



Утверждаю:
директор МБОУ Первомайской СОШ
Кладиева Г.В.
30.08.2019 г.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в МБОУ Первомайской СОШ

Стратегии воспитания культуры здоровья в младшем школьном возрасте:

- учёт психологических и психофизиологических характеристик возраста;
- осознание ценности здоровья и здорового образа жизни;
- обеспечение рациональной организации учебного процесса;
- организация эффективной физкультурно-оздоровительной работы;
- организация рационального питания.

Задачи программы:

1. Создать условия для обеспечения формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.
2. Сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье.
3. Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье.
4. Сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.
5. Дать представление о негативных факторах риска здоровью детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье.

Принципы:

- научности и обоснованности,
- последовательности,
- возрастной и социокультурной адекватности,
- информационной безопасности и практической целесообразности.

Структура формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

1. Здоровьеберегающая инфраструктура.
2. Рациональная организация урочной и внеурочной деятельности учащихся.
3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.
4. Реализация дополнительных образовательных программ.
5. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

Содержание программы

1-й блок. Здоровьеберегающая инфраструктура

Задача: создание условий для реализации программы.

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации образовательного учреждения.

Состав сотрудников здоровьеберегающей инфраструктуры	Деятельность	Планируемый результат
--	--------------	-----------------------

1.	Директор школы	Осуществляет контроль реализации этого блока.	Создание условий: кадровое, материально-техническое, финансовое обеспечение.
2.	Заместитель директора по административно - хозяйственной части	Осуществляет контроль за санитарно гигиеническим состоянием всех помещений ОУ; организует соблюдение требований пожарной безопасности;	Обеспечение соответствия состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.
3.	Заместитель директора по УВР	Разрабатывает построение учебного процесса в соответствии с гигиеническими нормами. Контролирует реализацию ФГОС и учебных программ с учетом индивидуализации обучения.	Проведение учебно-воспитательного процесса в соответствии с состоянием здоровья и физическими возможностями обучающихся и учителей, организующих процесс обучения обучающихся.
4.	Заместитель директора по УВР	Организует воспитательную работу, направленную на формирование у обучающихся ЗОЖ, на развитие мотивации ЗОЖ.	Приоритетное отношение к своему здоровью: наличие мотивации к совершенствованию физических качеств; здоровая целостная личность. Наличие у обучающихся потребности ЗОЖ.
5.	Заместитель директора по УВР	Изучает передовой опыт в области здоровьесбережения. Оказывает помощь педагогическим работникам в освоении и разработке инновационных программ и технологий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся..	Повышение валеологической грамотности учителей; наличие готовности у педагогов к валеологической работе с учениками и родителями.
6.	Классные руководители 1-11 классов, учитель физкультуры	Осуществляет просветительскую и профилактическую работу с учащимися, направленную на сохранение и укрепление здоровья; проводит диагностическую работу по результативности и	Формирование у обучающихся потребности ЗОЖ; формирование здоровой целостной личности.

		коррекции валеологической работы.	
7.	Ответственный за организацию питания (социальный педагог)	Организует просветительскую работу по пропаганде основ рационального питания, входит в состав бракеражной комиссии, осуществляет мониторинг количества учащихся, питающихся в столовой.	Обеспечение качественного горячего питания обучающихся, в том числе горячих завтраков, формирование представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.
8.	Медицинский работник	Обеспечивает проведение медицинских осмотров. Организует санитарно-гигиенический и противоэпидемический режимы.	Формирование представления об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; формирование потребности ребёнка безбоязненного обращения к врачу по любым вопросам состояния здоровья.
9.	Педагог-психолог	Организует комплексное изучение личности ребенка. Обеспечивает выработку коллективных рекомендаций для учителей, родителей по дальнейшей тактике работы с данными детьми	Обеспечение условий для обучения детей с ограниченными возможностями здоровья, испытывающими трудности в обучении, отклонениями в поведении.
10.		Способствует формированию благоприятного психологического климата в коллективе: <ul style="list-style-type: none"> · занимается профилактикой детской дезадаптации, · пропагандирует здоровые отношения в семье, 	Создание благоприятного психо-эмоционального фона: развитие адаптационных возможностей; совершенствование коммуникативных навыков, качества толерантной личности, развитие самопознания; формирование психологической культуры личности
11.	Родители – члены родительского совета	Контролируют соблюдение требований СанПиН. Участвуют в обсуждении совместной деятельности педагогического коллектива, обучающихся, родителей по здоровьесбережению.	Обеспечение результативности совместной работы семьи и школы.

