

## **2.4. ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обеспечивает:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- 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;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом 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 табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- 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;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Программа формирования ценности здоровья и здорового 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, 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, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Наиболее эффективным путем формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа школьников, способствующая активной и успешной социализации ребенка в образовательной организации, развивающая способность понимать свое 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 ребенка в семье и образовательной организации.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательной организации, требующий соответствующей экологически безопасной, здоровьесберегающей организации всей жизни образовательной организации, включая ее инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, организации рационального питания.

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

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни содержит:

- 1) цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования, описание ценностных ориентиров, лежащих в ее основе;
- 2) направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику организации, осуществляющей образовательную деятельность, запросы участников образовательных отношений;
- 3) модели организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно-спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно-транспортного травматизма;
- 4) критерии, показатели эффективности деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность, в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся;
- 5) методику и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся

#### **Принципы, которые легли в основу создания программы:**

- Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объему 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.
- Учет возрастных особенностей обучающихся
- 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.
- Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок — субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

- Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
- Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
- Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.
- Принцип участия: привлечение детей и подростков к здоровому образу жизни.

#### **2.4.1. Цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования, описание ценностных ориентиров, лежащих в ее основе**

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

**Основная цель программы:** формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья учащихся при получении начального общего образования.

##### **Задачи программы:**

- сформировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- 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;
- сформировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье,
- сформировать представление о правильном (здоровом питании), его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы, отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- сформировать представление (с учётом принципа информационной безопасности) о факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т.п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;
- пробудить 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;
- научить использовать оптимальные двигательные режимы для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- сформировать основы здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей.

##### **Планируемые результаты усвоения учащимися:**

- первичных экологических представлений;
- социально поощряемых стереотипов поведения в окружающей среде;

- социальных норм экологически безопасного поведения;
- личного опыта эмоционально-ценностных сопереживаний природным объектам, мотивирующих на действия в интересах безопасности жизни, здоровья человека и окружающей его среды при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу-нельзя»;
- коллективного опыта применения УУД, предметных знаний и умений в практических действиях по организации здоровьесберегающего уклада школьной жизни, учебы, быта;
- самостоятельных действий по отношению к себе и своему образу жизни;
- представлений 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.

#### **Учащиеся должны научиться:**

- описывать простейшие экологические причинно-следственные связи в окружающем мире;
- называть экологические проблемы в жизни природы и человека, опасности для окружающей среды и здоровья человека, правила экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни, правила организации учебного труда;
- объяснять смысл закона экологии «Все связано со всем», связи природного благополучия со здоровьем человека, правила сохранения зрения, слуха, обоняния, роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешности учебного труда, опасность для здоровья и учебы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний;
- приводить примеры связей здоровья человека и природного благополучия, природного благополучия и поведения человека;
- основам здоровьесберегающей учебной культуры;
- здоровьесозидающему режиму дня, двигательной активности, здоровому питанию;
- противостоянию вредным привычкам;
- необходимости экономии в быту, предвидению последствий своего поведения для природы и человека;
- формулировать своими словами, что такое «экологическая культура», «здоровый образ жизни», «безопасность»;
- планировать безопасное поведение в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях, типичных для места проживания;
- рефлексировать результаты своих действий для здоровья человека, состояния окружающей среды;
- делать выводы о причинах экологических проблем;
- рассуждать о взаимосвязях здоровья человека и здоровья природы, об индивидуальных особенностях здоровьесберегающего поведения в ситуациях учебы, общения, повседневной жизни;
- высказывать свое отношение к проблемам в области экологии, здоровья и безопасности;
- организовывать здоровьесберегающие условия учебы и общения, выбирать адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей.

#### Модель здоровья школьника

<b>Здоровье физическое</b>	<b>Здоровье социальное</b>	<b>Здоровье психическое</b>
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.

