ПРИНЯТО

На педагогическом совете № 5

11.01.2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы _____Р.Р. Хаблиева

Приказ от 11.01.2016 г.

ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В МКОУ СОШ им. Героя Советского Союза Энвера Ахсарова с.Зильги

на 2016 – 2018 г.г.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Пояснительная записка

Нормативной базой составления программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является Закон Российской Федерации «Об образовании» и Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования.

ФГОС предусматривает включение в содержание здорового образа жизни ребенка умений регуляции своей ведущей деятельности (учения, общения, познания, социальной практики) и формулирует требования к формированию у учащихся средств ее осознанной саморегуляции. Ключевая задача ФГОС, зафиксированная в его Концепции и Фундаментальном ядре содержания образования – формирование у учащихся умений самообучения, самовоспитания, саморазвития – как инструмента проектирования учащимися индивидуальных траекторий обучения. Предусматривается развитие у учащихся универсальных учебных действий как средств самостоятельного приобретения в течение жизни знаний о здоровом образе жизни, их обновления и применения в нестандартных жизненных ситуациях.

На фоне неблагоприятных показателей социально-экономического положения детей, интенсификации школьного образования отмечается нарастающее ухудшение их здоровья. По результатам профилактических осмотров, проведенных медиками, значительно выросло количество учащихся, страдающих заболеваниями нервно-психического расстройства, желудочно-кишечного тракта, заболеваниями МВС, органов зрения, сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Рост заболеваемости детей напрямую связан с неправильным образом жизни взрослых, за которым наблюдают и в котором участвуют дети. Факторы риска заболеваемости и ранней смертности, такие как курение, употребление алкоголя и наркотиков, физическая пассивность, выявляются у школьников различных возрастов.

Ухудшение здоровья детей связано с неполноценным питанием, гиповитаминозами, химическим загрязнением окружающей среды, отсутствием навыков и привычек здорового образа жизни.

В тоже время известно, что всякое заболевание, даже непродолжительное, изменяет реакцию организма, ухудшая функциональное состояние нервной системы, обуславливая падение работоспособности и высокую утомляемость и, как следствие, снижает успеваемость. Показатель здоровья и умственной работоспособности влияют на успешность овладения детьми школьной программой.

При формировании культуры здорового образа жизни необходимо создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания, просветительской работы с родителями обучающихся, привлечение родителей к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Данная программа направлена на совместное творчество школьников, родителей, администрации школы, учителей - предметников и классных руководителей, медицинского работника, социальных партнёров. Программа помогает каждому осознать здоровье как самоценность, выбрать здоровый образ жизни.

Цели, задачи и принципы программы

Цель:

Организация образовательного процесса, способствующего сохранению и укреплению физического и психологического здоровья обучающихся.

Задачи:

· пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);

· формирование установки на использование здорового питания;

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

· применение рекомендуемого врачами режима дня;

· формирование знания негативных факторов риска здоровья детей;

· становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

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

Принципы

· принцип природосообразности, предполагающий учёт возрастных и индивидуальных особенностей учащихся на основе изучения их потребностей и интересов и организация в связи с этим их здоровьесберегающей деятельности;

· принцип формирования ценностных установок школьников на здоровый образ жизни, следование которому обеспечивает формирование системы ценностей, мотивов и установок учащихся на здоровый образ жизни;

· принцип народности предполагает учёт национальной культуры, традиций и родного языка;

· принцип культуросообразности (включение в культуру посредством специально ориентированной и организованной здоровьетворческой деятельности);

· принцип здоровьетворческой активности (опора на активную личностную позицию школьников в формировании здорового образа жизни);

· принцип интеграции воспитательного воздействия, следование которому означает активное взаимодействие всех субъектов педагогического процесса: учителей, родителей и детей, направленное на обеспечение физического и психического здоровья каждого ребёнка;

· принцип гуманности основан на признании индивидуальности каждого ребёнка, его физического, духовного, эмоционального, социального и нравственного развития, милосердия и поддержки в критической ситуации. Проявляется это в поддержке личности в стремлении к самоопределению, помощи ребёнку в самореализации в семье, в школе, в оздоровительных, культурных, правовых, социальных, государственных и общественных учреждениях;

· принцип социальной ответственности общества за реализацию человека в творчестве, приобретение знаний, удовлетворение в общении. Он выражается в создании условий для развития одарённых детей, детей физически слабых, с отклонениями в поведении, детей-сирот, детей-инвалидов, детей-мигрантов, страдающих от жестокого обращения и нуждающихся в попечительстве.

