме.

Формирование у школьников осознанного отношения к собственному здоровью, устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни осуществляется в рамках программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни МБУ СОШ № 79, программы деятельности школы по сохранению и развитию здоровья учащихся «Школа – территория здоровья», программы по совершенствованию качества организации школьного питания, программы по профилактике травматизма, а также через учебные и внеурочные формы работы:

- предметы естественнонаучного цикла, физической культуры, технологии и ОБЖ;
- занятия внеурочной деятельностью;
- тематические классные часы;
- тематические общешкольные и классные родительские собрания;

Программы представляют собой систему мероприятий по следующим направлениям: оптимизация учебно-воспитательного процесса, экологическое ивалеологическое просвещение участников образовательного процесса, повышение двигательной активности, оздоровительные мероприятия, рациональная организация школьного питания. Программы носят долгосрочный характер, ежегодно проводится коррекция и вносятся дополнения.

2.4.2. Направления реализации программы.

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни может быть представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:

2.4.2.1.Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения.

В школьном здании создаются необходимые условия для сбережения здоровья учащихся.

Здоровьесберегающая инфраструктура школы включает:

- соответствие состояния и содержания 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 пищи;
- организация качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортивных площадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие помещений для медицинского персонала;
- наличие необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя физической культуры, психолог, медицинские работники).

В школе создана **материально-техническая база**, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся:

– два спортивных зала, имеется спортивная площадка, с необходимым игровым спортивным инвентарём. Это позволяет реализовать спортивные и физкультурные программы не только в урочное время, но и во внеурочных занятиях;

– медицинский кабинет (медицинский работник ведет профилактическую работу, согласно плану Министерства здравоохранения в школе проводится вакцинации учащихся, медицинские осмотры, контроль детей состоящих на диспансерном учете).

– кабинет педагога-психолога;

– школьная столовая на 275 мест;

- хорошая материально-техническая база пищевых блоков, холодильного и технологического оборудования;

- учебные кабинеты;

- 1 тренажерный зал;

- хореографический зал;

- игровая комната;

- игровая площадка.

Школьная столовая позволяет организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время. Реализуется Федеральная программа модернизации школьного питания в городском округе Тольятти. Цель программы: обеспечение здорового питания школьников в целях сохранения и укрепления их здоровья, а также профилактики заболеваний.

Используется современное технологическое оборудование, новые технологии приготовления пищи. Предлагается разнообразный ассортимент блюд и обогащенные продукты питания.

В школе работают оснащенные **спортивные залы**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём:

Козел гимнастический, конь гимнастический, сетка волейбольная- 3шт., мяч баскетбольный – 14 шт., мяч волейбольный – 14 шт., мяч футбольный – 14 шт., канат для лазанья, лыжи пластик -29 пар, ботинки лыжные -29 пар, теннисный стол -2 шт., беговая дорожка, брусья гимнастические, палатка, шведская стенка, беговая дорожка -1 шт., велотренажер – 1 шт., тренажер «Эллиптический» - 1 шт., мяч резиновый -16 шт. и пр.

В школе строго соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

В школе имеется 3 оснащенных компьютерных класса для обучающихся начальной школы.

1. Для реализации фронтальной работы возможно обучение на базе кабинета, оборудованного одним компьютером.

Обучение в этом случае проводится учителем начальной школы без деления класса на подгруппы.

Учитель должен владеть элементарными навыками работы с компьютером.

Общее время работы ученика с компьютером не должно превышать 15 минут.

Возможно использовать компьютер фрагментами по 2-3 минуты, распределяя время взаимодействия детей с компьютерными программами в режиме фронтальной деятельности на протяжении всего урока.

Для компьютерной поддержки уроков используются обучающие программы по русскому языку, литературному чтению, математике, окружающему миру, трудовому обучению и пр. («Компьютер и детство», «Кирилл и Мефодий»).

2. Для групповой формы обучения организована компьютерная поддержка в рамках одного урока без деления на группы в компьютерном классе.

Класс делится на бригады по 2-3 человека, для которых предусматривается рабочая зона. Работа регулируется учителем: один учащийся выполняет работу на компьютере в течение 5-7 минут.

Один раз в триместр необходимо проводить с учащимися инструктаж по правилам поведения в компьютерном классе.

Правила поведения обучающихся в компьютерном классе.

1). Входить и выходить из класса можно только с разрешения учителя.

2). Требуется занимать только то рабочее место, которое закреплено учителем за обучающимся.

3). Включать или выключать компьютер учащимся не разрешается.

3. Урок начинается с организационного момента, напоминания правил поведения в кабинете. Все токоведущие части устройств обращены к стене. Электропроводка оборудована специальными коробками. Кабинет оборудован устройством отключения электропитания. Оставлять детей в кабинете без учителя категорически воспрещается.

4. С целью профилактики зрительного утомления после работы рекомендуется проводить комплекс упражнений для глаз, что не исключает проведения физкультминуток.

Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов:

- педагог-психолог;
- 3 учителя физической культуры;
- медицинские работники;
- учителя школы.

2.4.2.2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся:

1. Рациональная организация учебного процесса, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерности функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

1.1 Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (домашние задания) учащихся на всех этапах обучения.

1.2 Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование методик, прошедших апробацию).

1.3 Введение любых инноваций в процессе только под контролем специалистов.

1.4 Строгое соблюдение всех требований к использованию средств обучения (специального оборудования и инвентаря) в соответствии с требованиями техники безопасности.

1.5 Рациональная и соответствующая требованиям организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера.

1.6 Индивидуализация обучения физической культуре (учет индивидуальных особенностей развития).

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального

напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учётом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях). Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, утвержденного директором школы, требованиями СанПиН, с учетом баллов ежедневной и недельной нагрузки обучающихся, исходя из имеющихся возможностей школы. В школе действует расписание, полностью соответствующее СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010).

1-е классы работают в режиме пятидневной учебной недели (в соответствии с требованиями ФГОС). Максимальное количество часов в неделю выдержано. Согласно требованиям СанПиН, обозначенным в ФГОС, вторник и четверг - самые работоспособные дни, соответственно нагрузка в эти дни выше, чем в остальные.

В 1 классе 3 часа физической культуры и 1 час реализуется за счет вариативной части и введен во внеурочную деятельность в спортивно-оздоровительное направление как динамическая пауза.

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

В учебном процессе педагоги применяют **методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся**. Педагоги используют приём самооценки результатов собственных достижений учащихся на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела, в результате обучения в том или ином классе начальной школы. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребенка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении.

В школе строго соблюдаются все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств. В школе есть компьютерный класс, оборудованный в соответствии с требованиями СанПиНа. Режим работы использования компьютерной техники и ТСО на уроках строго регламентирован.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности **индивидуальные особенности развития учащихся**: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий.

2.4.2.3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.

Комплексная программа по физическому воспитанию состоит из следующих разделов:

- Легкая атлетика.
- Гимнастика.

- Спортивные игры (баскетбол, пионербол, хоккей).
- Лыжная подготовка.
- Теоретические сведения.

Структура комплекса оздоровительных физкультурных мероприятий:

- утренняя гимнастика до начала занятий;
- проведение уроков физической культуры – 3 часа в неделю;
- динамическая пауза -2 часа в неделю (1 классы);
- проведение уроков физической культуры – 3 часа в неделю (2-4 классы);
- организацию подвижных перемен;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций – самбо, футбол, баскетбол, восточное единоборство «Нат-Ням»;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий:
 - «Дни здоровья» – *(1 раз в триместр)*;
 - «Весёлые старты», эстафеты – *(на каникулах)*;
 - соревнования по футболу, шахматам, минифутболу, стритболу, волейболу, баскетболу, «Самый сильный школьник»;
 - праздник «Папа, мама и я – спортивная семья», «Масленица»;
 - лыжные марафоны;
 - смотр физической подготовленности учащихся;
 - Дни здорового питания.

Гимнастика до занятий.

Проведение гимнастики осуществляет классный руководитель. Для проведения гимнастики в школе используются классы. Учащиеся занимаются в течение 10 минут. Проводят занятия учителя начальных классов, физорг класса (дежурный). Основной материал гимнастики – общеразвивающие упражнения без предметов.

Подвижная (динамическая) перемена (20 минут).

Подвижные перемены 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. Как правило, игры и развлечения несложные. Нужно использовать такие игры, правила которых разрешают детям, не нарушая хода, вступать в игру и выходить из неё.

Физкультминутки, или упражнения – энергизаторы.

Это проведение здоровьесберегающих минуток на уроках общеобразовательного цикла. Учащимся необходимы двигательные минутки на уроке, которые позволят им размять своё тело, передохнуть и расслабиться. Энергизаторы хороши тем, что предполагают активность разных анализаторов и актуализируют разные способности детей. В результате использование энергизатора восстанавливается энергия класса, внимание снова привлекается к учителю, дети, получившие улучшение психо-эмоционального состояния, снова чувствуют себя включённым в работу.

Физкультурно-оздоровительная работа в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

Физкультурно-оздоровительна	1. Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и	Повышение качества оздоровительной и спортивно-
-----------------------------	---------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------

я, спортивно-массовая работа	спорта. 2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье. 3. Всемирное развитие и содействие детскому и взрослому спорту и туризму.	массовой работы в школе: организация подвижных игр; соревнований по отдельным видам спорта; спартакиады, дни здоровья. Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми родителей.
------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Правильно организованная физкультурно-оздоровительная работа может стать основой рациональной организации двигательного режима школьников, способствует нормальному физическому развитию и двигательной подготовленности учащихся всех возрастов. Позволит повысить адаптивные возможности организма, а значит, станет средством сохранения и укрепления здоровья школьников.

2.4.2.4. Реализация дополнительных образовательных программ.

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни:

- Баскетбол;
- Футбол;
- Самбо;
- «Здоровье»;
- «Разговор о правильном питании»;
- «Здоровое питание-Здоровье нации»;
- ЮИД;
- «Мы – экологи».

В систему работы включены программы, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:

- внедрение в систему работы школы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.п.;

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий:

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья;
- факультативные занятия;
- проведение классных часов;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т.п.;
- организацию дней здоровья.

2.4.2.5. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

1. Повышение квалификации работников школы и уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья учащихся.

2. Проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье.

3. Приобретение необходимой научно-методической литературы.
4. Привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

МБУ СОШ № 79 стремится привлечь родителей (законных представителей) к вопросам формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

1. Ведётся просветительская работа:

- Лекции специалистов (психолог, врач, заместитель директора);
- Уроки духовно-нравственного содержания для родителей (проводит учитель по материалам учебников);
- Круглые столы, посвящённые проблемам охраны и укрепления здоровья детей;
- Родительские собрания:

«О реализации экспериментального проекта по совершенствованию школьного питания»;

«Перспективы развития школьного питания»;

«Основы формирования у ребенка навыков ЗОЖ»;

«Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребенка»;

«Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей»;

«Человек начинается с детства»;

«Трудные взрослые».

2. Проводятся дела с активным привлечением родителей (законных представителей) к совместной работе:

- «День здоровья» (родители помогают организовать различные соревнования и активно участвуют в них);
- «Весёлые старты» (кроме команд детей, выступает команда родителей);
- «Папа, мама, я — спортивная семья» (соревнуются семейные команды);
- выставка творческих работ (наряду с работами детей, представлены работы родителей);
- создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей..
- «Дни здорового питания».

2.4.2.6. Просветительно-воспитательная работа с учащимися:

1. Проведение лекций, бесед, консультаций по проблемам сохранения здоровья, профилактики вредных привычек.

2. Организация и проведение конкурсов, праздников, дня здоровья.

3. Создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей.

4. Пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная.

Основные направления просветительской и мотивационной работы

Направление деятельности	Задачи	Содержание
Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни. 2. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности. 3. Обеспечение условий для 	Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности

	мотивации и стимулирования здорового образа жизни	
Профилактическая деятельность	<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>Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; пропаганда культуры питания в семье.</p> <p>Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки классных комнат, школы; соблюдение санитарно-гигиенических требований.</p> <p>Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми.</p> <p>Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха.</p>

Примерное программное содержание по классам

Содержательные линии
1 класс. Владение основными культурно – гигиеническими навыками, я умею, я могу, сам себе я помогу, навыки самообслуживания, какая польза от прогулок, зачем нам нужно быть здоровым, спорт в моей жизни. Отношение к самому себе, к своему собственному здоровью правильный режим дня, зачем человеку нужен отдых, зачем нужен свежий воздух, спорт в моей жизни
2 класс. Мы за здоровый образ жизни, особенности физиологического и психологического здоровья мальчиков и девочек, основные способы закаливания, спорт в моей жизни, в моей семье, правила безопасного поведения.
3 класс. Осознанно о правильном и здоровом питании, витамины в моей жизни, правила оказания первой медицинской помощи, правила безопасного поведения.
4 класс. Спорт в моей жизни, нет вредным привычкам, роль физкультуры и спорта в формировании правильной осанки, мышечной системы, иммунитета, быть здоровым – это здорово!

2.4.2.7. Внедрение оздоровительных процедур в организацию учебного процесса.

1. Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках, секциях).
2. Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья учащихся.
3. Консультации логопеда, психолога.
4. Привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.
5. Деятельность социально – психологической службы школы

предполагает:

- Диагностику детей, имеющих трудности в обучении и отклонения в поведении;
- Диагностику адаптации учащихся первых классов к обучению в школе;
- Коррекционно-развивающие занятия с детьми, имеющими трудности в адаптации;
- Создание психологически комфортного климата в школе;
- Развитие коммуникативных способностей учащихся;
- Развитие социальной, социально – личностной сфер учащихся;
- Реализация принципов гуманизма, индивидуальности, заложенных в образовательной программе школы.
- Создание условий для развития личности;
- Повышение психологической культуры учащихся и их родителей.

2.4.2.8. Реализация возможностей используемых УМК в образовательном процессе. «Школа 2100».

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью Образовательной системы «Школа 2100», которая способствует созданию здоровосберегающей среды обучения; формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни.

В целях создания здоровьесберегающей среды Образовательная система «Школа 2100» обеспечивает организацию адаптационного периода обучения первоклассников в течение 2-х первых месяцев. Это способствует благоприятному вхождению ребёнка в школьную жизнь, позволяет провести необходимую коррекционную работу для подведения детей к единому стартовому уровню.

Учебники разработаны с учётом психологических и возрастных особенностей младших школьников, на основе принципа вариативности, благодаря этому закладывается возможность обучения детей с разным уровнем развития, возможность выстраивания дифференцированной работы, индивидуальных программ обучения, в том числе для так называемых правополушарных детей. Система заданий комплекта предоставляет учащимся реализовывать право на выбор, на ошибку, на помощь, на успех, тем самым способствуя созданию психологического комфорта при обучении.

Создание ситуаций выбора, разноуровневые задания позволяют каждому учащемуся обучаться на максимально сильном для него уровне, реализовать свои интересы и склонности, снимают излишнее эмоциональное и интеллектуальное напряжение, способствуют формированию положительных внутренних мотивов учения.

Образовательная система «Школа 2100» формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания учащимися начальных классов основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка. Учебники ориентируют педагога на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, психологического, нравственного и духовного здоровья. Каждый из учебных предметов вносит свой вклад в решение этой задачи.

Учебники курса «Русский язык» содержат задания, мотивирующие учащихся на здоровый образ жизни. Ряд заданий акцентируют внимание на физическом здоровье. Они даются на материале пословиц, текстов о спорте, занятиях физической культурой, режиме дня. (Например, составь устный рассказ о своём режиме дня; придумай упражнения для утренней зарядки и разучи их с друзьями; составь письменный рассказ о своих занятиях спортом и т.д.) При выполнении заданий на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Учебники русского языка несут особое отношение к слову, к языку своего народа, его

колориту и мудрости, духовно-нравственному содержанию. Задания помогают детям осваивать этикетные формы обращения и поведения. Обучение вежливому обращению, решению коммуникативных задач (в том числе отказ, просьба) способствует бесконфликтному выходу из ситуаций, нацеливает учащихся на выстраивание добрых отношений с людьми, на сохранение нравственного и психологического здоровья.

Учебники «**Литературное чтение**» содержат литературные тексты мастеров художественного слова, детских писателей, фольклорные произведения народов России, работая с которыми дети постигают простые и вечные истины добра, сострадания, сочувствия, любви к другим людям, к Родине. В процессе взаимодействия учащихся с художественными произведениями, которому помогают вопросы и задания, происходит не только интеллектуальное познание, но и самопознание, переосмысление читательских переживаний и перенос нравственных открытий в жизненный опыт. Возможность выбора заданий для реализации творческих способностей учащихся способствует созданию комфортной атмосферы и сохранению психологического здоровья учащихся. (Например: «Если захочешь, можешь нарисовать иллюстрации к произведению», «Сочини рассказ. Запиши его или нарисуй иллюстрации к нему», «Выучи стихотворение, которое тебе понравилось» и др.)

В курсе «**Окружающий мир**» выделяется раздел «Человек», где рассматриваются различные аспекты здоровья человека: «Человеку важно быть здоровым», «Основные условия здорового образа жизни», «Правила личной гигиены», «Эмоциональное состояние человека» и т.д. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении (например, темы: «Основные правила безопасного поведения на улице», «Отдых в семье», «Основные правила безопасного поведения дома», «Этика и культура поведения в обществе» и т.д.). Знакомство с организмом человека и функционированием основных систем органов позволяет акцентировать внимание учащихся на факторах, создающих угрозу здоровью (солнечные ожоги, курение, шум), вопросах личной гигиены и способах поддержания и укрепления здоровья (темы «Как нужно купаться и загорать», «Осанка и здоровье», «Как укрепить сердце», «Береги органы дыхания» «Береги зубы», и др.).

Курс «**Математика**» включает адаптационный период, обеспечивающий условия для развития каждого первоклассника. В учебнике для 1 класса этот период представлен системой развивающих заданий: часть заданий ориентирована на учащихся, плохо подготовленных к школе, часть заданий предназначена для сильных учащихся. Адаптационный период дает учителю возможность выстроить индивидуальные траектории развития первоклассников с учетом их подготовки и особенностей развития, выровнять уровень дошкольной подготовки учащихся и подготовить их к дальнейшему обучению, интенсивной учебной нагрузке.

Принцип вариативности и возможности выбора заданий активно используется на протяжении всего курса и обеспечивает дифференцированный подход в обучении, что позволяет каждому учащемуся обучаться на уровне, соответствующим его способностям, особенностям развития и склонностям.

Ряд заданий по математике задает образцы здорового образа жизни и имеет прикладной характер (например, подготовься к походу, что возьмешь, сколько будет весить твой рюкзак; составь диаграмму своего распорядка дня; выбери безопасный маршрут и рассчитай его и др.)

В курсе «**Английский язык**» широко представлены задания, направленные на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, на воспитание толерантного отношения к другим народам и культурным традициям.

В курсе «**Технология**» формируются первоначальные представления о созидательном и нравственном значении труда в жизни человека и общества; о мире профессий и важности правильного выбора профессии; навыки самообслуживания; первоначальные навыки

совместной продуктивной деятельности, сотрудничества, взаимопомощи, планирования и организации. На уроках технологии особое значение уделяется освоению учащимися правил безопасной работы с инструментами и приспособлениями.

