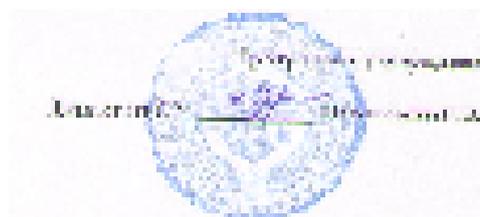


**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Тольскомайданская средняя общеобразовательная школа**



**ПРОГРАММА
РАЗВИТИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ
КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ НА СТУПЕНИ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

2012

Введение

Наиболее эффективным путём формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является направляемая и организуемая взрослыми (учителем, воспитателем, психологом, взрослыми в семье) самостоятельная работа, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

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

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

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

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; 2.4.2. 2821-10 « Санитарно-эпидемические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях»
- 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 России».

Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные условия (родители имеют среднее образование, отсутствие рабочих мест)
- экономические (экономическое развитие района несёт аграрный характер, поэтому промышленность развита слабо, а малый и средний бизнес преимущественно занят в торговле, отсюда занятость населения на низком уровне)
- экологические условия (близкое расположение школы от цеха по производству древесного угля)

**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.

Направления реализации программы

Организация работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни осуществляется в два этапа.

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

- организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек;
- организации просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями);
- выделению приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа, а так же возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап - организация работы образовательного учреждения по данному направлению.

1. Просветительно-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, профилактике вредных привычек;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

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 (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований. Системная работа на ступени начального общего образования по 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

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.

Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального 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 (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;
- индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования;
- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников. Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы, направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, 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 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, медицинских работников, психологов, а также всех педагогов.

Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п..

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

- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение часов здоровья;
- факультативные занятия;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- организацию дней здоровья.

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 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.

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Школьное помещение соответствует 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.

Оснащен спортивный зал, имеется спортивная площадка, оборудованная необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

2. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью предметов УМК «Школа России».

Система учебников «Школа России» 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.

№ п/п	Предмет	Темы и разделы
1	Русский язык	Р/Р «Внешний облик ученика», «Переходя дорогу, соблюдай», «Отдыхаем с пользой», «Почему нужно заниматься спортом».
2	Литературное чтение	Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.
3	Математика	Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служат материалы рубрики «Наши проекты». Содержание материала рубрики «Наши проекты» выстроено так, что способствует организации проектной деятельности, как на уроке, так и во внеурочной работе.
4	Окружающий мир	«Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия» (и учебный проект «Путешествуем без опасности»), «Чему учит 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?».
5	Технология	В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.
6	Физическая культура	В курсе «Физическая культура» весь материал учебника (1-4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

Организация физкультурно-оздоровительной работы

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

Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья;
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- организацию активных движений (динамической паузы) в течение урока.

Предполагаемый результат:

Ожидается, что в результате освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни выпускники начальной школы будут

знать:

- ✓ правила перехода дороги, перекрёстка;
- ✓ правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным и авиационным транспортом, обязанности пассажира; особенности жизнеобеспечения дома (квартиры) и основные причины, которые могут привести с возникновением опасной ситуации;
- ✓ правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоёма;
- ✓ меры пожарной безопасности при разведении костра;
- ✓ правила личной безопасности в чрезвычайных ситуациях, которые могут возникнуть дома, на улице, в общественном месте; опасные погодные явления, наиболее характерные для региона проживания;
- ✓ основные термины и понятия, относящиеся к здоровью и здоровому образу жизни;

помнить:

- ✓ основные правила безопасности при использовании электроприборов и других бытовых приборов, препаратов бытовой химии;
- ✓ рекомендации по соблюдению мер безопасности при купании, отдыхе у водоёмов;
- ✓ порядок и правила вызова милиции, «скорой помощи», пожарной охраны;

обладать навыками:

- ✓ разводить и гасить костёр;
- ✓ ориентироваться на местности;
- ✓ действовать в неблагоприятных погодных условиях;
- ✓ действовать в условиях возникновения чрезвычайной ситуации в регионе проживания;
- ✓ по оказанию первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечении из носа, попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при отравлении пищевыми продуктами.

У учащихся будут сформированы индивидуальные навыки здорового образа жизни, а также убеждения о пагубном влиянии вредных привычек на личное здоровье.

создание комплексного мониторинга состояния здоровья детей;

Система программных мероприятий.

1. Организационно-методическая работа.

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Создание банка данных по проблеме детского здоровья	Постоянно	Администрация школы
2	Психофизическая диагностика детей	Ежегодно	Учителя начальных классов, учитель физкультуры
3	Образование родителей: информирование о соответствии физических параметров и особенностей детей их возрасту, психологическая помощь родителям в форме лекций, индивидуальных консультаций.	В течение года	Администрация школы, учителя начальных классов, учитель физкультуры
4	Приобретение методических разработок, рекомендаций по формированию здорового образа жизни; создание «портфеля» нормативных документов и методических разработок по физкультурно-оздоровительной и спортивной работе.	Постоянно	Администрация школы, учителя начальных классов, учитель физкультуры.
5	Привлечение СМИ для пропаганды здорового образа жизни	Постоянно	Администрация школы

2. Предметно-образовательный цикл программы

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Контроль за системой психофизического оздоровления детей на уроках	Постоянно	Администрация школы
2	Решение психологических и педагогических аспектов проблемы преемственности в системе: детский сад, начальная школа, основная школа	Апрель-сентябрь	Администрация школы
3	Создание условий для организации учебно-воспитательной работы	Постоянно	Администрация школы
4	Диагностика и профилактика школьной дезадаптации 1-х классов	В течение года	Администрация школы, классный руководитель.

3. Система мер по формированию и развитию классного коллектива

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Знакомство с личными делами и медицинскими картами учащихся	Август-сентябрь	Классный руководитель
2	Создание карты индивидуального развития ребенка, ее корректировка	В течение года	Классный руководитель
3	Контроль деятельности классных руководителей 1 класса с учетом специфики данного периода	В течение 1 полугодия	Администрация школы
4	Разработка тематики родительских собраний 1 класса с учетом специфики периода и их проведение	В течение года	Администрация школы, классный руководитель.

4. Работа педагогов по реализации преемственности

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Изучение программ начальных классов, программ дошкольных учреждений, стандартов	Август	Учителя начальных классов
2	Обмен опытом через различные совещания	В течение года	Учителя начальных классов
3	Взаимосвязь учителей начальной школы с воспитателями д/с, родителями, взаимопосещение уроков	Апрель-май	Администрация школы, воспитатели д/с
4	Соблюдение единых требований к уроку	Регулярно	Администрация школы, классный руководитель.

5. Здоровье через физическую культуру

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Организация уроков физической культуры с учетом мониторинга уровня физического здоровья и индивидуальных особенностей учащихся.	В течение года	Учитель физкультуры, классный руководитель
2	Экспертиза качества уроков физической культуры в условиях реализации развития школы.	Постоянно	Администрация школы
3	Поиск новых форм организации физкультурно-оздоровительной работы и новых методических подходов к проведению занятий с целью увеличения числа занимающихся.	Постоянно	Администрация школы, учитель физкультуры

4	Спортивные праздники в школе	В течение года	Учитель физкультуры, классный руководитель
5	Поиск дополнительных источников финансирования для улучшения материально-технической базы для занятий физической культуры.	В течение года	Администрация школы, Совет школы

6. Нравственно-эстетический цикл

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Изучение физического и психического здоровья учащихся и разработка программ коррекции здоровья детей в учебной и внеучебной деятельности.	Ежегодно	Классный руководитель
2	Организация встреч учащихся с медицинскими работниками, наркологом и др. с целью пропаганды здорового образа жизни.	В течение года	Администрация школы, классный руководитель
3	Проведение профилактической работы по предупреждению несчастных случаев, развитие умений и навыков поведения в экстремальных ситуациях.	Постоянно	Классный руководитель, учитель ОБЖ
4	Организация активных форм развития и сохранения физического здоровья детей.	В течение года	Учитель физкультуры, классный руководитель
5	Организация работы по формированию правильного отношения учащихся к урокам физической культуры, к занятиям спортом	Постоянно	Учитель физкультуры, классный руководитель
6	Проведение дней здоровья	1 раз в четверть	Администрация школы, учитель физкультуры
7	Проведение конкурса «Зеленый нам дорогу открывает»	Ежегодно	Учитель ОБЖ
8	Оздоровление детей и организация отдыха детей в каникулярное время.	Ежегодно	Администрация школы, классный руководитель, старший вожатый

7. Профилактическая работа.

№	Наименование мероприятий	Срок	Исполнитель
1	Систематический медицинский осмотр школьников специалистами.	Ежегодно	Классный руководитель, медицинские работники
2	Индивидуальная работа и психологическая помощь родителям в воспитании здорового ребенка.	В течение учебного года	Классный руководитель, психолог
3	Соблюдение светового и теплового режима в помещениях	Постоянно	Администрация школы
4	Соблюдение гигиенических норм учебных занятий.	Постоянно	Администрация школы, классный руководитель
5	Обеспечение учащихся полноценным питанием.	Постоянно	Администрация школы
6	Знакомство с новыми методами и научной литературой по вопросам здоровья	В течение года	Администрация школы
7	Профилактика вредных привычек	В течение года	Учитель ОБЖ, классный руководитель

Общешкольные мероприятия на 2012-2013 учебный год

Дата проведения	Мероприятие	Ответственный
сентябрь	День знаний Операция «Внимание, дети!» Праздник урожая Праздник «Здравствуй осень»	Зам. директора по ВР Классный руководитель Классный руководитель Старшая вожатая
октябрь	День учителя Праздник октябрят Конкурс рисунков «Красный, желтый, зеленый» Викторина «Как животные нам служат?»	Старшая вожатая Старшая вожатая Учитель ИЗО Классный руководитель
ноябрь	Месячник «Здоровье» День матери Классные часы посвященные памяти Н.А. Добролюбова	Классный руководитель Зам. директора по ВР Классный руководитель
декабрь	Единый классный час «День борьбы со СПИДОМ» День здоровья в школе Новогодний хоровод	Классный руководитель Учитель физкультуры Зам. директора по ВР
январь	Конкурс плакатов «В здоровом теле - здоровый дух» Рождественские посиделки	Учитель ИЗО Зам. директора по ВР
февраль	День защитника Отечества Военно - спортивная игра «Зарница»	Учитель ОБЖ Учитель физкультуры
март	Широкая Масленица Праздник Мам Конкурс сочинений «Папа, мама, я – спортивная семья» «День птиц»	Зам. директора по ВР Классный руководитель Учитель физкультуры Старшая вожатая
апрель	Игра-путешествие «Летим в космос» Пасха Красная День здоровья	Старшая вожатая Классные руководители Учитель физкультуры
Май	Праздник весны и труда «Парад Победы, больше, чем парад» Операция «Внимание, дети!» Организация летнего отдыха обучающихся	Старший вожатый Зам. директора по ВР Классные руководители Администрация школы