Организация работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.

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

· анкетированию детей и родителей, анализу полученных результатов;

· анализу соблюдения и выполнению режима дня детей;

· анализу расписания занятий;

· выполнению санитарно-гигиенических требований;

· сформированности элементарных навыков гигиены;

· рациональному питанию;

· профилактике вредных привычек;

· организации просветительской работы с учащимися и родителями;

· мониторингу физического развития учащихся;

· анализу заболеваемости учащихся, выявлению динамики различных заболеваний, их возможных причин.

Второй этап – организация просветительской работы образовательного учреждения.

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

· внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые носят модульный характер, реализуются во внеурочной деятельности или включаются в учебный процесс;

· лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;

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

· создание в школе общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей.

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями, направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышения уровня знаний родителей по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

· проведение соответствующих лекций, семинаров, педсоветов, круглых столов, тренингов, диспутов, родительских собраний, ролевых игр и т.п.;

· приобретение для педагогов, специалистов и родителей необходимой научно-методической литературы;

· привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Структура системной работы по формированию культуры здорового и

безопасного образа жизни

Системная работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни				
1	**2**	**3**	**4**	**5**

Здоровьесберегающая инфраструктура	Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся	Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы	Реализация дополнительных образовательных программ	Просветительская работа с родителями (законными представителями)
Планируемые результаты				
Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятий в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения. Обучающиеся знают о возможном	Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья; рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно – двигательного характера ан ступени начального общего образования. Обучающиеся имеют первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и отдыха	Эффективное внедрение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек

	негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека. У обучающихся сформировано ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.			

Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

1. Соответствие состояния зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

2. Наличие столовой, помещения для хранения и приготовления пищи, необходимого технологического оборудования.

3. Организация качественного горячего питания, в том числе горячих завтраков.

4. Наличие спортивного зала, спортивной площадки, необходимого игрового и спортивного оборудования и инвентаря.

5. Комплектование необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (специалисты: учителя физической культуры, логопеды, социальные педагоги, педагоги-психологи, медицинские работники).

6. Оснащение учебных кабинетов необходимым оборудованием, мебелью, учебным материалом, ТСО.

Рациональная организация учебного процесса

1. С целью профилактики утомления и стрессов как одной из наиболее реальных возможностей здоровьесбережения в школе особое внимание уделять соблюдению гигиенических норм и требований к объему учебной и внеучебной нагрузки обучающихся на всех этапах обучения.

2. Соблюдение гигиенических требований к условиям обучения школьников:

· поддержание постоянного воздушно-теплового режима в помещениях школы; до начала учебных занятий и после них осуществление сквозного проветривания;

· наличие во всех учебных кабинетах естественного левостороннего освещения, создание условий для максимального использования дневного света и равномерного освещения учебных помещений;

· применение в учебных помещениях системы искусственного освещения, соответствие уровня освещенности в кабинетах гигиеническим нормам и требованиям;

· исключение действия раздражающих посторонних звуков, создание спокойной звуковой обстановки.

3. Во избежание утомления и стрессов особое внимание уделять рациональной организации урока:

· организация различных видов деятельности (письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание и работа с наглядными пособиями, проблемные беседы, решение задач, выполнение творческих заданий) на уроке, которые чередуются через 10 – 15 минут, а при необходимости и чаще;

· поддержка благоприятного психологического климата, уделение особого внимания эмоциональным разгрузкам;

· проведение на уроках тематических физкультминуток и физкультминуток, содержащих комплекс упражнений для разминки мелких мышц руки, массажа активных точек, гимнастики для глаз.

4. В своей педагогической деятельности следовать принципам здоровьесберегающей педагогики:

· принципу оздоровительной направленности;

· принципу комплексного междисциплинарного подхода к обучению школьников;

· принципу активного обучения;

· принципу формирования у обучающихся ответственности за их здоровье и здоровья окружающих людей.

5. Использовать на уроках методы и приёмы здоровьесберегающих технологий, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся:

· метод свободного выбора;

· метод групповой и коллективной работы;

· методы, направленные на самопознание и развитие самооценки обучающихся;

· практические методы (проведение практических, лабораторных работ; экскурсий; выполнение творческих работ; проектов на заданную тему);

· игровые методы обучения (использование на уроках познавательных, сюжетно- ролевых, дидактических, ситуационных игр);

· метод проблемного обучения.

6. Осуществлять индивидуализацию обучения: учитывать индивидуальные особенности развития каждого ученика.

7. Вводить любые инновации в учебный процесс только под контролем специалистов.

8. Использовать правила при работе за компьютером:

· Перед работой за компьютером необходимо сделать разминку.

· Сидеть при работе расслабленно.

· Необходимо чаще менять позу, делать перерывы в работе.

· Пальцы должны быть лёгкими и расслабленными.

· Необходимо заботиться о зрении при работе

· После завершения занятия необходимо делать разминку.

Медицинское обеспечение программы

В амбулатории Зильгинского поселения с момента рождения на каждого ребенка ,а в будущем обучающегося заводится личная медицинская карта, в которую при каждом медицинском осмотре вносятся все показатели состояния здоровья. Медицинская карта позволяет проследить, как развивается и взрослеет ученик, какие и когда у него появились отклонения в здоровье. Медицинское обеспечение включает:

· распределение обучающихся по группам здоровья;

· помощь врача и медицинской сестры (фельдшера) школы в организации занятий с обучающимися, отнесёнными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;

· составление списков обучающихся, освобождённых от занятий физической культурой;

· беседы врача и медицинской сестры (фельдшера) школы с обучающимися о личной гигиене и вредных привычках;

· профилактические прививки обучающихся и учителей;

· заполнение паспортов здоровья классов;

· заполнение паспортов физического развития обучающихся;

· диспансеризацию педагогического коллектива школы;

· выполнение санитарно-гигиенических требований;

· контроль за выполнением рекомендаций листа здоровья;

· анализ режима дня.

Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы

Психолого-педагогическое и социальное обеспечение программы предполагает:

· тесное сотрудничество учителей школы с медицинскими работниками закрепленными за школой , заместителем директора по воспитательной работе ,

· сотрудничество учителей-предметников с классными руководителями;

· предупреждение конфликтных ситуаций «учитель – ученик», «ученик-ученик»,

· решение проблем, связанных с трудностями, возникающими у обучающихся в процессе занятий физической культурой (помощь в преодолении психологического барьера, ориентация на успех в физическом развитии);

· психологические консультации для родителей;

· контроль медицинского обслуживания обучающихся;

· контроль качества питания обучающихся и учителей в столовой.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

Организация физкультурно-оздоровительной работы предполагает:

· формирование специальных медицинских групп обучающихся с ослабленным здоровьем для занятий физической культурой;

· введение третьего дополнительного урока по физической культуре;

· организация динамических пауз в виде игр;

· введение 1 спортивного часа в неделю в режим группы продленного дня.

· проведение ежедневной утренней гимнастики в течение 8 минут до уроков.

· организация секций;

· участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях (Дни спорта, Весёлые старты, Турниры памяти и т.д.);

· проведение школьной олимпиады по физической культуре;

· проведение классных часов по вопросам гигиены, охраны здоровья и формирования здорового образа жизни по темам:

Личная гигиена,1 класс.

Чтобы зубы не болели,1 класс.

Беречь глаза как алмаз,1 класс.

Да здравствует мыло душистое,1 класс.

Твой режим дня,1 класс.

О хороших привычках, 2 класс.

Умеем отдыхать, 2 класс.

Не видать грязнулям счастья, 2 класс.

Загадки доктора Неболита, 2 класс.

Ты и телевизор, 3 класс.

ТВ + здоровье, 3 класс.

Смейся на здоровье. Улыбка и хорошее настроение, 3 класс.

Чихали мы на простуду!, 3 класс.

Лакомств – 1000, а здоровье – одно!, 4 класс.

Как устроен человек?, 4 класс.

Как уберечь себя от беды, 4 класс.

Наше здоровье в наших руках, 4 класс;

· организация работы валеологического кружка с целью создания условий для формирования у школьников гигиенических умений и навыков, углубления знаний обучающихся о факторах здоровья и нездоровья;

· участие в районных мероприятиях, посвященных охране здоровья;

· участие в конкурсах рисунков на темы: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!», «24 марта – День борьбы с туберкулезом», «1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом».

Реализация дополнительных образовательных программ

1. Для введения дополнительных образовательных программ необходимо:

· осуществление мониторинга физического развития обучающихся с последующим анализом;

· проведение совместно с медицинской сестрой школы анализа заболеваемости обучающихся, выявление динамики различных заболеваний и их возможных причин;

· проведение с обучающимися бесед о сохранении, укреплении здоровья, создание информационных вестников и листков здоровья: профилактические беседы о мерах по предупреждению инфекционных (гриппа, гепатита, туберкулеза и др.) и паразитных (аскаридоза, гельминтоза, педикулеза) заболеваний;

· приглашение специалистов из кожно-венерологического диспансера, центра профилактики СПИДа для проведения лекций для обучающихся о мерах предупреждения различных кожных заболеваний;

· выпуск санбюллетеней, валеологических листовок с информацией о предупреждении инфекционных и других заболеваний.

· проведение дней здоровья;

· организация работы кружков;

· проведение мониторинга здоровья обучающихся с целью создания условий для развития у школьников умений оценивать здоровье человека, определять степень влияния факторов окружающей среды на здоровье человека.

· проведение тематических классных часов с валеологическим содержанием;

· организация работы валеологического кружка с целью создания условий для формирования у школьников гигиенических умений и навыков, углубления знаний обучающихся о факторах здоровья и нездоровья;

· участие в городских мероприятиях, посвященных охране здоровья;

· участие в конкурсах рисунков на темы: «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья!», «24 марта – День борьбы с туберкулезом», «1 декабря - Всемирный день борьбы со СПИДом».

2. Создание программы «Обучение здоровью».

Программа «Обучение здоровью» вводится с 1 класса и продолжается на всех ступенях школы. Дети развиваются и взрослеют, появляется необходимость вновь возвращаться к целому ряду вопросов обучения здоровью. Программа представлена как интегрированный курс в образовательные учебные предметы (окружающий мир, ОБЖ, музыка), через классные часы. Программа «Обучение здоровью» знакомит со всем многообразием окружающего мира, формирует сознательность и умение выбирать. Реализация программы позволит сформировать основы психологической грамотности, гражданскую сознательность и поможет школьнику успешно адаптироваться в жизни.

Тематическое планирование

Класс	*Предмет*	*Тема урока*	*Знания, умения, навыки*
1 класс	Окружающий мир	1. Части тела и их функциональное предназначение (самопознание).	Понимает, что все дети растут по-разному.
		2. Периоды изменение работоспособности и режим дня	Понимает, что болезни могут

	(самопознание, гигиена труда и отдыха).	
	3. Профилактика инфекционных заболеваний (здоровье).	передаваться от одного человека к другому.
	4. Способы «пассивной» защиты от болезней: мытье рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д. (здоровье, профилактика).	
ОБЖ	1. Ситуации -«ловушки», в которые обычно попадают дети (безопасность).	Знает правила поведения на улице, демонстрирует осторожность и внимание при езде на велосипеде.
	2. Сигналы регулирования дорожного движения (безопасность).	Понимает и признает правила поведения в общественных местах.
	3. Правила безопасного поведение у железнодорожных путей (безопасность).	Узнает о безопасных процедурах в местах пользования огнем, водой, газом.
	4. Опасные факторы современного жилища, школы, игровой площадки (здоровье, безопасность).	Получает базовые знания о первой доврачебной помощи. Учится различать и называть службы, отвечающие за общественную безопасность
	5. Экстремальные ситуации, связанные с незнакомым человеком (безопасность).	
	6. Вызов экстренной помощи (здоровье, безопасность).	
Классный час	1. Пищевые вещества (самопознание).	Формирование позитивного отношения к здоровой пище.
	2. Правила поведения за столом (самопознание, взаимодействие с другими). 3. Правила ухода за посудой (здоровье).	Понимание и применение правил культуры поведения за столом. Понимает необходимость содержания в чистоте посуду, столовые приборы и умеет это использовать на практике.
Музыка	1. Мысли, чувства в музыке (психическое и эмоциональное здоровье).	Осознание и понимание собственных чувств по отношению к себе и другим; узнает и понимает свои эмоции и эмоции других людей
	2. Выразительные средства в музыке (эмоциональная	

		отзывчивость, сопереживание).	Понимание причин позитивных и негативных эмоций; умение адекватно выражать эмоции.
2 кла сс	Окружающий мир	1. Гигиена органов зрения и факторы, приводящие к утомлению. 2. Выбор одежды, обуви в соответствии с погодными условиями, индивидуальными особенностями. 3. Внутренние органы и их предназначение. 4. Признаки утомления. 5. Отдых. Сон. 6. Гигиена питания.	Понимает, что тело состоит из клеток и является основной структурной единицей жизни. Понимает важность и применяет основные приемы защиты органов зрения и учится оказывать первую помощь при повреждении глаз. Понимает, что отдых и расслабление необходимы для органов зрения. Понимает разницу в самочувствии и поведении после полного и недостаточного отдыха. Умеет делать выбор в соответствии с погодными условиями и своими индивидуальными особенностями. Идентификация продуктов питания и необходимое количество пищи.
	ОБЖ	1. Ожоги. Пиротехнические средства (безопасность). 2. Игры с острыми предметами (здоровье, безопасность). 3. Опасные игры в школе, дома, на улице (здоровье, безопасность). 4. Первая помощь при простых травмах (здоровье). 5. Укусы зверей, змей, насекомых	Умеет различать и описывать личное безопасное поведение. Понимает и учится применять безопасные правила поведения дома, на улице, на природе. Получает базовые знания о первой доврачебной помощи.

		(здоровье, профилактика, безопасность).	
	Музыка	1. Интонационная выразительность музыкальной речи (психическое и эмоциональное здоровье).	Понимает, что позитивные эмоции способствуют мышлению, памяти, творчеству, решению проблем.
		2. Музыка утра (эмоциональная отзывчивость, сопереживание).	Умеет адекватно оценить себя, понимает эмоции других людей.
3 кла сс	Окружающий мир	1. Рост и развитие человека. Физические недостатки - эмоции и чувства, психическое и эмоциональное здоровье. 2. Кожа (самопознание, здоровье, гигиена).	Знает, как эмоции влияют на физическое здоровье. Понимает, что позитивные эмоции помогают учиться и жить.
		3. Строение ротовой полости (самопознание, гигиена, профилактика заболеваний).	Понимание того, что кожа, которая покрывает и защищает наше тело, является органов чувств.
		4. Микробы (самопознание, здоровье, инфекционные заболевания).	Понимает и применяет правила ежедневного ухода за полостью рта. Понимает, что постоянные зубы не меняются.
		5. Пищеварение (здоровье, гигиена питания, профилактика инфекционных заболеваний).	Учится различать продукты питания по группам, формирует предпочтения в еде, планирует меню на день.
		6. Пищевые продукты (здоровье, гигиена питания, профилактика инфекционных заболеваний).	
	ОБЖ	1.Медицинские услуги (здоровье)	Понимает роль стоматологических служб, важность регулярных посещений врача. Знает, что лекарства следует принимать только при необходимости и под руководством родителей или других взрослых, которые отвечают за это.
		2.Лекарствасамопознание, безопасность)	
	Классный час	1. Права ребенка в семье (психическое и эмоциональное здоровье).	Понимает причины гнева. Учиться управлять своими эмоциями.

		2. Правила групповой деятельности (самопознание, психическое и эмоциональное здоровье).	Ценность человека. Самовыражение и воздействие друг на друга через слова, действия, поступки и движения тела.
4 кла сс	Окружающий мир	1. Чувства, эмоции, настроение (психическое и эмоциональное здоровье).	Понимание того, что человек обладает многими чувствами и обучение правильно выражать свои эмоции. Согласование своих действий с другими. Понимание того, что может обидеть других.
		2. Общение (самопознание, взаимодействие с другими).	Понимает, что друзья помогают чувствовать себя счастливым.
		3. Дружба (самопознание, взаимодействие с другими, конфликт, безопасность).	
	Классный час	1. Семья (самопознание, психическое и эмоциональное здоровье).	Понимание функций родителей в семье, ответственность родителей. Значение семьи в развитии личности. Понимание, уважение потребностей членов семьи и проявление уважения
	ОБЖ	1. Экстремальные ситуации (здоровье, безопасность).	Узнает об основных чрезвычайных ситуациях и учиться основным правилам поведения в них. Знает правила дорожного движения, безопасного поведения в школе, дома, при поездках в транспорте, во время отдыха и умеет их применять в жизни Понимает, зачем люди применяют лекарства в немедицинских целях и осознает опасность таких действий.
		2. Поведение, подвижные игры на улице (безопасность).	
		3. Пожары (здоровье, безопасность).	
		4. Стихийные бедствия, техногенные катастрофы (здоровье, безопасность).	
		5. ПАВ (здоровье, профилактика).	
	Музыка	1. Россия - Родина моя (психическое и эмоциональное здоровье).	Учится уважать себя, гордиться своими хорошими сторонами; уважать и гордиться своей Родиной.