**Ценностные ориентиры, лежащие в основе программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.**

Формируемые ценности:

- **человек** (человек как высшая ценность, биологическая природа и социальная сущность человека);
- **природа** (природа как высшая ценность, природные сообщества, заповедная природа, планета Земля, Вселенная, качество и охрана природы);
- **здоровье** (природа здоровья, культура здорового образа жизни)
- **родина** (уважительное отношение к России, родному краю, своей семье, культуре, природе страны, осознание целостности окружающего мира);
- **нормы экологической культуры** (экологическое образование, экологическая компетентность, экологическое сознание);
- **многонациональный опыт экологической культуры в России** (мир во всем мире, прогресс человечества, социальные нормы экологически безопасного поведения);
- **экологическая воспитанность личности** (красота, гармония, экологическое развитие, экологическое мышление, нравственный выбор, понимание ценности экологического качества окружающей среды, понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека).
- **правила экологически безопасного поведения** (здоровье физическое и стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное и социально-психологическое, сохранение экологического качества окружающей среды, нормы здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде).

Процесс превращения базовых ценностей в личностные ценностные смыслы и ориентиры требует включения ребенка в процесс открытия для себя смысла той или иной ценности, определения собственного отношения к ней, формирования опыта созидательной реализации этих ценностей на практике.

**2.4.2. Направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику организации, осуществляющей образовательную деятельность, запросы участников образовательных отношений**

Системная работа при получении начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни может быть организована по следующим направлениям:

- создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры организации, осуществляющей образовательную деятельность;
- рациональная организация учебной и внеурочной деятельности;
- организация физкультурно-оздоровительной работы;
- реализация дополнительных образовательных курсов;
- организация работы с родителями (законными представителями).

<b>Направления</b>	<b>Мероприятия</b>
1.Создание здоровьесберегающей инфраструктуры учреждения	1.Содержание здания и помещений образовательного учреждения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся; 2. Организация качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих

	<p>завтраков;</p> <p>3. В школе оборудован спортивный зал. Это позволяет реализовать спортивные и физкультурные программы не только в урочное время, но и во внеурочных занятиях.</p>
<p>2. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности</p>	<p>1. Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях). В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся. Используемый в школе учебно-методический комплекс «Школа России» содержит материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений 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. Педагогический</p>

	<p>коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития обучающихся: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников «Школа России» 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 представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.</p> <p>2. Организация процесса обучения и воспитания на основе принципов здоровьесбережения: соблюдение светового и воздушного режимов, организуется постоянное проветривание кабинетов: перед началом уроков – сквозное, на переменах – обязательное., соблюдение двигательного режима, разумное чередование труда и отдыха, проведение динамических пауз, физкультминуток; учет гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях). Расписание уроков составлено с учётом гигиенических требований Роспотребнадзора.</p> <p>3. Все помещения школы соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.</p> <p>4. В школе работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки для обучающихся. Все учащиеся школы 100% охвачены горячим питанием.</p> <p>5. Обеспечены льготным питанием обучающиеся из малообеспеченных и многодетных семей в целях социальной защиты .</p>
<p>3.Организация физкультурно-оздоровительной работы</p>	<p>1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);</p> <p>2. Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и</p>

	<p>занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;</p> <p>3. Организация часа активных движений (динамической паузы) у первоклассников;</p> <p>4. Организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;</p> <p>5. Организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;</p> <p>6. Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (Дней здоровья, «Дней экологических знаний», конкурсов, праздников, соревнований, олимпиад, походов, акций и т. п.).</p> <p>7. Проведение часов здоровья; проведение классных часов; занятий в кружках; проведение досуговых мероприятий и т. п.</p>
4. Реализация дополнительных образовательных курсов;	<p>1. Внедрение в систему работы образовательной организации дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;</p> <p>2. Организацию в образовательной организации кружков, секций, факультативов по избранной тематике;</p> <p>3. Проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.</p>
5. Просветительская работа с родителями	<p>1. Проведение лектория на тему «Здоровье наших детей». проведение соответствующих родительских собраний, лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;</p> <p>2. Проведение совместных праздников, конкурсов, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;</p> <p>3. Проведение лекториев с участием врачей ГБУЗ "Баунтовская ЦРБ".</p>

**2.4.3. Модели организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно-спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно-транспортного травматизма**

Работа образовательной организации по реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни может быть реализована в два этапа.