Учебники **музыки и изобразительного искусства** помогают решать задачи духовно-нравственного здоровья учащихся, творческого отношения к жизни. Обучение строится на основе лучших культурно-исторических и национально-культурных традиций народов России.

Курс «**Основы духовно-нравственной культуры и светской этики**» способствует формированию у младших школьников мотивации к осознанному нравственному поведению, формированию нравственных ориентаций в связи с религиозно-культурным просвещением учащихся; способствует развитию ценностного отношения к духовному наследию своего народа. Особое место в курсе уделяется знакомству с нравственными, моральными нормами и правилами, выработанными обществом. В учебниках это иллюстрируется примерами из мировой и русской классической литературы. Система заданий на создание ситуаций предлагает учащимся сделать свой нравственный выбор, проанализировать согласовывается ли этот выбор с реальными делами в классе и дома.

В курсе «**Физическая культура**» весь материал учебников способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. Особое внимание уделяется освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приёма пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Вопросы и задания Образовательной системы «Школа 2100» помогают учащимся критически оценивать собственные и чужие поступки, осознавать ценность человеческой жизни, знакомиться с национальными ценностями и национальными духовными традициями, осознавать необходимость взаимопомощи, уважения к родителям, заботы о младших и старших, ответственности за другого человека, осознавать значимость усилий каждого для благополучия и процветания Родины. Учебно-методический комплект даёт возможность пропагандировать здоровый образ жизни и нацеливать учащихся на укрепление собственного физического, психологического, нравственного и духовного здоровья.

Особое значение в реализации программы «Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни» имеют **социальные проекты**. В комплекте учебников «Школа 2100» проектная деятельность учащихся выступает как основная форма организации внеурочной деятельности школьников. Именно во внеурочной деятельности наиболее успешно может быть организована среда для реальной самостоятельной деятельности учащихся, в которой только и может происходить самоопределение, осуществляться морально-нравственный выбор не на словах, а на деле.

Проектная деятельность влияет на формирование *личностных* результатов учащихся, так как требует проявления личностных ценностных смыслов, показывает реальное отношение к делу, людям, к результатам труда и др.

2.4.2.9. Оценка эффективности реализации программы

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.

Школа выявляет и оценивает состояние здоровья учащихся на основании анализа результатов медицинских осмотров, посещаемости занятий на основании медицинских справок, результатов анкетирований, бесед с классными руководителями, используется ПТК «Результат образовательного процесса» (авторы д. п. н. Б. И. Канаев, Д. Б. Канаев)

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников начальной школы, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых

ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения детей.

Показателем успешности проводимой физкультурно-массовой и оздоровительной работы будут являться:

- положительная динамика участия в массовых спортивных акциях и соревнованиях;
- снижение количества пропущенных уроков из-за болезни.
- Снижение или отсутствие травматизма.

В качестве содержательной и критериальной базы оценки выступают *планируемые личностные результаты обучения*:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления о взаимообусловленности физического, нравственного, социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
- первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
- первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.

Оценка и коррекция развития этих и других личностных результатов образовательной деятельности обучающихся осуществляется в ходе постоянного наблюдения педагога в тесном сотрудничестве с семьей ученика.

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

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений учащихся, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: суждения родителей, самооценочные суждения детей.

В качестве содержательной и критериальной базы оценки выступают планируемые личностные результаты обучения:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления о взаимообусловленности физического, нравственного, социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
- первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
- первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.
- оценка и коррекция развития этих и других личностных результатов образовательной деятельности обучающихся осуществляется в ходе постоянного наблюдения педагога в тесном сотрудничестве с семьей ученика.

Модель здоровья школьника

<i>Здоровье физическое</i>	<i>Здоровье социальное</i>	<i>Здоровье психическое</i>
----------------------------	----------------------------	-----------------------------

Совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.	Моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «я», самоопределение.	Высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя моральная сила, побуждающая к действию.
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------

Главное условие для успешного решения оздоровительной программы — воспитание соответствующей культуры у педагога и ученика:

- культуры физической (управление движением);
- культуры физиологической (управление процессами в теле);
- культуры психологической (управление своими ощущениями, внутренним состоянием);
- культуры интеллектуальной (управление мыслительным процессом и размышлениями).

Планируемые результаты

Направление	Планируемые результаты
Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни	1. У учащихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей. 2. Учащиеся имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека. 3. Учащиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности. 4. Учащиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества. 5. 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	1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях). 2. 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.

Личностные УУД	Регулятивные УУД	Коммуникативные УУД
1. Оценивать важность бережного отношения к здоровью, к природе. 2. Понимать важность ЗОЖ, красоты природы, творчества. 3. Вырабатывать правила поведения, способствующие преодолению конфликтов.	1. Определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий. 2. Использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя.	1. Оформлять мысли в устной, письменной речи, с применением ИКТ. 2. Отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. 3. Критично относиться к собственному мнению. 4. Организовывать учебное взаимодействие в группе. 5. Предвидеть последствия коллективных решений.