2. День, полный событий (психическое и эмоциональное здоровье).	Понимает значимость внутренних и внешних факторов на самооценку.

Просветительская работа с родителями

1.Консультативная работа, цель которой – разработка рекомендации для учителей, родителей по укреплению здоровья школьников.

· **Тренинги для родителей:**

Проблемы здоровья детей.

Роль семьи в воспитании здорового ребёнка. Проблемные ситуации в семье.

Права ребёнка. Принятие ребёнка.

Стили воспитания и последствия для ребёнка.

Влияние родительских установок на развитие детей.

Активное слушание.

Способы установления контакта. «Я - послания». Заключение договора.

Позитивное разрешение конфликтов.

Способы организации совместной деятельности. Гендерный подход в воспитании.

Воспитание самостоятельной личности.

«Передача ответственности».

Формирование жизненно важных навыков.

Профилактика жестокости и насилия. Завершение тренинга.

· **Родительские собрания:**

«Распорядок дня ребёнка».

«Особенности психофизического развития детей разных возрастных групп».

«Профилактика простудных заболеваний».

«Профилактика стрессов».

«Роль физкультуры в формировании здорового образа жизни».

«Компьютер и здоровье».

· **Выпуск бюллетеней для родителей:**

«Распорядок дня ребёнка».

«Особенности психофизического развития детей разных возрастных групп».

«Профилактика простудных заболеваний».

«Профилактика стрессов».

«Роль физкультуры в формировании здорового образа жизни».

«Компьютер и здоровье».

· Информирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни с использованием листовок, буклетов, школьных информационных стендов.

· Индивидуальное консультирование родителей по вопросам здоровья школьников и пропаганды здорового образа жизни.

2. Совместная внеклассная работа педагогов, родителей и обучающихся:

· праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»;

· экскурсии;

· привлечение родителей-специалистов для участия в работе с детьми, проведения круглых столов для педагогов.

Создание в образовательном учреждении программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и её эффективное функционирование предполагает полноценное осознание всеми участниками образовательного процесса важности сохранения своего здоровья и здоровья окружающих его людей.

Сроки реализации программы

Программа предполагает четырехлетний период осуществления (2016-2020гг.).

Именно четырехлетний период является наиболее обозримым практически и наиболее удобным для схемы образовательной деятельности, включая в себя начало работы, ее развитие и подведение итогов. Это оптимальный вариант для экспериментальной деятельности по внедрению здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс школы, создание условий комфортности для успешной адаптации при переходе учащихся на новую ступень обучения. Это возможность анализа результативности деятельности школы.

Планируемые результаты реализации программы.

личностные УУД:

-оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;

-понимать важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;

- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

Регулятивные УУД:

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);

- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя-консультанта.

Коммуникативные УУД:

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;

-при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;

-учиться критично относиться к собственному мнению;

- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);

- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

Реализация программы способствует:

– повышению эффективности работы педагогов и медицинских работников по сохранению и укреплению здоровья учащихся;

– пополнению фонда технического оборудования и создание дополнительных кабинетов по обслуживанию учащихся с целью сохранения и укрепления их здоровья;

– удовлетворению спроса населения (подростков, молодежи, родителей) в использовании спортивной базы школы для занятий спортом;

– использованию новых, эффективных технологий, основанных на уважении личности, ее интересов, заботе о ее здоровье;

– расширению перечня дополнительных услуг, предоставляемых детям, не посещающим дополнительные образовательные учреждения, для решения проблемы адаптации учащихся I ступени;

– обеспечению охраны жизни и безопасных условий учебы и труда; сохранение и укрепление здоровья обучающихся, формирование их здорового образа жизни;

– созданию условий для полноценного питания обучающихся;

– повышению профессионального мастерства и качества труда педагогических кадров;

– созданию новых культурно – спортивных комплексов;

– формированию зрелой личности выпускника с позитивными моральными ценностями, с высоким потенциалом здоровья.