Первый этап — анализ состояния и планирование работы образовательной организации 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 проводимой и необходимой для реализации программы просветительской работы образовательной организации с обучающимися и родителями (законными представителями);
- выделению приоритетов в работе образовательной организации с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся при получении начального общего образования.

Второй этап — организация просветительской, учебно-воспитательной и методической работы образовательной организации по данному направлению.

1. Просветительская, учебно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, включает: внедрение в систему работы образовательной организации дополнительных образовательных курсов, которые направлены на формирование экологической культуры обучающихся, ценности здоровья и здорового образа жизни и могут реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;

- лекции, беседы, консультации по проблемам экологического просвещения, сохранения и укрепления здоровья обучающихся, профилактике вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, экологических троп, праздников и других активных мероприятий, направленных на экологическое просвещение, пропаганду здорового образа жизни;
- создание в школе общественного совета по реализации Программы, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), представителей детских физкультурно-оздоровительных клубов, специалистов по охране окружающей среды.

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательной организации и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, консультаций, семинаров, круглых столов, родительских собраний, педагогических советов по данной проблеме;
- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению природоохранных, оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательной организации экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
- наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

Ответственность и контроль за реализацию этого направления возлагаются на администрацию образовательной организации.

Организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, при чередовании обучения и отдыха включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;
- индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям; ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ОВЗ.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности каждого педагога.

Наиболее эффективный путь формирования экологической культуры, ценности здоровья, здорового образа жизни – самостоятельная работа обучающихся, направляемая и организуемая взрослыми: учителями, воспитателями, психологами, взрослыми в семье. Самостоятельная работа способствует активной и успешной социализации младшего школьника, развивает способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

**Виды учебной деятельности**, используемые в урочной и внеурочной деятельности: ролевые игры, проблемно-ценностное и досуговое общение, проектная деятельность, социально-творческая и общественно полезная практика.

**Формы учебной деятельности**, используемые при реализации программы: исследовательская работа во время прогулок, деятельность классной газеты по проблемам здоровья или охраны природы, мини проекты, дискуссионный клуб, ролевые ситуационные игры, практикум тренинг, спортивные игры, дни здоровья, конкурсы.

Организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, 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, в секциях и т. п.);
- рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;
- 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 спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Реализация этого направления зависит от администрации образовательной организации учителей физической культуры, психологов, а также всех педагогов.

Организация работы по формированию экологически сознательного поведения реализуется через урочную и внеурочную деятельность: урок-экскурсия, урок-путешествие, викторины, проведение недели экологии, экологические праздники, прогулки, квест игры, экологические конкурсы.

Виды деятельности: беседы, решение экологических задач, моделирование экологических ситуаций, проектная деятельность.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

Организация работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике психоактивных веществ на уроках реализуется через проведение физкультминуток, соблюдение

режима труда и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий, соблюдение санитарно-гигиенических требований и норм. Во внеурочной деятельности организуются подвижные игры во время перемен, дни здоровья, недели здорового образа жизни, тематические беседы, выпуск газет, организация встреч с медицинским работником, беседы с родителями о соблюдении режима дня школьников, конкурсы рисунков, проекты.

Реализация этого направления зависит от администрации образовательной организации учителей физической культуры, психологов, а также всех педагогов.

Организация работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма реализуется через встречи с инспекторами дорожного движения, беседы, праздники, квест-игру «Безопасная дорога домой», оформление информационных стендов, выпуск стенгазет, проведение конкурсов агитбригад, рисунков, инструктажей, проект "Дом-Школа-Дом"

Эффективность реализации этого направления зависит от администрации образовательной организации, деятельности всех педагогов.

