

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

Пояснительная записка.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся – это комплексная программа формирования представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды, 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 общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программ формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся в МОУ «Ясенковская ООШ» на ступени образования являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании» (от 10.07.1992 г. №3266-1);
- Федеральный государственный образовательный стандарт общего образования (от «6» октября 2009 года № 373)
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно – эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление от 29.12.10 г. № 189, зарегистрировано в Минюсте 03.03.2001 г. № 19993) (Вводятся в действие с 01.09.2011 г.);
- Рекомендации по использованию компьютеров в 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 общего образования (2009 г.);

На протяжении работы школы, приоритетным направлением работы педагогического коллектива является сохранение и укрепление здоровья школьников, формирование здоровьесберегающей среды, обеспечение безопасности и формирование экологической культуры обучающихся.

Цель программы: создание здоровьесберегающей среды, экологической культуры, способствующей развитию личности школьника посредством формирования условий, способствующих здоровому и безопасному образу жизни, саморазвитию и самовыражению ребёнка, использованию интерактивных методов обучения здоровью. Сохранение и укрепление здоровья детей, создание оптимальных внешнесредовых условий в школе и дома и рациональная организация труда и отдыха школьников (здоровьесберегающая методика).

• **сформировать представление** о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотре телепередач, участия в азартных играх;

• **дать представление** с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т.п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков, и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

• **сформировать представление** об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

• научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать свое здоровье;

• сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

• **сформировать представление** о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

• **формирование представлений** основ экологической культуры в процессе ознакомления с миром через практическую деятельность с живыми объектами, наблюдения, опыты, исследовательскую работу, формирование адекватных экологических представлений, т.е. представления о взаимосвязях в системе «Человек - природа» и в самой природе;

• **обучить элементарным навыкам** эмоциональной разгрузки (релаксации);

• **сформировать** навыки позитивного коммуникативного общения;

• **научить обучающихся делать** осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

• **сформировать потребность** ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;

• **разработка содержания**, способов активизации механизмов развития экологической культуры младших школьников посредством их вовлечения в практическую учебную и исследовательскую деятельность;

• **разработка непосредственных приемов**, способов активизации механизмов развития экологической культуры младших школьников посредством их вовлечения в практическую учебную деятельность

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обеспечивает решения следующих **задач на ступени общего развития:**

• пробуждение в детях заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к своему здоровью) путём соблюдения правил здорового и безопасного образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;

• формировать у ребёнка позиции признания ценностей здоровья;

• развивать чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья;

• формирование установок на использование здорового питания;

• формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;

• учить радоваться и видеть красоту жизни;

• использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;

• соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;

• формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

• становление умений противостояния вовлечению в табако-курение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

• формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

• формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;

• формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;

• расширять знания и навыки по экологической культуре;

• формировать личность; живущую по законам ЗОЖ.

Целостность системы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся включает:

- системность деятельности по вопросам здоровья сбережения (отражены в основной образовательной программе образовательного учреждения, уставе и локальных актах образовательного учреждения направлений деятельности, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, безопасный образ жизни обучающихся);

- взаимодействие образовательного учреждения с органами исполнительной власти, правоохранительными органами, научными учреждениями, учреждениями дополнительного образования детей, культуры, физической культуры и спорта, здравоохранения и другими заинтересованными организациями по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни обучающихся;

- преемственность и непрерывность обучения здоровому и безопасному образу жизни (здоровью) на различных ступенях, уровня образования;

- комплексный подход в оказании психолого-педагогической, медико-социальной поддержки различных групп обучающихся;

- непрерывность отслеживания сформированности здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

Рациональная организация образовательного процесса содержит:

- включение в основную профессиональную образовательную программу учебных модулей по формированию экологической культуры, здоровому и безопасному образу жизни;

- реализацию дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование ценности здоровья и образа жизни, могут быть реализованы как в урочной (аудиторной), так и во внеурочной (внеаудиторной) деятельности;

- наличие и реализация проектов (Целевая программа «Здоровье») здоровьесберегающей направленности;

- соблюдение норм СанПиН, предъявляемых к организации образовательного процесса (объём нагрузки по реализации основных и дополнительных образовательных программ, время на самостоятельную учебную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей обучающихся в двигательной активности), в том числе при введении внеурочной деятельности;

- использование форм, методов обучения и воспитания, педагогических технологий, адекватных возрастным возможностям и особенностями обучающихся, воспитанников;

- использование в образовательном процессе здоровьесберегающих приёмов, методов, форм, технологий;

- соблюдение норм двигательной активности при организации образовательного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил;

- соблюдение здоровьесберегающего режима обучения и воспитания, в том числе при использовании технических средств обучения, информационно-коммуникационных технологий, в соответствии с требованиями санитарных правил;

- учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся при организации образовательного процесса;

- обеспечение благоприятных психологических условий образовательной среды (демократичность и оптимальная интенсивность образовательной среды, благоприятный эмоционально-психологический климат, содействие формированию у обучающихся адекватной самооценки, познавательной мотивации).

Заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание тем 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 ребёнка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребёнка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребёнка в природном и социальном окружении. Система обучения формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы в программах по «Обществознание», «Физическая культура». Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с экологической культурой, безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

В школе строго соблюдают 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 – не более 15 минут.

В школе работает столовая-догоготовочная, позволяющая организовывать горячее питание в урочное время. Горячим питанием охвачены все учащиеся начальных классов школы. Меню меняется каждый день в течение недели.

В школе работает оснащенный спортивный зал, возле школы находится школьный стадион. Это позволяет реализовать спортивные и физкультурные программы не только в урочное время, но и во внеурочных занятиях.

Планируемые результаты формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни:

- 1) формирование заинтересованного отношения к ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью, различными действиями;
- 2) о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- 3) использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом возрастных, физических и психологических и иных способностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- 4) повышение уровня информированности о негативных социальных, природных явлениях, факторов риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- 5) усилению личных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;
- 6) наличие навыков решения жизненных проблем, поиска, восприятия и оказания социальной поддержки в сложных жизненных ситуациях, понятия ответственности за собственное поведение, эффективности общения.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни должна обеспечивать:

- 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 своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём 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 учётом 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 ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- 10) формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;

11) формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Успех экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни зависит от использования разнообразных форм работы, их разумного сочетания.

Первое важное условие – экологической культуры воспитания учащихся проводится в системе, с использованием местного краеведческого материала, с учётом преемственности, постепенного усложнения и углубления отдельных элементов.

Второй непременное условие - активное вовлечение младших школьников в посильные для них практические дела по охране местных природных ресурсов. Таких дел очень много: это внутреннее и внешнее озеленение школы, сквера, уход за цветниками, сбор плодов и семян луговых и древесно-кустарниковых растений, охрана и подкормка птиц и т.д.

Существуют различные технологии экологической культуры воспитания:

- 1) Исследовательские (изучение состава воздуха, состояния воды, почвы и др.);
- 2) Проектные (разработка и реализация различной степени сложности проектов, т.е. использование метода проектов);
- 3) Конкурсные (выставки плакатов, рисунков, «Окно в природу», проведение экологических олимпиад и др.);
- 4) Игровые (эко – случай, подвижные игры, ролевые игры, игры – драматизации и др.);
- 5) Познавательные (лекции, семинары, «круглые столы», анализ научной литературы, дебаты, экскурсии, походы и др.);
- 6) Продуктивные (практические) (посадка цветов, деревьев, озеленение школьных кабинетов и др.).

В экологическом образовании школьников используются разнообразные игры экологического содержания: подвижные игры, игровые обучающие ситуации, сюжетно-ролевые игры, дидактические игры. Развить творческое мышление у воспитанников, умение предвидеть последствия природообразующей деятельности человека помогают *беседы, наблюдения* за объектами природы, проведение простейших опытов. В работе по формированию знаний воспитанников о правилах поведения в природе широко используется *метод творческих заданий*.

Помимо традиционных форм экологического образования и воспитания школьников в настоящее время используется такие инновационные формы, как ***природоохранительные акции и экологические проекты***. Проводятся экскурсии в разные времена года, с целью наблюдения за изменениями в природе, сбора гербария, сбора листьев, шишек, коней, сучков для различных поделок из природного материала.

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

- Улучшение состояния здоровья учащихся и учителей.
- Создание системы мониторинга состояния здоровья детей, их социального благополучия.
- Обеспечение систематического учёта, контроля и анализа ситуации.
- Повышение заинтересованности работников школы в укреплении здоровья учащихся.
- Стимулирование повышения внимания школьников и их родителей к вопросам здорового образа жизни.
- Улучшение социально-психологической, экологической ситуации в школе и микрорайон школы.
- Активизация работы оздоровительной физической культурой, с последующим переводом детей из специальной медицинской группы в подготовительную, а из подготовительной в основную.
- Поддержка администрацией образовательного учреждения работы школьного координатора по здоровью.
- Приобретение познаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья (в ходе уроков физической культуры, бесед, просмотра учебных фильмов, в системе внеклассных мероприятий,

включая встречи со спортсменами, тренерами, представителями профессий, предъявляющих высокие требования к здоровью);

➤ Участие в беседах о значении занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта, прогулок на природе для укрепления своего здоровья;

➤ Практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровье сбережения, простейших элементов спортивной подготовки (на уроках физической культуры, в спортивных секциях школы и внешкольных учреждений, при подготовке и проведении подвижных игр, туристических походов, спортивных соревнований);