Модель формирования культуры здоровья выпускника школы

I. Основы культуры здоровья (здоровьесберегающие компетентности)	– устойчивая потребность в ЗОЖ – умение применять средства оздоровления – поддержка собственного физического уровня – овладение различными видами двигательной активности – сформированность культуры питания
II. Коммуникативные компетентности	– умение выстраивать позитивное межличностное общение – умение решать конфликты ненасильственным путем – адекватное поведение в стрессовых ситуациях – сформированность нравственных норм
III. Интеллектуальные компетентности	– оптимальное использование медиатехнологий без ущерба для здоровья – владение приемами научной организации учебной (интеллектуальной) деятельности – знания о навыках профилактики и сохранения здоровья

	– знание о приоритете здоровья в системе жизненных ценностей

Целевая *Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни* позволяет создать инновационный потенциал, обеспечить принципиальное изменение ситуации, оперативно решать возникающие проблемы и расширить имеющиеся возможности комплексной системной работы по охране и укреплению здоровья.

Научное обеспечение реализации программы

1. Т.И.Шамова. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе. Москва, «Перспектива», 2008.

2. Н.К.Смирнов. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва, «АРКТИ», 2006.

3. Е.П.Савина, Т.А.Мацкевич, А.П.Шевченко. Школа как здоровьесберегающая система. Творчество. Самара, «Книга»,2002.

4. Л.М.Сураева, В.Е.Якунин, В.Е.Иванова. Педагогика и психология здоровья школьников. Тольятти, издательство Фонда «Развитие через образование», 2002.

5. О.А.Шклярова, Г.С.Козупица, О.В.Федорахина. Оздоровительные технологии в педагогическом процессе. Тольятти, издательство Фонда «Развитие через образование», 2001.

6. Е.А.Дегтерев, Ю.Н.Синицын. Управление современной школой. Педагогика здоровья. Ростов-на Дону, «Учитель», 2005.

7. С.А.Цабыбин. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. Волгоград, «Учитель», 2007.

8. В.И.Ковалько. Здоровьесберегающие технологии. Москва, «ВАКО», 2004.

9. И.В.Чупаха, Е.З.Пужаева, И.Ю.Соколова. Здоровьесберегающие технологии. Москва, «Илекса», 2003.

10. Л.моховикова. О здоровье и самосовершенствовании. Библия. Народная мудрость. Наука.Тольятти, «Форум», 2008г

11. Ю.В.Науменко. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности. Москва, «Глобус», 2009.

12. Г.Ф.Балашова, Н.С.Криволап, О.А.. Хаткевич. Питание школьников. Минск, изд. ООО «Красико-Принт», 2003.

13. М.М.Безруких, Т.А.Филиппова, А.Г.Макеева. Разговор о правильном питании. Москва, «НЕСТЛЕ», 2003.

14. Т.И.Бочкарёва, И.В.Абрамова. Здоровое питание школьников. Самара, ГОУ СИПКРО, 2005.

15. С.Шапиро и др. Питание и ваше здоровье. Фонд Сороса, Нижний Новгород, 1994.

16. Т.М.Жирова. Твоя жизнь-твой выбор. Развитие ценностей здорового образа жизни школьников. Волгоград, «Панорама», 2006.

17. Л.В.Баль, С.В.Барканова. Формирование здорового образа жизни российских подростков. Москва, «Владос», 2002.

18. М.Ф.Рзянкина, Е.Н.Андрюшкина. Здоровье детей в образовательных учреждениях.ростов-на Дону, «Феникс», 2007.

19. Пиколов А.И. Обучение и здоровье: Методическое пособие. М., 1988.

20. Коменова Г.С., Мягкова А.Н. Учебная нагрузка и здоровье школьника/Человек. Культура. Здоровье. М., Генезис, 1997.

21. Н.б.Абросимов, И.С.Андреев, С.Ю.Купцова. Безопасность для каждого. Самара. Изд-во НТЦ, 2005.

22. Коган В.В. Человек в потоке информации. Новосибирск. Наука. 1981.

23. Зеркина Е. Осторожно, Интернет! http://masu-inform.ru