Реализация дополнительных образовательных курсов, направленных на повышение уровня знаний и практических умений обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательной организации дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- организацию в образовательной организации кружков, секций, факультативов по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

Преподавание дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, факультативные занятия, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, организацию тематических дней здоровья.

Работа с родителями (законными представителями) включает: лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей, и т. п.; организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п. Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности администрации образовательной организации всех педагогов.

#### **2.4.4. Критерии, показатели эффективности деятельности организации, осуществляющей образовательную деятельность, в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся**

Образовательная организация самостоятельно разрабатывает критерии и показатели эффективности реализации программы формирования экологической культуры, безопасного образа жизни обучающихся, исходя из особенностей региона, контингента обучающихся, социального окружения, выбранного направления программы.

В целях получения объективных данных о результатах реализации программы и необходимости её коррекции проводится систематический мониторинг в образовательной организации.

Мониторинг реализации Программы включает:

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;

- отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата; отслеживание динамики травматизма в образовательной организации, в том числе дорожно-транспортного травматизма;
- отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни; включение в доступный широкой общественности ежегодный отчёт образовательной организации обобщённых данных о сформированности у обучающихся представлений об экологической культуре, здоровом и безопасном образе жизни.

Можно выделить следующие критерии эффективной реализации Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной или региональной системе образования;
- отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;
- повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;
- снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;
- результаты экспресс диагностики показателей здоровья школьников;
- положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей).
- тенденция к уменьшению случаев детского травматизма в школе;
- оздоровление участников образовательного процесса;
- сокращение численности нарушений правил дорожного движения и детского дорожно-транспортного травматизма;
- увеличение численности младших школьников, занятых спортом;
- активизация деятельности детей и родителей, направленная на утверждение здорового образа жизни и отказа от вредных привычек.

<b>Задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся</b>	<b>Показатели эффективности реализации программы</b>
Формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды	Отсутствие травматизма среди учащихся школы
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, просмотром телепередач, участия в азартных играх	Соблюдение режима дня, рациональное использование компьютера.
Формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе	Анкетирование учащихся и родителей, мониторинг участия учащихся в соревнованиях, конкурсах, внеклассных мероприятиях, экологических десантах
Формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания)	Участие учащихся в организованных переменах утренней зарядке, физкультминутках на уроках, соревнованиях, эстафетах и др.
Сформировать представление об основных	Формирование регулятивных УУД,

компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни	направленных на здоровьесозидание.
Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье	Соблюдение правил личной гигиены, соблюдение режима дня
Формирование установок на использование здорового питания,	Охват горячим питанием учащихся ОУ, анкетирование учащихся и родителей.
Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности.	Соблюдение учащимися режима дня, наблюдение, участие учащихся в организованных переменах, утренней зарядке, физкультминутках на уроках
Сформировать навыки позитивного общения	Отсутствие конфликтных ситуаций
Научить осознанному выбору поступков, стиля поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье	Участие в конкурсах, соревнованиях, проектной деятельности и др., направленных на профилактику вовлечения во вредные привычки
Формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие и готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены	Соблюдение правил личной гигиены, участие в вакцинации, мониторинге физического развития, мед.осмотрах, диспансеризации
Формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	Отсутствие травматизма среди учащихся ОУ, участие в репетиционных эвакуациях при пожаре, террористических актах

#### **2.4.5. Методика и инструментальный мониторинг достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся**

Методика и инструментальный мониторинг достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Для отслеживания достижения планируемых результатов в части экологической грамотности и формирования элементов экосистемной познавательной модели, здорового и безопасного образа жизни у обучающихся используется методика и инструментальный, предусмотренный программами по отдельным учебным предметам. Мониторинг осуществляется педагогами и классными руководителями в форме педагогического наблюдения, анкетирования, опроса, тестирования. Работа по формированию здорового образа жизни начинается с анкетирования обучающихся и их родителей, которое помогает быстро выявить отношение детей к своему здоровью.

Система разнообразных методов мониторинга позволит диагностировать развитие экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, как комплекса личных характеристик. Это позволит вести индивидуальную работу по коррекции и развитию всех сфер развития личности учащихся: познавательной, чувственно-эмоциональной, мотивационно - волевой, деятельностно - практической.

В ходе реализации программы будут использованы следующие диагностические методики:

Тест - анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья (методика Н.К. Смирнова) (для обучающихся 1-4 классов)

Анкета "Ценностные ориентиры"

Анкета для родителей по вопросу сохранения здоровья.

Анкета для учащихся 3-4 классов «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни»

Тест–опросник «Строение и функции организма человека»

Анкета .Цель: определение уровня сформированности экологической культуры младших школьников

Тест–опросник «Строение и функции организма человека»

Анкета «Оценка своего здоровья учениками 4-х классов»

### **Тест-анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья (методика Н.К. Смирнова)**

Тест-анкета заполняется каждым школьником самостоятельно. Приводится форма для юношей.

В варианте для девушек исключен вопросб. на вопросы

1-10 предлагается ответить «да» или «нет»; вопросы 11-15 предусматривают выбор одного из предложенных вариантов ответов.

Я часто сижу, сторбившись, или лежу с искривленной спиной.

Я ношу сумку (часто тяжелую) обычно в правой руке.

У меня есть привычка сутулиться.

Я чувствую, что мало (недостаточно) двигаюсь.

Я не занимаюсь оздоровительной гимнастикой (физзарядка, участие в спортивных секциях, плавание).

Я занимаюсь тяжелой атлетикой (поднятием тяжестей).

Я пытаюсь нерегулярно, кое-как.

Нередко читаю при плохом освещении лежа

Я не забочусь о своем здоровье

Бывает, я курю.

Помогает ли тебе школа заботиться о здоровье?

А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить.

12.Помогали ли тебе занятия в школе создать дома полезный для здоровья образ жизни? А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить

13.Какие для тебя состояния наиболее типичны на уроках?

А) безразличие; Б) заинтересованность ; В) усталость; Г) сосредоточенность; Д) волнение; беспокойство; Е) что-то другое.

14.Как, по твоему мнению, влияют учителя на твое здоровье?

А) заботятся о моем здоровье; б) наносят здоровью вред методами своего преподавания; в) подают хороший пример: г) подают плохой пример; д) учат, как беречь здоровье; е) им безразлично мое здоровье.

15.Как обстановка в школе влияет, по твоему мнению, на здоровье?

А) не оказывает заметного влияния; б) влияет плохо; в) влияет хорошо; г) затрудняюсь ответить.

Обработка результатов

По вопросам 1-10 по одному баллу начисляется за каждый положительный ответ.

По вопросам 11-12 балл начисляется за ответ "б".

По вопросу 13 балл начисляется за ответы "а", "в", "д".

По вопросу 14 балл начисляется за ответы "б", "г", "е".

По вопросу 15 балл начисляется за ответы "б", "г".

Интерпретация результатов: Благополучным считается результат, составляющий не более 6 баллов. «Зона риска» — более 12 баллов.

### **Анкета "Ценностные ориентиры"**

Анкета (для выявления отношения детей к своему здоровью)

1. Как ты считаешь, такие недомогания, как головокружение, головная боль, боли в спине, висках, ногах, усталость глаз, связаны:

- а) с учебой в школе
- б) большим количеством уроков и заданий?
- в) длинной зимой?
- г) началом какой – либо болезни, простуды

2. Посещаешь ли ты школу:

- А) при насморке и головной боли
- Б) невысокой температуре
- В) кашле и плохом самочувствии

3. При плохом самочувствии обращаешься к врачу?

- А) да
- Б) нет

4. Стараешься ли сидеть за партой:

- А) всегда правильно
- Б) иногда
- В) сидишь как удобно

5. Режим дня ты соблюдаешь:

- А) всегда
- Б) иногда, когда напоминают родители
- В) встаешь и ложишься, когда захочешь

6. Твой день начинается:

- А) с зарядки
- Б) водных процедур
- В) просмотра телевизора

7. Как ты считаешь, чаще болеют:

- А) полные люди
- Б) люди, которые едят много овощей и фруктов
- В) люди, которые много двигаются и бывают на улице

8. Моешь ли ты руки перед едой?

- А) да
- Б) нет

9. Ты чистишь зубы:

- А) утром
- Б) утром и вечером
- В) всегда после еды
- Г) никогда

10. Ты предпочитаешь, есть каждый день:

- А) бутерброды с чаем
- Б) чипсы и колу
- В) еду из «Макдоналдса»
- Г) кашу и суп
- Д) больше фруктов и овощей

### Анкета

#### Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на предлагаемые вопросы. Эти сведения необходимы для оценки состояния здоровья Вашего ребенка, своевременного совета специалистов (психолога, медицинского работника, педагога), они будут учтены при индивидуальной организации учебной деятельности. Внимательно ознакомьтесь с содержанием анкеты и дайте ответы на вопросы. Правильность заполнения является основой для повышения заботы о состоянии здоровья школьников.

ФИО ребенка \_\_\_\_\_ Класс

Дата заполнения \_\_\_\_\_

1. Состоит ли Ваш ребенок на учете в диспансере?

- а) да \_\_\_\_\_  
б) нет; (указать заболевание);  
в) не знаю.
2. Сколько раз в год Ваш ребенок болеет?  
а) 1 раз в год;  
в) больше 3 раз в год;  
б) 2-3 раз в год; г) не знаю.
3. Как Вы оцениваете состояние зубов Вашего ребенка?  
а) отличное;  
в) неудовлетворительное;  
б) удовлетворительное;  
г) не знаю.
4. Как Вы оцениваете состояние зрения Вашего ребенка?  
а) отличное;  
в) неудовлетворительное;  
б) удовлетворительное;  
г) не знаю.
5. Как Вы оцениваете состояние слуха Вашего ребенка?  
а) отличное;  
в) неудовлетворительное;  
б) удовлетворительное;  
г) не знаю.
6. Имеется ли нарушение осанки у Вашего ребенка?  
а) да;  
б) нет;  
в) не знаю.
7. Имеется ли плоскостопие у Вашего ребенка?  
а) да;  
б) нет;  
в) не знаю.
8. В случае, если Ваш ребенок заболел, вы обращаетесь (возможны несколько вариантов ответов):  
а) в муниципальное учреждение (поликлинику);  
в) лечите самостоятельно;  
б) к домашнему (частному) врачу;  
г) обращаетесь к народным целителям;
9. Обучаете ли Вы ребенка правилам здорового образа жизни?  
а) да;  
б) нет.
10. Как часто Ваш ребенок жалуется на головные боли?  
а) не жалуется;  
в) жалуется больше 2-х раз в неделю.  
б) жалуется 1-2 раза в неделю;
11. Как часто Ваш ребенок, вернувшись со школы, жалуется на усталость?  
а) не жалуется;  
в) жалуется больше 2-х раз в неделю.  
б) жалуется 1-2 раза в неделю;
12. Проводите ли Вы какие-либо профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний?  
а) витаминотерапию;  
д) массаж;  
б) фитотерапию;  
е) другие \_\_\_\_\_ (указать). в) закаливание; ж) не проводим. г) йога;
13. Сколько раз в неделю Ваш ребенок употребляет в пищу:  
- овощи: а) 1-2 раза в неделю; в) ежедневно; б) 3-4 раза в неделю; г) затрудняюсь ответить.



