

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Климовская основная общеобразовательная школа» Ясногорского района Тульской области



Утверждаю  
Директор школы  
Г.С. Дежников

**Программа**  
**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО**  
**ОБРАЗА ЖИЗНИ**

с. Климовское 2019 г.

## 1. Пояснительная записка

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни обучающихся в соответствии с определением Стандарта — это комплексная программа формирования их знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

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

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;

- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;

- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;

- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;

- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьезными хроническими заболеваниями) и восприятием ребенком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы), неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обуславливает, в свою очередь, невосприятие ребенком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой (ребенок всегда стремится к удовлетворению своих актуальных потребностей, он не знает, что такое будущее, и поэтому ни за что не жертвует настоящим ради будущего и будет сопротивляться невозможности осуществления своих желаний).

## **2. Концептуальные положения программы**

1. Программа призвана реализовать основные положения Декларации прав ребенка.
2. Программа подтверждает особый статус детства как периода, не зависящего от социальных, политических, национальных и других отличий.
3. Программа находится в числе приоритетных направлений деятельности образовательного учреждения.
4. Программа является основой системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья в образовательном учреждении.
5. Программа служит основой сотрудничества и консолидации органов образования и здравоохранения, общественности, школы и родителей.

## **3. Цели и задачи**

### **Цели программы:**

- сохранение и укрепление здоровья учащихся;
- формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

### **Задачи программы:**

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе ее использования самостоятельно поддерживать свое здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление с учетом 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 ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

#### 4. Содержание деятельности

№ п/п	Наименование мероприятий	Сроки реализации	Исполнитель
<b>1. Здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения</b>			
1.1	Соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся	Постоянно	Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию образовательного учреждения
1.2	Наличие и необходимое оснащение помещений для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи	Замена оборудования планируется по мере поступления бюджетных средств	
1.3	Организация качественного горячего питания учащихся, в том числе горячих завтраков	Организовано	
1.4	Оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спорт площадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем	По мере поступления бюджетных средств (июнь-август 2019 г. ремонт спортивного зала)	
1.5	Наличие помещений для медицинского персонала	Не имеется (осуществляется на базе ФАП с. Климовское)	
1.6	Наличие необходимого (в расчете на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицин-	Имеется учитель физической культуры, психолог, ме-	

	ские работники)	дицинские работники (фельдшер с. Климовское)	
<b>2. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся</b>			
2.1	Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения	В течении учебного года	Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога
2.2	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям учащихся (использование только таких методик, которые прошли апробацию)		
2.3	Введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов		
2.4	Строгое соблюдение требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средства		
2.5	Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования		
<b>3. Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы</b>			
3.1	Полноценная и эффективная работа с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.)	Проводится	Реализация этого блока зависит от администрации, учителя физической культуры, педагогов
3.2	Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования	Проводится	
3.3	Организация занятий по лечебной физкультуре	Планируется в сентябре-октябре 2019 г.	
3.4	Организация часа активных движений	Организу-	

	(динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками	ется в начальной школе	
3.5	Организация динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности	Проводятся педагогами в течении учебного года	
3.6	Организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективно-го функционирования	Планируется открытие спортивных секций в сентябре-октябре 2019 г.	
3.7	Регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.)	Проводятся в течении года	
<b>4. Реализации дополнительных образовательных программ</b>			
4.1	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	Планируется с сентября 2019 г.	Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога
<b>5. Организация профилактических и оздоровительных мероприятий для учащихся</b>			
5.1	Обеспечение качественного и рационального питания школьников	В течении учебного года	Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации, педагогов
5.2	Работа по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата		
5.3	Психопрофилактическая работа, направленная на повышение степени устойчивости при стрессовых ситуациях		
5.4	Работа по профилактике нарушения зрения у школьников		
5.5	Работа по закаливанию учащихся 1-4 классов	Не проводится, планируется с сентября 2019 г.	

<b>6. Просветительско-воспитательная работа с учащимися, направленная на формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни</b>			
6.1	Проведение классных часов на темы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни	Проводятся в течении учебного года	Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации, каждого педагога
6.2	Организация и проведение Дней здоровья, конкурсов, олимпиад, спортивных праздников для школьников с участием педагогов и родителей		
<b>7. Организация просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями)</b>			
7.1	Лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.	В течении учебного года	Реализация этого блока зависит от администрации, педагогов
7.2	Организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, Дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек		
7.3	Приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы	Не приобреталась	
7.4	Индивидуальные беседы с родителями учащихся по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся и профилактике вредных привычек	В течении учебного года	
<b>8. Внешние связи школы в рамках реализации программы</b>			
8.1	Установление связей и сотрудничество с общественными и другими заинтересованными организациями	Планируются с сентября 2019 г.	Реализация этого блока зависит от администрации, педагогов
8.2	Привлечение внебюджетных средств для реализации программы.	Не привлекались	
8.3	Популяризация форм здоровьесберегающей деятельности через все доступные средства массовой информации	В течении учебного года	

#### **4. Механизмы реализации программы**

1. Создание школьного комитета здоровья (общественного совета по здоровью).
2. Оборудование помещений для оздоровительных и профилактических мероприятий.

3. Укрепление материальной базы диагностическими программно-техническими средствами и др.
4. Увеличение количества уроков физической культуры до 3 часов в неделю.
5. Оптимизация расписания уроков и внеурочной деятельности школьников.
6. Изменения в структуре уроков, позволяющие включить в них различные виды физкультурных и оздоровительных пауз.
7. Организация совместной деятельности школы, центральной районной поликлиники и др.

## **5. Планируемые результаты реализации программы**

Формирование у учащихся ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления о взаимной обусловленности физического, нравственного, психологического, психического и социально-психологического здоровья человека, о важности морали и нравственности в сохранении здоровья человека;
- первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности;
- первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека.