**Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования**

Введение

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.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

* Закон Российской Федерации «Об образовании»;
* Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
* СанПиН, 2.4.2.1178-02 «Гигиенические требования к режиму учебно-воспитательного процесса» (Приказ Минздрава от 28.11.2002) раздел 2.9.;
* Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
* Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
* О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
* Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);
* Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);
* Концепция УМК «Школа 2100», «Система Эльконина – Давыдова».

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, обусловливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагополучных 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.

Структура Программы:

* 1. Концепция (цель, задачи, методологические положения, особенности, принципы, ожидаемый результат).
  2. Создание необходимых социально-педагогических условий для реализации Программы.
  3. Содержательные основы Программы (приоритетные направления создания атмосферы культуры здорового и безопасного образа жизни в МОУ Лицей №6).
  4. Базовая модель - структура организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни.
  5. Реализация Программы как комплексная практическая основа для разработки модели формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования в соответствии с дальнейшей разработкой и реализацией системы федеральных государственных стандартов общего образования.
  6. Методические рекомендации по обеспечению формирования психологической готовности педагогов Лицея к работе по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

1. Концепция

Цель Программы: формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования.

***Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:***

* сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
* научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
* 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 и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
* дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью 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;
* дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
* обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
* сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
* сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
* сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

**Основные концептуальные** **положения:**

Теоретико-методологической основой разработки Программы является культурно-исторический, деятелъностно-мотивационный подход,- разработанный в трудах отечественных психологов Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, П.Я. Гальперина и других. В рамках этого подхода были сформулированы теоретические положения, в совокупности позволяющие разработать научно-обоснованную модель программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в системе начального общего образования лицея.

Содержательное ядро Программы - включение детей в мир культуры взрослых путём организации их взаимодействия, основанного на решении реальных и актуальных для детей жизненных задач возраста. Отсюда введение широкоформатного понятия *«совместная деятельность».*

В новых условиях, в соответствии с моделью построения государственных стандартов общего образования программа написана с опорой на гуманистический потенциал.

**Особенности Программы:**

Программа создания атмосферы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в начальной школе лицея и её реализация является базовым компонентом целостной системы в МОУЛицей № 6, определяющим ее оптимальное развитие в целях усиления воздействия с учетом возрастных и психологических особенностей разновозрастных групп обучающихся.

Программа строится с учетом качественных изменений социально-педагогических условий образования и воспитания.

Важнейшим средством ее реализации является укркпление и развитие пространства здорового и безопасного образа жизни на основе единых идеологии, принципов, приоритетных направлений, современных педагогических технологий при активном сбережении, поддержке и развитии инновационной деятельности. Реализация Программы предполагает не только знание основ здорового образа жизни, но обеспечивает и гарантирует их использования для того, чтобы оно стало необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в младшем школьном возрасте необходимо, учитывая психологические и психофизиологические характеристики возраста, опираться на зону актуального развития, исходя из того, что формирование ценности здоровья и здорового образа жизни - необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения, требующий соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания.

Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни.

Разработка программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации должна строиться на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

**Принципы:**

Важнейший из принципов формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «*Не навреди!*» - одинаково актуальный как для медиков, так и для педагогов. Да, важно дать школьнику максимальный объём знаний, но важно уметь соблюдать оптимум для каждого конкретного ученика, в каждых конкретных условиях.

*Принцип сознательности -* нацеливает на формирование у обучаемых глубокого понимания, устойчивого интереса, осмыс­ленного отношения к познавательной деятельности. Повышению сознательности способствует применение педагогом специальных методических приемов, решающих проблемы здоровьесберегающих технологий педагогики оздоровления.

*Принцип систематичности, и последовательности* проявляется во взаимосвязи знаний, умении, навыков. Система подготовитель­ных и подводящих действий позволяет перейти к освоению нового и, опираясь на него, приступить к познанию последующего, более сложного материала. Регулярность, планомерность, непрерывность в учебно-воспитательном процессе на протяжении всего периода обучения в общеобразовательной школе обеспечивают принцип систематичности.

Систематически проводимые формы организации познаватель­ной деятельности в сочетании со здоровьесберегающими мероприя­тиями приучают учащихся постоянно соблюдать оздоровительно-воспитательный режим, тогда как прекращение систематических занятий снижает функциональные возможности организма.

Работая, например, за компьютером, ученик должен быть при­учен к обязательному систематическому выполнению комплексов восстанавливающих упражнений: защитно-профилактических (лич­ная гигиена и гигиена обучения); компенсаторно-нейтрализующих (физкультминутки, оздоровительная, пальчиковая, корригирующая, дыхательная и др. гимнастика, массаж; самомассаж; психогимна­стика, тренинг, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации); стимулирующих и т. д.

*Принцип повторения* знаний, умений и навыков является одним из важнейших. В результате многократных повторений вырабатыва­ются динамические стереотипы. Характер элементов деятельности может проявляться в изменении упражнений и условий их выпол­нения, в разнообразии методов и приемов, в различных формах заданий.

*Принцип постепенности.* Стратегия и тактика систематического и последовательного обучения важна для формирования здоровье­сберегающих условий всестороннего образования ребенка. Она предполагает преемственность ступени обучения.

*Принцип индивидуализации и доступности* имеет свои особен­ности в оздоровительной напряженности здоровьесберегающих образовательных технологий.

*Принцип индивидуализации* осуществляется на основе общих закономерностей обучения и воспитания. Опираясь на индивидуальные особенности учащихся, педагог всесторонне развивает каждого ребенка, планирует и прогнозирует его развитие. С учетом уровня индивидуальной подготовленности ученика, его двигательных спо­собностей и состояния здоровья, намечаются пути совершенствова­ния умений и навыков, построения двигательного режима, приоб­щения к разным формам познавательной деятельности. Используя природные данные ребенка, педагог направляет и стабилизирует его всестороннее развитие. Назначение принципа доступности и инди­видуализации видится в исключении негативных и вредных послед­ствий для организма учащихся вследствие чрезмерных требований и заданий. Педагог должен владеть знанием гигиенических норм и требований к режиму и длительности занятий с учащимися каждо­го конкретного возраста, к условиям проведения занятий (световая среда, помещение, мебель и оборудование) и т. д.

Деятельность учащихся должна быть доступной и посильной, а отдых - обеспечивать полное функциональное восстановление организма. При построении учебного процесса, при составлении расписания занятий - важно учитывать биологические ритмы, свойственные организму, динамику работоспособности учащихся в тече­ние дня, суток, недели, механизмы повышения работоспособности, рациональное чередование деятельности. Педагогическая эффектив­ность занятий теснейшим образом связана с работоспособностью и утомлением. При утомлении школьника снижается успеваемость, ухудшается память, появляются трудности в усвоении нового ма­териала, снижается активность, падает продуктивность занятия, возникает состояние неудовлетворенности, неуверенности в своих силах, теряется положительная мотивация к занятию, снижается уровень работоспособности.

*Принцип непрерывности* выражает закономерности построения педагогики оздоровления как целостного процесса. Он тесно связан с принципом системного чередования нагрузок и отдыха. Сочета­ние высокой активности и отдыха в разных формах деятельности учащихся повышает их эффективность, что выражается в динамич­ности закономерных изменений содержания и формы параметров функциональных нагрузок от занятия к занятию, от этапа к этапу.

*Принцип цикличности* способствует упорядочению процесса педагогики оздоровления. Он заключается в повторяющейся последовательности занятий, что улучшает подготовленность ученика к каждому последующему этапу обучения.

*Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей учащихся* является фундаментом для формирования знаний, умений и навыков, развития функциональных возможностей организма в процессе использования средств здоровьесберегающих технологий.

*Принцип наглядности -* обязывает строить процесс обучения с максимальным использованием форм привлечения органов чувств человека к процессу познания. Принцип наглядности предназначен длясвязи чувственного восприятия с мышлением. Он способствует направленному воздействию на функции сенсорных систем, участ­вующих в познавательном процессе.

*Принцип активности -* предполагает в учащихся высокую сте­пень подвижности, самостоятельности, инициативы и творчества.

Двигательная активность школьников в течение дня не соот­ветствует двигательному оптимуму и совершенно недостаточна для нормального развития растущего организма. Соблюдение принципа активности в педагогической практике современного педагога позволяет организовать занятия таким образом, чтобы не вредить здоровью детей.

*Принцип всестороннего и гармонического развития личности.* Содействует развитию психофизических способностей, знаний, умений и навыков, осуществляемых в единстве и направленных на всестороннее - физическое, интеллектуальное, духовное, нрав­ственное и эстетическое - развитие личности ребенка.

*Принцип оздоровительной направленности* решает задачи ук­репления здоровья школьника в процессе обучения.

*Принцип комплексного междисциплинарного подхода к обуче­нию школьников* подразумевает тесное взаимодействие педагогов и медицинских работников.

*Принцип комплексного сквозного подхода -* заключается в осу­ществлении преемственности между возрастными видами деятель­ности.

*Принцип формирования ответственности* у учащихся за свое здоровье и здоровье окружающих людей.

*Принцип гарантий -* реализация конституционных прав детей на получение образования и воспитания, выполнение государственных гарантий, направленных на укрепление здоровья подрастающего поколения.

*Принцип связи теории с практикой* - призывает настойчиво приучать учащихся применять свои знания на практике, используя окружающую действительность не только как источник знаний, но и как место их практического применения.

*Принцип акмеологического подхода* к учебно-воспитательному процессу позволит сделать обучение увлекательным и легким как для педагога, так и для учащихся. Педагог *-* важнейшее лицо в учебно-воспитательном процессе современной школы. Человек высокой культуры, он воспитывает культуру личности, создает фундамент культуры последующих поколений, сам стремится к совершенство­ванию, учит детей быть более совершенными как физически, так и духовно.

*Принцип аксиологического подхода* трактует тезис о том, что человек является высшей ценностью, а основой его жизнедеятельности является освоение общечеловеческих ценностей, среди которых основная категория *-* здоровье человека.

Ожидаемый результат:

* Оптимизация образовательной и воспитательной среды формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в системе начального общего образования на новой основе;
* Осознание перспективы новых подходов к стратегии и технологии и воспитания как мощный стимул для творчества педагогов в работе по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;
* Интеграция социального и педагогического опыта педагогов лицея в целях дальнейшей разработки модели формирования культуры здорового и безопасного образа жизни;
* Повышение уровня сформированности необходимых знаний, умений и навыков культуры здорового и безопасного образа жизни, использование полученных знаний, умений, навыков в повседневной жизни.

1. **Создание социально-педагогических условий для реализации Программы (интеллектуальных, технических, правовых, организационных)**

**Реализация Программы предполагает наличие следующих условий:**

1. Высокий уровень психологической готовности педагогов в работе по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в лицее, включающий профессиональную компетентность (образование и соответствующую систему навыков);
2. Программно-методическое обеспечение, соответствующее по содержанию и динамике задачам реформирования системы образования, разработке, апробации и реализации стандартов общего образования (в начальной школе);
3. Материально-техническую и учебно-техническую оснащенность, критерии которых определяются новыми высокими требованиями завтрашнего дня (информация, компьютеризация, Интернет);
4. Федеральное, региональное и внутришкольное нормативно-правовое сопровождение, как основа функционирования МОУ Лицей № 6 в едином образовательном и воспитательном пространстве.

Нормативно-правовое обеспечение процесса формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в соответствии с федеральным и региональным законодательством реализуется в системе нормативных актов МОУ Лицей № 6, а именно:

* + Устав образовательного учреждения;
  + документы, раскрывающие стратегические задачи и специфику системы работы лицея, содержание, формы и методы совместной деятельности детей и взрослых; функциональные обязанности, должностные инструкции, планы работы специалистов - педагогов- психологов, социальных педагогов, воспитателей, педагогов-организаторов воспитательного процесса;
  + документы (федеральные, региональные) для руководства по организации процесса по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в МОУ Лицей № 6;
  + отчетная документация, раскрывающая систему контроля на основе выработанных критериев и конкретных показателей результативности.

**III. Содержательные основы Программы (приоритетные направления создания атмосферы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни в МОУ Лицей № 6)**

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

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

В школе работает ***столовая****,* позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время.

В школе работают оснащенные спортивные залы, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

В школе работает ***медицинский кабинет.***

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает ***квалифицированный состав специалистов.***

***2. Использование возможностей УМК «Школа 2100», «Система Эльконин –Давыдова» в образовательном процессе.***

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов УМК «Школа 2100», «Система Эльконин –Давыдова».

Система учебников «Школа 2100», «Система Эльконина–Давыдова» формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

**В курсе «Окружающий мир»** — это разделы: «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия», «Чемуучит экономика» и др. и темы: «Что вокруг нас может быть опасным?», «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?», «Почему в автомобиле и поезде нужно соблюдать правила безопасности?», «Почему на корабле и в самолете нужно соблюдать правила безопасности?».

При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

**В курсе «Изо и художественный труд»** припервом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением, различными материалами в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.

**В курсе «Английский язык»** в учебниках содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм.

Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр.

**В курсе «Основы религиозных культур и светской этики»** тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Ислам и наука» (№26-27 «Основы исламской культуры»), «Отношение к природе» (№13 «Основы буддийской культуры»), «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» (№26, 29 «Основы православной культуры) и др.

**В курсе «Физическая культура»** весь программный материалспособствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все уроки, но особенно, те, на которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служит внеклассная работа **по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру**, а также материал для организации проектной деятельности в учебниках **Изо и художественного труда, иностранных языков, информатики.**

Задача формирования бережного, уважительного, сознательного отношения к материальным и духовным ценностям решается средствами всей системы учебников «Школа 2100», «Система Эльконина–Давыдова», в течение всего учебно-воспитательного процесса и способствует формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.

***3. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.***

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований***к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

В учебном процессе педагоги применяют ***методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.*** Используемый в школе учебно-методический комплекс «Школа 2100», «Система Эльконина–Давыдова» 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 коллектив учитывает в образовательной деятельности ***индивидуальные особенности развития учащихся****:* темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников «Школа 2100», «система Эльконина–Давыдова» 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.

***4. Организация физкультурно-оздоровительной работы***

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

* *полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);*
* *рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;*
* *организацию занятий по лечебной физкультуре;*
* *организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;*
* *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.).*

**5. *Реализация* дополнительных *образовательных программ***

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

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

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

* проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т.п.;
* привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
* создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

1. **1. Базовая модель организации работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни**

*Первый этап -* анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения но 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 просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями);
  + выделению приоритетов в работе образовательного учреждения с учетом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

*Второй этап* – организация просветительской работы образовательного учреждения.

1. Просветительско-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности 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 должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться 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 (законных представителей).

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

* проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;
* приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законныхпредставителей) необходимой научно-методической литературы;
* привлечение педагогов и родителей (законныхпредставителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

1. **Структура системной работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования**

Системная работа на ступени начального общего образованияпо формированию культуры здорового и безопасного образа жизни может быть представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков – по созданию здоровьесберегающей инфраструктуры, рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся, эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, реализации образовательной программы и просветительской работы с родителями (законными представителями) и должна способствовать формированию у обучающихся ценности здоровья, сохранению и укреплению у них здоровья.

|  |
| --- |
| **Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни** |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Здоровьесбере-гающая  инфраструктура | Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся | Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы | Реализация дополнительных образовательных программ | Просветитель-ская работа с родителями (законными представителями) |

*2.1. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:*

* соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся;
* наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи;
* организацию качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков;
* оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
* наличие помещений для медицинского персонала;
* наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся**)** и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию образовательного учреждения.

2.2. *Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся,* направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функциональною напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

* соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;
* использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использованиеметодик, 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;
* индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпадеятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования.

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

*2.3. Эффективная организация физкультурно-оздоровителъной работы,* направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей opганизма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

* полноценную и эффективнуюработу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
* рациональную к соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
* организацию занятий по лечебной физкультуре;
* организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
* 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 блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

*2.4. Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:*

* внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;
* проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;
* создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Образование и здоровье».

В качестве образовательной программы может быть использован учебно-методический комплекс «Все цвета, кроме чёрного», который включает рабочие тетради для учащихся 2 классов («Учусь понимать себя»), 3 классов («Учусь понимать других»), 4 классов («Учусь общаться»), пособие для педагогов «Организация педагогической профилактики вредных привычек среди младших школьников» и книгу для родителей.

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

* интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
* проведение часов здоровья;
* физкультурные занятия;
* проведение классных часов;
* занятия в кружках;
* проведение досуговых мероприятий, конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
* организацию дней здоровья.
  1. *Просветительская 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, приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
* организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются врамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

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

1. **Реализация Программы как комплексная практическая основа для дальнейшей разработки модели формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся в соответствии с дальнейшей разработкой и реализацией государственных стандартов общего образования**

МОУ Лицей № 6, работающий по основаниям, критериям и показателям настоящей Программы, активно участвует:

* + в федеральных, региональных, муниципальных, межшкольных научно-практических конференциях по проблемам создания и реализации атмосферы культуры здорового и безопасного образа жизни начальной школы, повышения роли семьи, других субъектов воспитания в учебно-воспитательном процессе;
  + в социологических опросах и исследованиях различного уровня по вопросам здоровья и безопасности детей и подростков;
  + в мониторингах лицея, города, края по данной теме.

Прикладные и научно-исследовательские материалы лицея, представляющие научный и общественный интерес должны накапливаться и обобщаться педагогическим сообществом города, края.

Вся практическая, экспериментальная, научно-исследовательская деятельность лицея по вопросам внедрения настоящей Программы строится в соответствии с Комплексным планом практических мероприятий по реализации Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни МОУ Лицей № 6.

1. **Методические аспекты по обеспечению формирования психологической готовности педагогов лицея к работе по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни**
   1. Объективная оценка степени сформированности психологической готовности педагогов к работе в лицее по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в рамках аттестации работников.

Данные технологии должны быть предназначены для обеспечения объективности, практичности проведения и оптимальной полноты итоговых данных аттестационной оценки профессиональной компетентности (профессионального потенциала во взаимосвязи с результатами деятельности) по целостному комплексу критериев оценки обеспечения деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни (в рамках показателей уровня квалификации, профессионализма и продуктивности деятельности педагогических работников лицея).

* 1. Рекомендации по технологическому обеспечению формирования психологической готовности педагогов к деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в начальной школе:

Технологии формирования психологической готовности педагогов к данной деятельности в начальной школе должны обеспечивать реализацию следующих задач:

1) обеспечение осознания педагогом необходимости деятельности по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни в современных условиях;

2) формирование и совершенствование системы знаний педагога об эффективных методах воздействия на личность младшего школьника с целью обеспечения духовно-нравственного, общекультурного и интеллектуального развития в младшем школьном возрасте;

3) формирование значимых профессионально-педагогических навыков, умений.