Иметь интересных друзей  
Много знать и уметь  
Быть красивым и привлекательным  
Быть здоровым  
Иметь любимую работу  
Быть самостоятельным  
Жить в счастливой семье

8. Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Выбери 4

Регулярные занятия спортом  
Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать  
Хороший отдых  
Знания о том, как заботиться о здоровье  
Хорошие природные условия  
Возможность лечиться у хорошего врача  
Выполнение правил ЗОЖ

9. Что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня? Отметь цифрами: «1»- ежедневно; «2»- несколько раз в неделю; «3»- очень редко или никогда.

Утренняя зарядка, пробежка  
Прогулка на свежем воздухе  
Завтрак  
Сон не менее 8 часов  
Обед  
Занятия спортом  
Ужин  
Душ, ванна

10. Какие мероприятия по охране здоровья проводятся в классе? «1»-проводятся интересно; «2»-проводятся неинтересно; «3»- не проводятся:

Уроки, обучающие здоровью  
Спортивные соревнования  
Классные часы о том, как заботиться о здоровье  
Викторины, конкурсы, игры  
Показ фильмов о том, как заботиться о здоровье  
Праздники на тему здоровья.

#### Анкета

**Цель: определение уровня сформированности экологической культуры младших школьников.**

1. Что такое природа?
2. Что природа дает человеку?
3. Как вы оцениваете состояние окружающей среды в вашей местности?
4. Каким образом человек разрушает природу?
5. Какие насекомые появляются весной первыми?
6. Какие животные занесены в "Красную книгу" нашей страны?
7. Назовите охраняемые растения вашей местности.
8. Что такое фотоохота?
9. Что могут сделать дети для охраны природы?

#### Тест-опросник «Строение и функции организма человека»

1. Как называется наука, изучающая строение тела человека?  
Физиология  
Зоология  
анатомия

2. Скелет и мышцы образуют:

- а) пищеварительную систему;
- б) кровеносную систему;
- в) опорно-двигательную систему.

3. Мышцы прикрепляются к костям при помощи:

- а) сухожилий;
- б) суставов;
- в) хрящей.

4. Главную опору нашего организма составляет:

- а) копчик;
- б) позвоночник;
- в) скелет ног.

5. Сколь органов чувств ты знаешь?

- а) 7
- б) 6
- в) 5

6. Соедини линиями

Глаза	Орган осязания
Уши	Орган вкуса
Нос	Орган зрения
Кожа	Орган обоняния
Язык	Орган слуха

7. С помощью какого органа ты узнаешь, что запел соловей, залаяла собака?

- Уши
- Глаза
- Нос
- мозг

8. При помощи какого органа ты отличаешь солёную пищу от горькой?

- Зубы
- Нос
- Язык
- Глаза
- губы

9. Кожа – это ...

- а) наружный покров человека;
- б) внутренний орган;
- в) это обёртка человека

10. Какой орган отвечает за дыхание человека?

- Сердце
- Легкие
- Почки

11. Какой орган контролирует работу твоего тела?

- Печень
- Сердце
- Мозг

12. Какой орган отвечает за переваривание пищи?

- Сердце
- Легкие
- Желудок

За каждый правильный ответ дается один балл 12-16 баллов – высокий уровень знаний о строении и функциях организма человека.

8 - 11 баллов - удовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

Ниже 8 баллов – неудовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

### Анкета «Оценка своего здоровья учениками 4-х классов»

1. Пропускаешь ли ты занятия по болезни?

- часто
  - Нет 21
  - иногда
2. Делаешь ли ты утром зарядку?
- Да
  - нет
  - иногда
3. Регулярно ли ты посещаешь уроки физкультуры?
- Да
  - Нет
  - иногда
4. Занимаешься на уроках физкультуры
- С полной отдачей
  - Без желания
  - Лишь бы не ругали
5. Занимаешься ли ты спортом?
- систематически
  - Нет
  - Не систематически
6. Проводятся ли на уроках физические паузы?
- Да
  - Нет
  - Иногда