2.4.2.10. Характеристика состояния здоровья контингента учащихся и факторы риска.

Ежегодно собирается информация по характеристике контингента учащихся 1-4 классов по следующим параметрам:

1. Группа здоровья.
2. Физкультурная группа.
3. СМГ.
4. Часто-болеющие учащиеся.
5. Нарушение зрения.
6. Нарушение осанки.
7. Посещение спортивных секций.
8. Организация питания.

2.4.2.11. Здоровьесберегающее пространство школы органично дополняется **сетевым взаимодействием**: Городская клиническая поликлиника №1, №3, ЗАО КШП «Дружба», ГОУ ДПО РСПЦ, «Оздоровительно-профилактический центр» и др.

Управление по сохранению развития и здоровья в образовательном процессе предусматривает:

1. осмысление направлений деятельности всеми субъектами образовательного процесса;
2. поэтапный анализ реализации направлений деятельности;
3. создание организационных условий для реализации мероприятий.

Главные результаты:

1. Сохранение и развитие здоровья учащихся.
2. Снижение уровня общей заболеваемости детей.
3. Социальная адаптация (средствами образования) детей с проблемами в развитии и ограниченными возможностями здоровья; детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.

2.4. 2. 12. Деятельность школы по сохранению и развитию здоровья.

1. **Совершенствование нормативно- правовых условий, сохранение и развитие здоровья учащихся.**

№ п/п	Наименование содержания	Сроки	Ответственные
1	Анализ состояния здоровья учащихся. Оформление отчета о состоянии здоровья учащихся в школе. Обновление банка данных о заболеваемости учеников.	В течение года	Зам. директора по УВР Качанова Е. А., учитель Ахмерова Э. Р.
2	Утверждение режима питания.	Сентябрь	Зам. директора по УВР Качанова Е. А.
3	Составление социологических карт по классам	Сентябрь	Социальный педагог, классные руководители
4.	Составление индивидуальных учебных планов для учащихся, обучающихся на дому.	В течение года	Учителя-предметники
5	Диспансеризация учащихся	В течение года	Медицинская сестра, врачи поликлиники
6	Учет посещаемости	Постоянно	Зам. директора, социальный педагог, кл. руководители.
7	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Кл. руководители, мед. работник.
8	Организация работы спортивных секций, кружков.	Сентябрь	Зам. директора, учителя физической культуры.
9	Организация занятий с будущими первоклассниками	Январь- апрель	Зам. директора
10	Рейды	По отдельному плану	Зам. директора, совет старшеклассников
11	Обеспечение учащихся горячим питанием	В течение года	Зам. директора
12	Физическое воспитание	В течение года	Учителя физической культуры, кл. руководители.
13	Экологизация образования	В течение года	Зам. директора, учителя начальных классов
14	Проведение динамических пауз в 1-х классах	В течение года	Учителя начальных классов
15	Проведение подвижных перемен.	В течение года	Учителя начальных классов
16	Проведение инструктажей по ТБ	В течение года	Директор, зам. директора, кл. руководители.
17	Организация работы экологического кружка	Сентябрь	Зам. директора, учитель биологии
18	Проведение классных часов в соответствии с комплексной программой «Здоровье»	В течение года	Кл. руководители
19	Родительские лектории «Как сберечь здоровье школьника».	2 раза в год	Зам. директора, кл. руководители
20	Консультации для родителей	В течение года	Зам. директора, кл. руководители, мед. работник.
21	Неделя ЗОЖ	Декабрь	Валеолог, учителя

		биологии, физической культуры, кл. руководители
22Медосмотр педагогов	В течение года	Зам. директора
23Озеленение	В течение года	Зам. директора по АХЧ, кл. руководители
24Дни здоровья	1 в триместр	Зам. директора
25Организация летней оздоровительной площадки	Май, июнь	Зам. директора, начальник лагеря.
26Профилактические прививки	По графику	Мед. сестра
27Профилактика близорукости, сколиоза, соблюдение режима проветривания	Постоянно	Учителя
28Организация встреч с мед работниками, работниками общественного питания, психологами.	В течение года	Зам. директора
29Создания уголка здоровья	Сентябрь	Кл. руководители
30Конкурсы	В течение года	Зам. директора, учителя биологии, кл. руководители.
31Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся	В течение года	Учителя

2. Создание комплекса управленческих условий.

№ п/пНаименование содержания	Сроки	Ответственные
1Организация оздоровительных режимных моментов в организации занятий в первой половине дня (зарядка, физкультминутки, подвижные перемены)	Ежедневно	Зам. директора
2Организация учебных занятий с исключением факторов, негативно влияющих на здоровье учащихся Неподвижная поза, отсутствие живых чувственных ощущений, преобладание словесно-информационного принципа учебного процесса	Ежедневно	Зам. директора
3Составление расписания уроков, предусматривающее чередование предметов с высоким баллом по шкале трудности с предметами, которые позволяют частичную релаксацию учащихся.	Сентябрь	Заместитель директора по УВР Качанова Е. А.
4Составление расписания второй половины дня.	Сентябрь	Заместители директора по УВР, ВР
5Своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья учащихся и условиях, способствующих сохранению и развитию здоровья.	1 раз в полугодие	Директор, зам. директора, медсестра.

6Мониторинг физического здоровья	1 раз в год	Медсестра, учитель Ахмерова Э. Р.
7Анализ состояния здоровья вновь поступивших.	В течение года	Медсестра, учитель Ахмерова Э. Р.
8Проведение общешкольных родительских собраний по актуализации ценности здоровья	1 раз в год	Директор, зам. директора, кл. руководители.
9Проведение проблемных семинаров	1 раз в год	Зам. директора.
10Проведение обучающих семинаров	В течение года	Зам директора
11Формирование программ мониторинга, направленных на изучение реализации принципов диалогизации, проблематизации, индивидуализации.	В течение года	Зам. директора
12Поддержание надлежащих санитарно-гигиенических условий.	В течение года	Директор, зам директора по АХЧ
13Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам директора по УВР
14Издание приказов	В течение года	Директор
15Составление графика работы тех. персонала.	Сентябрь	Зам директора по АХЧ
16Соблюдение воздушного и светового режима	Постоянно	Зам директора по АХЧ
17Обеспечение готовности школьных помещений	Постоянно	Зам директора по АХЧ
18Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности	Постоянно	Зам директора по АХЧ
19Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Зам директора по АХЧ, учителя физической культуры
20Организация ремонта	Летний период	Зам директора по АХЧ
21Регулярное проведение учебных пожарных тревог	По графику	Директор, зам. директора.
22Приобретение оборудования, средств.	Постоянно	Зам директора по АХЧ
23Приобретение медицинских аптечек в классы	Сентябрь	Классные руководители, родители

3. Формирование информационно- экспертных условий с целью обеспечения эффективности управления образовательным процессом по сохранению здоровья учащихся.

№п/пНаименование содержания	Сроки	Ответственные
1Развитие системы информирования субъектов образовательного процесса по вопросам сохранения и развития здоровья.	В течение года	Директор, заместитель директора.
2С целью контроля сохранения и развития здоровья учащихся:	В течение года	Зам. директора

1. организация исследований, опросов, анкетирования; 2. анализ способов и форм доведения информации до родителей; 3. анализ использования информационного обеспечения для создания здоровьесберегающих условий; 4. анализ качества педагогических условий, обеспечивающих сохранение и укрепление психофизического здоровья.		
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--

4. Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Месяц Мероприятия	Ответственный
Сентябрь Туризм спортивный Л/а кросс Кросс наций День здоровья	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры
Октябрь Мероприятия на каникулах: Веселые старты 1 кл. Веселые старты 2 кл. Осенний кросс 3 кл. Осенний кросс 4 кл. Минифутбол 5 кл. Пионербол 6-7 кл. Стритбол 8 кл. Волейбол 9-11 кл. Мониторинг физической подготовленности учащихся	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры Ахмерова Э. Р.,
Ноябрь Гандбол Показательные выступления юных самбистов	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры Иванов Г. И.
Декабрь День здоровья	Долгова Р. Р.
Январь Шахматы Спортивные эстафеты	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры
Февраль Волейбол Лыжня России Лыжный марафон Масленица	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры
Март Баскетбол	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р.

День здоровья	Учителя физической культуры
Апрель Спортивное ориентирование Мониторинг физической подготовленности учащихся	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры Ахмерова Э. Р.,
Май Л/а Эстафета	Зам. директора по ВР Долгова Р. Р. Учителя физической культуры
В течение года Утренняя гимнастика Физкультминутки Динамическая пауза (1 кл) Подвижные перемены Подвижные игры Конкурс « Спортсмен года»	Учителя начальных классов Учителя физической культуры

Обучающиеся школы активно принимают участие в традиционных спортивных городских мероприятиях: Всероссийский «Кросс Наций», Всероссийские соревнования «Лыжня России», «Зимний мяч», «Кожаный мяч», в муниципальном этапе «Президентских спортивных игр», в предметных олимпиадах по физической культуре.

Учебный год	Количество учащихся занимающихся в спортивных секциях
2010-2011	346
2011-2012	236
2012-2013	330

В рамках внедрения ФГОС для учащихся 1-4 введены образовательные программы внеурочной деятельности:

- Динамическая пауза;
- «Цветок здоровья»;
- «Азбука общения»;
- «Музыка и движение»;
- Мини- баскетбол;
- Футбол;
- Самбо;
- «Я –пешеход и пассажир»;
- ЮДП

МБУ СОШ № 79 стремится привлечь родителей (законных представителей) к вопросам формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

1. Ведётся просветительская работа:

— Лекции специалистов (психолог, врач, заместитель директора);

— Уроки духовно-нравственного содержания для родителей (проводит учитель по материалам учебников);

— Круглые столы, посвящённые проблемам охраны и укрепления здоровья детей;

— Родительские собрания:

«О реализации экспериментального проекта по совершенствованию школьного питания»;

«Перспективы развития школьного питания»;

«Основы формирования у ребенка навыков ЗОЖ»;

«Атмосфера жизни семьи как фактор физического и психического здоровья ребенка»;

«Профилактика вредных привычек и социально обусловленных заболеваний у детей»;

«Человек начинается с детства»;

«Трудные взрослые».

2. Проводятся дела с активным привлечением родителей (законных представителей) к совместной работе:

- «День здоровья» (родители помогают организовать различные соревнования и активно участвуют в них);

- «Весёлые старты» (кроме команд детей, выступает команда родителей);

- «Папа, мама, я — спортивная семья» (соревнуются семейные команды);

- выставка творческих работ (наряду с работами детей, представлены работы родителей);

- создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей..

- «Дни здорового питания».

В целях осуществления медицинского обеспечения учащихся, проведения профилактических мероприятий, направленных на охрану и укрепление здоровья школьников, работает медицинский кабинет (с 8.30 до 16.00 час.). Приём проводят врач-педиатр (1 раз в неделю) и медицинская сестра дошкольно-школьного отделения, которые осуществляют контроль за организацией образовательного процесса, питания и физического воспитания школьников, соблюдением санитарно-гигиенического режима в школе.

В МБУ СОШ № 79 работает столовая на договорной основе с ЗАО КШП «Дружба». Организация школьного питания осуществляется в соответствии с Приказом по школе «Об организации школьного питания», приказом «О создании бракеражной комиссии». Система мер, осуществляемых в рамках участия школы в Федеральном экспериментальном проекте по совершенствованию организации школьного питания, позволила увеличить охват горячим питанием в 2013-2014 учебном году до 79% (2012-2013 - 72%).

С февраля 2011 года МБУ СОШ № 79 приступила к реализации образовательной программы «Разговор о правильном питании» совместно с СИПКРО.

Это образовательная программа для школьников, направленная на формирование основ ЗОЖ и культуры питания, инициатором которой выступает компания «Нестле Россия», а авторами являются директор Института возрастной физиологии, академик Российской Академии Образования М. Безруких, к.б.н. Т. Филиппова, к.п.н. А. Макеева.

Основой любой деятельности, в том числе, направленной на сохранение здоровья учащихся, является мониторинг.

Мониторинг осуществляется по трем основным направлениям.

	Уровень заболеваемости	Уровень охвата	Уровень подготовленности	физической
--	-----------------------------------	---------------------------	-------------------------------------	-------------------

		учащихся горячим питанием	
2010-2011	2,76%	71%	Низкий уровень – 8,6% Средний уровень – 80% Высокий уровень – 11,4%
2011-2012	1,68%	72%	Низкий уровень – 13% Средний уровень – 79% Высокий уровень – 8,4%
2012-2013	2,04%	72%	Низкий уровень – 11,8% Средний уровень – 79% Высокий уровень – 9%
2013-2014		79%	

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.

Школа выявляет и оценивает состояние здоровья учащихся на основании анализа результатов медицинских осмотров, посещаемости занятий на основании медицинских справок, результатов анкетирований, бесед с классными руководителями, используется ПТК «Результат образовательного процесса» (авторы д. п. н. Б. И. Канаев, Д. Б. Канаев), методические рекомендации для педагогов и руководителей образовательных учреждений «Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности» (Ю. В. Науменко).

Основные результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся не подлежат итоговой оценке индивидуальных достижений выпускников начальной школы, однако оцениваются в рамках мониторинговых процедур, в которых ведущими методами являются: экспертные суждения (родителей, партнёров школы); анонимные анкеты, позволяющие анализировать (не оценивать) ценностную сферу личности; различные тестовые инструменты, созданные с учётом возраста; самооценочные суждения детей.

Физическое здоровье обучающихся определяется по результатам ежегодного профилактического осмотра медицинскими специалистами, физическая подготовленность – педагогами школы.

Сформированность ценностного отношения к своему здоровью определяется на основе анализа посещения учащимися спортивно-массовых мероприятий, спортивных секций, уровня охвата горячим питанием.

Два учителя школы получили сертификаты по целевой программе «Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе, два учителя имеют удостоверение о повышении квалификации по дополнительной профессиональной программе «Современные подходы к организации школьного питания: эффективные концепции и технологии».

В МБУ СОШ № 79 на уроках применяются различные здоровьесберегающие технологии:

- медико-гигиенические;
- физкультурно-оздоровительные;
- экологические;
- технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- организационно-педагогические;
- психолого-педагогические;
- учебно-воспитательные.