➤ Составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, поддержание чистоты и порядка в помещениях, соблюдение санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;

➤ Получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться оздоровляющим влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания (здоровьесберегающими формами досуговой деятельности в процессе бесед, просмотра учебных фильмов, игровых и тренинговых программ в системе взаимодействия образовательных и медицинских учреждений);

➤ Получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости здоровья физического, нравственного (душевного) и социально-психологического (здоровья семьи и школьного коллектива) - в ходе бесед с педагогами, школьными психологами, медицинскими работниками, родителями;

➤ Получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека (в рамках бесед с педагогами, школьными психологами, медицинскими работниками, родителями).

➤ Разработка новых физкультурно-образовательных технологий и методики адаптивной физической культуры

➤ Составление паспортов здоровьесбережения не менее у 80% обучающихся школы;

➤ Модернизация материально-технической базы школы более чем на 50%;

➤ Улучшение условий для занятия физкультурной подготовки;

➤ Создание Банка данных о динамике физкультурной подготовки;

➤ Увеличение доли обучающихся, охваченных системой дополнительного образования до 100%.

Одним из компонентов формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в школе, является *просветительная 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.

При организации работы в МОУ «Ясенковская ООШ» по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни соблюдаются следующие этапы.

Первый этап – анализ состояния и планирование работы школы по данному направлению, в том числе по:

- Организация режима для детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек.

- Организация просветительной работы в школе с учащимися и родителями (законными представителями);

- Выделение приоритетов в работе школы с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап – организация работы образовательного учреждения по данному направлению.

1. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:

1) внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья образа

жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;

2) лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;

3) проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;

4) создание в школе общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), представителей детских физкультурно-оздоровительных клубов.

2. Просветительная и методическая работа педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников школы и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает;

1) проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т.п.;

2) приобретение для педагогов, родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

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

Эффективная организация по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, направлена на обеспечение рациональной организации режима обучающихся, экологической культуры, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

✓ полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, на кружках и т.п.);

✓ рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;

✓ организацию часа активных движений (**подвижная перемена**) между 2-м и 3-м уроками;

✓ организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;

✓ организацию работы спортивных кружков;

✓ регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, походов и т.п.);

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителя физической культуры, а также всех педагогов.

Реализация дополнительных образовательных программ в школе предусматривает:

1) внедрение в систему работы школы программ, направленных на формирование ценности здоровья и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;

2) проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т.п.;

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

1. интеграцию в базовые образовательные дисциплины (физкультура, изобразительное искусство, технология);

2. проведение дней здоровья;

3. занятие в кружках;

4. проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т.п.;

5. организация Дней здоровья, дней по профилактике ДТП.

Деятельность образовательного учреждения в области непрерывного экологического здоровьесберегающего образования включает:

- наличие в учебных помещениях здоровьесберегающего оборудования, используемого в профилактических целях, информационного оборудования по безопасности жизнедеятельности в соответствии с требованиями санитарных правил;
- наличие в образовательном учреждении квалифицированных специалистов, обеспечивающих проведение оздоровительной работы с обучающимися, воспитанниками (медицинский работник, учитель физической культуры);
- соответствие состояния и содержания территории, здания и помещений, а также и их оборудования (для водоснабжения, канализации, освещения) требованиям СанПиНа, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения;
- оснащение учебных кабинетов, спортивных сооружений необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарных правил для освоения основных и дополнительных образовательных программ;
- обеспечение учебных кабинетов, спортивного зала и других помещений для пребывания учащихся естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом в соответствии с требованиями санитарных правил;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи в соответствии с требованиями санитарных правил;
- оснащение в соответствии с требованиями санитарных правил помещения для медицинских осмотров;
- сформированность культуры здоровья педагогических работников образовательного учреждения (наличие знаний и умений по вопросам использования здоровьесберегающих методов и технологий; здоровьесберегающий стиль общения; образ жизни и наличие ответственного отношения к собственному здоровью).

Организация здоровьесберегающей работы в образовательном учреждении:

- организацию здоровьесберегающей работы с обучающимися, воспитанниками всех групп здоровья;
 - выполнение комплекса упражнений во время регламентирующих перерывов для снижения нервно-эмоционального напряжения, утомления зрительного анализатора, устранения влияния гиподинамии, гиподинамии, гипокинезии, а также предотвращения развития познотонической активности;
 - организацию работу спортивных кружков, клуба и создание режима их работы в соответствии с требованиями санитарных правил;
 - организацию воспитательной, внеучебной деятельности физкультурно-оздоровительной направленности на каждой ступени общего образования;
 - организацию физкультурных и спортивных мероприятий с обучающимися.

