****

***Пояснительная записка***

Здоровье – важнейший фактор работоспособности и гармоничного развития человеческого, а особенно, детского организма. Понятие здоровья в настоящее время рассматривается не только как отсутствие заболевания, болезненного состояния, физического дефекта, но и состояние полного социального, физического и психического благополучия. В воспитательном процессе школы все психолого-педагогические технологии, программы, методы должны быть направлены на воспитание у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни. Состояние здоровья ребенка может стать причиной его отставания в интеллектуальном развитии. Негативные последствия этого как для него самого, так и для отношений, складывающихся между ним, членами его семьи, окружающими людьми так или иначе, отражаются на состоянии всего общества. Нынешнее состояние здоровья и уровень заболеваемости детей вызывают серьезные опасения. Так, только 30 % детей, поступивших в школу, являются практически здоровыми, а с возрастом и этот показатель уменьшается. В последнее время в условиях сложной экономической и социальной обстановки в обществе школа становится определяющей в плане возможностей ребенка адаптироваться к условиям и требованиям современной жизни. Образовательное пространство, в рамках которого формируются интеллектуальные, эмоциональные и нравственные составляющие развивающейся личности, несет ответственность и за физическое развитие ребенка. Причем имеется в виду не только пассивное сбережение здоровья, но и активная деятельность в области воспитания культуры здорового образа жизни.

 Известно, что все знания, умения, навыки и привычки ребенок получает в процессе обучения и воспитания, поэтому сознательному отношению к собственному здоровью, навыкам безопасного поведения необходимо учить, как учат детей чтению, письму, счету. Гармоничное развитие личности возможно при условии развития духовного и физического здоровья подрастающего поколения.

 **Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни** является подпрограммой Основной образовательной программы начального общего образования МКОУ «Кондровская СОШ №3». Она представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программыначального общего образования.

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.

 Разработка программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, а также организация всей работы по её реализации построены на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социо­культурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

**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:**

* формировать представления об основах экологической культуры, на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
* пробуждать в детях желание заботиться о своем здоровье (формировать заинтересованное отношение к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
* формировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
* формировать установки на использование здорового и рационального питания;
* развивать потребности в занятиях физической культурой и спортом; (использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей);
* сформировать представление о здоровьесозидающей организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
* формировать знания о негативных факторах риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
* формировать потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
* развивать готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены, становления навыков противостояния вредным привычкам;
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
* формировать умение безопасного поведения в окружающей среде и простейшие навыки поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

**Ресурсы, обеспечивающие реализацию программы**

**Кадровые:**

* Администрация
* Классные руководители
* Учителя-предметники
* Медицинский работник школы
* Педагоги дополнительного образования (руководители кружков, секций)
* Педагог-психолог
* Социальный педагог

**Информационно-аналитические:**

* Программы и планы воспитательной работы
* План работы учителей физической культуры, МО классных руководителей
* Методические разработки классных часов, мероприятий, общешкольных праздников, родительских собраний
* Материалы диагностики
* Школьный сайт
* Подписка на журналы и приложения «Классный руководитель», «Воспитание школьников», «1 сентября», «Будь здоров, школяр!»

**Материально-технические:**

* Спортивный зал
* Медицинский кабинет
* Столовая
* Спортивная площадка
* Детская площадка

 Управление осуществляется в соответствии с должностными обязанностями участников.

**Этапы реализации программы:**

**1 этап:** подготовительный (разработка программы) – 2014-2015 учебный год

**2 этап:** реализация основных направлений (внедрение в практику) – 2015-2017 учебный годы

**3 этап:** подведение итогов (анализ результатов, ошибок, достижений) – 2017-2018 учебный год

**Механизмы реализации программы**

**Диагностики и методы:**

* Анализ контингента обучающихся начальной школы
* Анализ диагностических данных с целью коррекции и разработки программы дальнейшего психолого-педагогического сопровождения обучающихся
* Организация взаимодействия с ГБУЗКО «Центральная районная больница Дзержинского района» с целью профилактических осмотров обучающихся начальной школы
* Общественно-административный контроль за организацией работы школьной столовой и качеством приготовления пищи
* Организация исследований в области формирования навыков ЗОЖ у обучающихся начальной школы (анкетирование, опрос, наблюдение)
* Организация индивидуальных консультаций для учителей начальных классов по результатам исследований

 **Критерии оценки эффективности программы**

* Уровень здоровья обучающихся
* Уровень сформированности у младших школьников навыков безопасного поведения в окружающей среде
* Уровень готовности обучающихся действовать в экстремальной (чрезвычайной) ситуации
* Уровень межличностных отношений на основе взаимопонимания и взаимоуважения личности
* Уровень психологического комфорта в классе и в школе в целом

**Направления реализации программы**

 ***1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.***

В школьном здании 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. В школе работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время. Завтраки для всех учащихся бесплатные, обеды бесплатные для детей из многодетных и малообеспеченных семей.

 В школе работает оснащенный спортивный зал, имеются спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

В школе работает медицинский кабинет, который оснащен всем необходимым для оказания первой медицинской помощи. В 2011 году медицинский кабинет прошел лицензирование. В медицинском кабинете проводится необходимая вакцинация учащихся, согласно графику. Ежегодно в школе проводится медосмотр специалистами ЦРБ, по результатам которого заполняются медицинские карточки учащихся, «лист здоровья» в классных журналах.

Эффективное функционирование созданной здоровьсберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: учителя физической культуры, школьная медсестра.

 ***2. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся.***

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 учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях)

Вопросы нормирования домашней работы рассматриваются на педсоветах, на общешкольном родительском собрании.

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

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

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития учащихся: темп развития и темп деятельности.

 ***3. Организация физкультурно-оздоровительной работы.***

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

* рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
* организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
* организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
* регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий, дней здоровья, соревнований «Веселые старты», пеших прогулок, мини-походов.

**План мероприятий, направленных на решение задач**

Тематические классные часы (занятия) «Чтобы быть здоровым, надо…», «Моя безопасность»,

 «Режим дня школьника», «Организация дома правильного питания школьника», «Что такое витамины?», «Полезные и вредные привычки» и т.д.

Беседы по профилактике употребления подростками ПАВ(«Азбука здоровья»)

Работа спортивных секций

Уроки физкультуры на улице

Физкультминутки на уроке

Динамическая пауза

Подвижные игры на воздухе в ГПД

Неделя Здоровья

Школьная спортакиада

Военно-спортивная игра «Зарничка»

Спортивные игры, соревнования

Медосмотр учащихся

Витаминотерапия

Инструктажи по технике безопасности, охране труда, противопожарной безопасности, учебные тренировки

**План мероприятий по формированию экологической культуры**

*Экологические беседы /возможная тематика/:*

* Мы – друзья природы.
* Защите бездомных животных.
* Вода – основа жизни
* Жалеть надо уметь.
* Удивительное рядом.
* Наш друг - лес.
* Тайны бионики.
* Звери и птицы зимой.
* Зеленая аптека.
* Где живут наши меньшие братья?
* Как мы помогаем природе?!
* Растения под нашей защитой.
* О тех, кого мы не любим.
* О культуре поведения в природе.
* Природа - наш дом.
* Учитесь доброте.
* Птицы - наши друзья.
* Природа и искусство. и т.д.

*Экологические акции:*

* Совместные акции с национальным парком «Угра».
* Совместные акции с Дзержинским лесхозом.
* Акция «Укрась уголок планеты» - уборка территории школы.
* Работа в саду и на пришкольном участке.

*Конкурсы, КТД, праздники:*

* Конкурс плакатов, загадок о природе.
* КТД «Праздник птиц».
* Круглый стол «Наш помощник – книга» (знакомство детей с книгами о природе и биологическими журналами).
* Конкурс кормушек, скворечников.
* Проигрывание экологических ситуаций.
* Экологический КВН.
* Устный журнал «В мире природы».

*Экологические игры:*

* «Тайны лесной тропинки»,
* Музей природы на столе. «Зоопарк» на столе.
* «Зоологическое лото»,
* Составление и отгадывание ребусов о природе,
* Игра-путешествие «По заповедным уголкам мира».
* «Птичья столовая», и др.

*Экскурсии:*

* Краеведческие музеи Дзержинского района, г. Калуги, г. Москвы;
* «Парк птиц»;
* Палеонтологический музей г. Москвы.
* Океанариум г. Москвы;
* «Музей природы», «Тропинки, тайны, голоса».

 Изготовление поделок из природного материала, сбор марок и открыток о природе и т.п. Фенологические наблюдения. Участие в выставках «Осень в ладошка». Конкурсы экологического рисунка и плаката. Стихи и сочинения о природе. Выставка «Зимний букет». Участие в районных и областных мероприятиях по экологии.

Конкурсы чтецов, певцов, музыкантов по произведениям о природе.

***4. Просветительская работа с родителями (законными представителями).***

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

* проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
* привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
* заключение договора с родителями, включающего пункты об обязательстве со стороны родителей создания условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
* привлечение родителей (законных представителей) к подготовке и участию в спортивных соревнованиях «Мама, папа, я – спортивная семья», конкурсах поделок из природного материала.

***Использование возможностей УМК*** «**Школа России»**  ***в образовательном процессе.***

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

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

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

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

**Основные мероприятия реализации программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственные** |
|  **С обучающимися** |
| 1 |  Система классных часов здоровьесберегающего направления | В течение года | Классные руководители,сотрудники медицинских учреждений (по договоренности) |
| 2 | Организация горячего и дополнительного питания | В течение года | Зам производством,классные руководители |
| 3 | Витаминизация третьих блюд | В течение года | Зам производством, медсестра |
| 4 | Организация питьевого режима | В течение года | Администрация,классные руководители,родительский комитет |
| 5 | Недели здоровья |  | Учителя физкультуры, классные руководители |
| 6 | Военно-спортивная игра «Зарничка» | февраль | Зам директора по ВР, учителя физкультуры, классные руководители |
| 9 |  Организация школьных и участие в городских конкурсах рисунка, плаката, творческих работ на тему экологической культуры и здорового образа жизни | В течение годаПлан работы | Классные руководители |
| 9 | Организация и проведение физкультминуток, динамических часов, подвижных перемен | В течение года | Классные руководители,учителя-предметники |
| 10 | Проведение уроков физической культуры, внеклассных и общешкольных мероприятий в спортивных залах, на свежем воздухе  | В течение года | Классные руководители,учителя-предметники, учителя физкультуры |
| 11 | Организация работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма (беседы, инструктажи, творческие конкурсы, сопровождение школьных автобусов) | В течение года | Администрация,классные руководители |
| 12 |  Проведение инструктажей, бесед по технике безопасности, безопасному поведению в повседневной жизни (под роспись обучающихся) | В течение года | Классные руководители |
| 13 | Организация и проведение экологических десантов  | Сентябрь, октябрь, апрель-май | АдминистрацияКлассные руководители |
| 14 | Участие в акциях НП «Угра» (День птиц, марш парков) | В течение года | Классные руководители |
| 15 | Совместные праздники с родителями «Поход выходного дня», «Тропа здоровья», «Зимние забавы», туристический слет | В течение года (по плану классного руководителя) | классные руководители,родительский комитет |
| 16 | Организация и проведение учебных тренировок по действиям в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях | 1 раз в четверть | Администрация,классные руководители |
| 17 | Проведение ежегодной акции «Дом, в котором я живу» по благоустройству и озеленению школьной территории | Апрель-май | Администрация,классные руководители |
|  |  **С педагогическим коллективом** |
| 1 |  Проведение тематических педсоветов, семинаров здоровьесберегающего направления | В течение годаПлан работы | Администрация,ШМО классных руководителей |
| 2 | Организация учебно-воспитательного процесса в соответствии с нормами и требованиями СанПиНа:* Соблюдение режима работы школы
* Использование в работе здровьесберегающих технологий
* Выполнение гигиенических требований к проведению урока
* Создание благоприятного психологического и эмоционального климата на уроке и во внеурочное время
* Организация работы по профилактике травматизма
* Организация горячего питания и питьевого режима
* Организация витаминизации третьих блюд
 | В течение года | АдминистрацияУчителя-предметникиКлассные руководители |
| 3 | Организация и проведение инструктажей по технике безопасности на рабочем месте, контроль рабочих мест, оборудования в учебных кабинетах. | В течение года | АдминистрацияУчителя-предметникиПрофком |
| 4 | Организация работы по страхованию обучающихся школы от несчастных случаев. | В течение года | АдминистрацияКлассные руководители |
|  | **С родительской общественностью** |
| 1 |  Проведение классных родительских собраний по формированию экологической культуры и профилактике здорового образа жизни | В течение года | Классные руководители |
| 2 | Проведение общешкольных собраний и лекториев на тему сохранения и укрепления здоровья детей с приглашением сотрудников медицинских учреждений. | В течение года | АдминистрацияКлассные руководители |
| 3 | Привлечение родителей-сотрудников районной больницы к проведению тематических бесед и классных часов на тему ЗОЖ | В течение года | Классные руководителиРодительский комитет |
| 4 | Организация совместных мероприятий и праздников «Взрослые и дети!» | В течение годапо плану работы классного руководителя  | Классные руководителиРодительский комитет |
| 5 | Анкетирование родителей обучающихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья и безопасности детей. | В течение года | Классные руководителиПедагог-психолог |
|  | **Социально-психологическая и медицинская служба школы** |
| 1 | Мониторинг состояния здоровья обучающихся начальной школы | 2 раза в год |  медработник школы |
| 2 | Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся. | В течение года |  медработник школы |
| 3 | Диагностика интеллектуальной, эмоциональной сферы, психологического состояния обучающихся. | В течение года | Зам.директора по УВР |
| 4 | Работа по программе психологической поддержки обучающихся начальных классов | В течение года | Зам.директора по УВР |
| 5 | Организация совместной работы с классными руководителями по вопросам адаптации и психологической поддержки обучающихся начальных классов | В течение года | Зам.директора по УВРКлассные руководители |
| 6 | Консультации для родителей (по запросу) | В течение года | Зам.директора по УВР, классные руководители |
| 7 |  Индивидуальные занятия с обучающимися начальной школы (по необходимости) | В течение года | Психологические службы |
|  | **Включение в систему дополнительного образования** |
| 1 | Организация работы кружков и секций спортивной направленности на базе школы | В течение года | Руководители кружков и секций  |
| 2 | Участие в городских спортивных мероприятиях и конкурсах в направлении формирования экологической культуры и ЗОЖ | В течение года | Классные руководителиРуководители кружков и секций |

**Ожидаемые результаты**

* Сформированное ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.
* Создание первоначальных представлений о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества, о взаимообусловленности физического, нравственного, социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека.
* Получение первоначального личного опыта здоровьесберегающей деятельности и экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды.
* Снижение уровня заболеваемости и школьного травматизма и повышение качества обученности школьников.
* Создание банка диагностики и системы мониторинга обучающихся.

**Оценка эффективности реализации программы**

Основные результаты реализации программы формирования экологической 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.

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

|  |
| --- |
| **План мониторинга состояния здоровья школьников и здоровьесберегающей работы школы** |
| Учет особенностей физического состояния и развития учащихся | сентябрь | сентябрь | сентябрь | Кл. руководители, медсестра школы, руководители физкультуры |
| Определение тотальных признаков физического развития | октябрь | октябрь | октябрь | Представитель ЦРБ, школы |
| Ориентировочная оценка состояния здоровья учащихся | январь | январь | январь | медсестра школы |
| Оценка работы школы и учителя в сфере охраны здоровья учащихся и реализации здоровьесберегающих технологий | май | май | май | Классные руководители, директор школы. Завучи, медсестра школы |