2-й блок. Рациональная организация урочной и внеурочной деятельности учащихся.

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

Планируемый результат:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся; использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

Направления деятельности	Учебная и внеучебная деятельность
1. Организация режима школьной жизни	<p>Снятие физических нагрузок через следующие мероприятия:</p> <ul style="list-style-type: none">· Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых: 1 классы – 33 учебные недели, дополнительные каникулы в середине 3 четверти. 2-4 классы- 34 учебные недели, разбит на 4 периода. Максимально допустимая нагрузка. <p>Наибольший охват учащихся в 1 смену. «Ступенчатый режим» постепенного наращивания учебного процесса: в сентябре-октябре в 1-х классах.</p> <ul style="list-style-type: none">· Ежедневная 40-минутная динамическая пауза на свежем воздухе после 2-го урока. <p>Рациональный объем домашних заданий: 2 классы до 1,5 часов, в 3-4 классах до 2 часов, отсутствие домашних заданий в 1 классе, в 5-7 классах до 3,5 ч.</p>
2. Создание предметно-пространственной среды	<ol style="list-style-type: none">1. Отдельный блок для начальной школы.2. Обеспечение учащихся удобным рабочим местом за партой в соответствии с ростом и состоянием слуха и зрения. Для детей с нарушениями слуха и зрения парты, независимо от их роста, ставятся первыми, причем для детей с пониженной остротой зрения они размещаются в первом ряду от окна.3. «Кабинет психологической разгрузки (кабинет доступной среды)» - комната для снятия физического и эмоционального напряжения.
3. Организация учебно-познавательной деятельности	<ol style="list-style-type: none">1. Использование в учебном процессе здоровьесберегающих технологий.2. Корректировка учебных планов и программ.3. Оптимальное использование содержания валеологического образовательного компонента в предметах, имеющих профилактическую направленность (физическая культура, окружающий мир, валеология)4. Безотметочное обучение в 1-х классах.5. Применение ИКТ с учетом требований СанПиН.

3-й блок. Организация физкультурно-оздоровительной работы

Задача: обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности учащихся.

Планируемый результат:

- эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, во внеурочное время);
- рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;

Организация оздоровительно-профилактической работы

1. Медико-педагогическая диагностика состояния здоровья:

- медицинский осмотр детей врачами-специалистами;
- медицинский осмотр детей и профилактическая работа врача-стоматолога МБУЗ ЦРБ;

2. Профилактическая работа по предупреждению заболеваний:

- проведение плановых прививок медработником школы (в т.ч. вакцинация против гриппа);
- витаминизация;
- профилактика простудных заболеваний (применение чеснока, оксалиновой мази и т.д.);

3. Максимальное обеспечение двигательной активности детей:

ежедневная физзарядка до занятий;
согласно требованиям СанПиН 2.4.2.11784)2 п. 2,9.4., в середине учебного дня (после двух уроков) для первоклассников проводится динамическая пауза на свежем воздухе продолжительностью 40 минут;

4. Организация рационального питания предусматривает:

- осуществление контроля классным руководителем за организацией горячего питания учащихся класса;
- работа бракеражной комиссии в следующем составе: социальный педагог, заместитель директора по УВР, ответственный за организацию питания;
- выполнение требований СанПиН к организации питания в общеобразовательных учреждениях;

5. Работа психолого-педагогической и медико-социальной службы для своевременной профилактики нарушений психологического и физиологического состояний детей и педагогов: занятия с учащимися с целью снятия физической нагрузки в «Кабинете психологической разгрузки»;

4-й блок. Реализация дополнительных образовательных программ

Задача: внедрить программы дополнительного образования по формированию ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс.

Планируемый результат: личностный рост учащихся, наиболее полное раскрытие и развитие индивидуальных способностей при обеспечении сохранности здоровья.

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей начальных классов, учителей 5-11 классов, педагога - психолога.

Внедрение программ и проведение мероприятий, направленных на формирование ценности

1. Вводный курс для первоклассников «Первые дни в школе».
2. Работа школьного психолога по программе «Экспресс-диагностика готовности к школе»
3. Реализация во внеурочной деятельности программы «Я и

<p>здоровья и здорового образа жизни</p>	<p>экология» Курячей Т.В., «Я- землевед», «Я –фенолог» Омельницкой И.В</p> <p>4. Реализация во внеурочной деятельности программ «Россия-родина моя», «Фольклор», «Шахматы», «Театральная мастерская», «Здоровейка», «Будь здоров», «Модно в 21 веке быть здоровым человеком», «Веселые старты», «Декоративно-прикладное искусство», способствующих формированию стремления к здоровому образу жизни как напрямую, так и косвенно.</p> <p>5. Проведение мероприятий по технике безопасности и правилам дорожного движения.</p>
<p>5-й блок. Просветительская работа с родителями (законными представителями) Задачи: организовать педагогическое просвещение родителей. Планируемый результат:</p> <ul style="list-style-type: none"> · формирование общественного мнения родителей, ориентированного на здоровый образ жизни; · создание в семье благоприятной воспитывающей среды, способствующей улучшению межличностных отношений, повышению ответственности семьи за здоровье, физическое, эмоциональное, умственное и нравственное развитие школьников. <p>Реализация этого блока зависит от совместной деятельности администрации образовательного учреждения, учителей начальных классов, педагога - психолога, социального педагога, школьного библиотекаря, родителей.</p>	
<p>1. Родительский всеобуч: просвещение через обеспечение литературой, размещение информации на сайте школы, сменных стендах «Уголок для родителей»</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение с родителями вопросов здоровьесбережения в семье и образовательном учреждении. 2. Просвещение родителей через размещение информации на сайте школы. 3. Реализация цикла бесед для родителей: 4. Размещение информации на сменном стенде «Лучше быть здоровым!», «Береги здоровье смолоду». 5. Реализация программы «Семья и школа». 6. Ежегодное представление публичного доклада директора школы на родительских собраниях, размещение публичного доклада на сайте УО.
<p>2. Просвещение через совместную работу педагогов и родителей</p>	<p>Проведение совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по организации спортивных соревнований: «Веселые старты», « Осенний кросс», спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья», дней «Здоровья», занятий по профилактике вредных привычек в рамках месячника «Мой выбор».</p>
<p>6. блок. Управление реализацией программы формирования здорового и безопасного образа жизни. Задача: контроль реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, повышение качества учебно-воспитательного процесса, взаимодействия с родителями, педагогами. Планируемый результат: выявление и корректировка имеющихся отклонений в реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни. Реализация этого блока зависит от администрации и педагогов образовательного учреждения.</p>	
<p>1. Изучение и контроль реализации программы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Утверждение рабочих программ урочной и внеурочной деятельности.

<p>по здоровьесбережению в учебно-воспитательном процессе учреждения</p>	<p>2. Создание материально-технической базы для реализации программы. 3. Контроль эффективности использования спортивной площадки, кабинета психологической разгрузки, актового и спортивного залов. 4. Контроль проведения ежедневной утренней гимнастики. 5. Контроль соблюдения санитарно- гигиенических норм в обеспечении образовательного процесса. 5. Проверка соответствия нормам и утверждение расписания школьных занятий. 6. Контроль качества горячего питания учащихся. 7. Контроль повышения квалификации специалистов.</p>	
<p>2. Изучение и контроль взаимодействия с родителями</p>	<p>1. Информирование родителей о направлениях работы в рамках программы. 2. Знакомство с нормативно-правовой базой. 3. Организация тематических родительских собраний с привлечением специалистов МБУЗ ЦРБ, ГИБДД.</p>	
<p>3. Управление повышением профессионального мастерства</p>	<p>1, Заседание методического совета о согласовании программы. 2. Теоретический семинар «Реорганизация учебно-воспитательного процесса при проведении урока с позиций здоровьесбережения». 3. Семинар-практикум «Внедрение в рамках введения ФГОС новых технологий и активных форм обучения как средства повышения качества ЗУН обучающихся». 4. Педагогический консилиум «Проблемы школьной дезадаптации». 5. Педагогический совет «Психологическая атмосфера на уроке».</p>	
<p>Диагностика эффективности реализации программы</p>	<p>Критерии</p>	<p>Показатели</p>
	<p>1. Сформированность физического потенциала</p>	<p>1. Сравнение показателей состояния здоровья обучающихся по итогам углубленного медицинского осмотра. 2. Развитость физических качеств (уровень обученности по физической культуре).</p>
	<p>2. Сформированность нравственного потенциала личности выпускника начальной школы.</p>	<p>1. Осознание значимости ЗОЖ в сохранении здоровья (по итогам анкетирования).</p>
	<p>3. Удовлетворенность обучающихся школьной жизнью</p>	<p>1. Уровень удовлетворенности учащихся школьной жизнью (по методике А.А. Андреева). 2. Уровни эмоционально-психологического климата в классных</p>
	<p>4. Осмысление учащимися содержания</p>	<p>1. Уровень осмысления учащимися содержания проведенных</p>

	проведенных мероприятий по здоровьесбережению	мероприятий (на основе анкетирования).
--	---	--