Условия для реализации программы.

В школе созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся достигается благодаря рациональной организации деятельности педагогического коллектива:

- по вопросам повышения эффективности учебного процесса,
- снижения функционального напряжения и утомления детей,
- создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятий в кружках).

Расписание уроков составлено на основе Учебного плана, требованиями СанПиНа и исходя из имеющихся возможностей школы.

Расписание в школе преследует цель оптимизации условий обучения учащихся и создания комфортных условий для всех участников образовательного процесса.

5 класс работает в режиме пятидневной учебной недели (в соответствии с требованиями ФГОС). Максимальное количество часов в неделю выдержано. Согласно требованиям СанПиНа, обозначенным в ФГОС, вторник и среда - самые работоспособные дни, соответственно нагрузка на эти дни выше, чем в остальные.

Здоровьесберегающая инфраструктура школы включает:

- ✓ соответствие состояния и содержание здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- ✓ наличие освещенных помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
- ✓ организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе завтраков, обедов;
- ✓ оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием;
- ✓ наличие квалифицированных специалистов по оздоровительной работе.

Содержание деятельности

№ п/п	Наименование мероприятия	Сроки реализации	Исполнитель
<i>1. Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ</i>			
1.1	Соответствие состояния и содержания здания и помещений ОУ санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся	В начале уч.года	Директор школы
1.2	Системность деятельности по вопросам здоровьесбережения (отражение в основной образовательной программе ОУ, уставе и локальных актах)	Постоянно	
1.3	Наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи.	Постоянно	
1.4	Организация качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков	В начале уч.года	
1.5	Оснащение кабинетов, физкультурного зала, спортплощадки необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем.	В начале уч.года	
1.6	Наличие помещения для работы медицинского персонала для проведения профилактических осмотров		
1.7	Наличие квалифицированных специалистов обеспечивающих оздоровительную работу	В начале уч.года	
<i>2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся</i>			
2.1	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках) учащихся на всех этапах обучения	В течении уч.г.	Директор, замдир.
2.2	Использование и совершенствование методик образовательного процесса и образовательных технологий	В течении уч.г.	Учителя-предметники
2.3	Введение инновационных средств здоровьесбережения в учебный процесс	На уроках	

2.4	Строгое соблюдение требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютера и аудиовизуальных средств		
2.5	Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам	В процессе обучения	Работники школы
<i>3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы</i>			
3.1	Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физической культуры и т.п)	В процессе обучения	Администрация, Учителя предметники
3.2	Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования	По плану	
3.3	Обеспечение участия обучающихся в муниципальных и региональных спортивных соревнованиях	По плану	Учитель физической культуры
3.4	Организация двигательной активности на переменах	По плану	
3.5	Организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности	Ежедневно	
3.6	Организация работы спортивных кружков и создание условий для их функционирования	По плану	
<i>4. Реализация дополнительных образовательных программ</i>			
4.1	Внедрение в систему работы образовательного учреждения программ направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс	В течении уч.г.	Учителя-предметники, классные руководители
<i>5. Организация профилактических и оздоровительных мероприятий</i>			
5.1	Проведение медицинских осмотров. Проведение витаминизации.	Ежегодно	Администрация, мед.работник
5.2	Работа по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата	На уроках	Учителя-предметники
5.3	Работа по профилактике нарушения зрения у школьников		
5.4	Организация летнего отдыха учащихся	Каникулы	Администрация
<i>6. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни</i>			
6.1	Проведение уроков здоровья и классных часов на темы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни. Профилактика вредных привычек среди учащихся	По плану	Администрация, классные руководители,
6.2	Организация и проведение Дней здоровья, конкурсов, олимпиад, спортивных праздников для школьников с участием педагогов и родителей	По плану	Учитель физической культуры
6.3	Проведение занятий по гигиеническому воспитанию школьников	Раз в год	Мед. работник
<i>7. Организация просветительской работы с педагогами, родителями (законными представителями)</i>			
7.1	Лекции, консультации по вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющих на здоровье детей	По плану	Учителя, классные руководители

7.2	Организация совместной работы педагогов и родителей по проведению спортивных соревнований	В течение уч.г.	
<i>8. Внешние связи в рамках реализации программы</i>			
8.1	Взаимодействие ОУ с органами исполнительной власти, правоохранительными органами, учреждениями культуры и спорта, здравоохранения и т.д.	Постоянно	Администрация, муниципалитет, правоохранительные органы
8.2	Популяризация форм здоровьесберегающей деятельности	Регулярно	

Планируемые результаты реализации программы

Формирование физически здоровой личности:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- представление о взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического и социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
- накопление опыта здоровьесберегающей деятельности;
- расширение роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знание о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;
- повышение уровня физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса.