

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №4» с.Красное Грачевского  
муниципального района Ставропольского края

Утверждаю:  
Директор МКОУ СОШ №4 с.Красное  
Е.И. Долгая  
Приказ № от 2020г



**Программа формирования  
культуры здорового и безопасного  
образа жизни  
на 2020-2023 гг.**

Разработала:  
Зам. директора по ВР  
Т.В.Цапко

с. Красное, 2020 г

## Паспорт программы

<b>Исполнители</b>	Педагоги, учащиеся, родители МКОУ СОШ 4 с Красное
<b>Цель программы</b>	формирование у обучающихся отношения к здоровью и своему образу жизни как к ценности на основе передачи обучающемуся знаний, необходимых для развития здоровьесберегающего мышления и ориентации на здоровый образ жизни;
<b>Задачи программы</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;</li><li>• представление о рациональной организации режима дня, учёбы, отдыха, двигательной активности;</li><li>• умения составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;</li><li>• установку на здоровое питание, его режим, структуру, полезные продукты;</li><li>• представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах, влияющих на здоровье (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления, стрессовые ситуации при взаимодействии с окружающими и т.д.) о существовании и причинах возникновения различного вида зависимостей и их пагубном влиянии на здоровье;</li><li>• представление о позитивных и негативных эмоциях, влияющих на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;</li><li>• потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста, развития и состояния здоровья.</li></ul>
<b>Сроки реализации</b>	2020 – 2023 гг.
<b>Ожидаемые результаты</b>	Показатели успешной реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа. <i>Универсальные компетенции, формирующиеся у обучающихся в процессе освоения программы:</i>

- |  |  |
|--|--|
|  | <ul style="list-style-type: none"><li>• умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения полного благополучия;</li><li>• активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;</li><li>• в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми уметь доносить информацию по здоровьесберегающей тематике.</li></ul> |
|--|--|

## 1. Пояснительная записка

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

В современных условиях модернизации образования большое значение необходимо придавать состоянию здоровья детей, а потому учителю начальных классов особое внимание следует обращать на формирование у школьников ценностного отношения к собственному здоровью. Для этого надо не только говорить о значении здоровья для человека, но и вносить в повседневную жизнь детей элементы ценностного отношения к здоровью, прививать школьникам полезные привычки и навыки. Другими словами, учитель всеми доступными средствами должен способствовать формированию у школьников культуры здоровья. Состояние здоровья ребёнка при поступлении в школу – это та стартовая позиция, которая определяет успешность не только первого года обучения, но и всех последующих лет. Низкий уровень здоровья поступающих в школу не только отрицательно влияет на процесс их адаптации к школьным нагрузкам, но и становится причиной дальнейшего ухудшения здоровья и плохой успеваемости. Здоровьесберегающее обучение ориентировано на обеспечение психического, физического и нравственного здоровья обучающихся, требует соблюдения всех гигиенических норм в подборе мебели и оборудования, светового и температурного режима, рациональной организации учебной деятельности. Безопасный образ жизни предполагает исключение воздействия неблагоприятных факторов на физическое и психическое состояние школьника, а правильно организованное здоровьесберегающее обучение способствует предотвращению усталости и утомляемости школьников, повышению у них мотивации к учебной деятельности и приросту учебных достижений.

## 1.1. Нормативно- правовая основа

- Конституция Российской Федерации;
- Закон РФ от 10 июля 1992 года № 3266-1 «Об образовании» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребёнка в РФ», от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ;
- Федеральный закон «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних», от 24 июня 1999 года, № 120-ФЗ;
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», утвержденная Президентом РФ от 04.02.2010, приказ № 271;
- Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009, № 373 «Об утверждении и введении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования», зарегистрирован в Минюст России от 22.12.2009, № 15785;
- Приказ Минобрнауки России от 26.11.2010, № 1241 «О внесении изменений в федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 06.10.2009, № 373», зарегистрирован в Минюст России от 04.02.2011, № 19707;
- Приказ Минобрнауки России от 04.10.2010, № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений», зарегистрирован в Минюст России от 03.02.2011, № 19682;
- Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010, № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся и воспитанников», зарегистрирован в Минюст России от 02.02.2011, № 19676;
- Федеральная программа модернизации школьного питания;
- Письмо Министерства образования РФ «О работе общеобразовательных учреждений по направлению «Здоровьесберегающие технологии»; от 26.08.02. №13-51-104/13
- Концепция профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательной среде;
- Письмо Министерства образования России «О нарушениях требований законодательства РФ в области охраны жизни и здоровья обучающихся и воспитанников» от 01.07.2002 № 03-51-98 ин/23-03;
- Письмо Министерства образования России «О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе» № 220/11-13 от 20.02.1999;
- Письмо Министерства образования России и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМН «Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе» № 199/13 от 28.03.2002;
- СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»,

утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010, № 189, зарегистрированы в Минюсте России 03.03.2011, № 19993;

- Устав МКОУ 4 с Красное

## **1.2. Обоснование актуальности и значимости программы**

Обучение - самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье школьников. Интенсификация учебного процесса, использование новых форм и технологий обучения, раннее начало систематического обучения привело к значительному росту количества детей, не способных полностью адаптироваться к нагрузкам. Важно не только сохранить здоровье в процессе обучения, но и научить детей заботиться о нем: формировать установки на здоровый образ жизни, нетерпимость и умение противодействовать действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

Одной из современных задач начального общего образования является сохранение и укрепление здоровья детей. ФГОС второго поколения определяет эту задачу как одну из приоритетных. Достижение новых образовательных результатов, обеспечение условий достижения планируемых результатов - условия, в соответствии с ФГОС НОО, результатом реализации которых будет создание комфортной развивающей образовательной среды. В концепции ФГОС оно определяется как образовательное пространство, обеспечивающее высокое качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающихся, их родителей и всего общества, духовно-нравственное развитие и воспитание, гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающихся. Именно такое образовательное пространство является комфортным по отношению к обучающимся и педагогическим работникам. Здоровье, по концепции стандартов, понимается как совокупность нескольких составляющих, среди которых физическое, психическое, духовное, социальное здоровье. Одним из факторов, обеспечивающих достижение результатов деятельности по сохранению и укреплению здоровья в образовательном учреждении, выступает ее научно обоснованный характер, последовательность, учет возрастных и социокультурных особенностей, информационная безопасность и практическая целесообразность. Только здоровый человек с хорошим самочувствием, оптимизмом, психологической устойчивостью и физической работоспособностью способен активно жить, успешно преодолевать жизненные трудности, поэтому считаем, что изучение данной темы актуально и перспективно в современном обществе. По данным ВОЗ (Всемирной Организации Здоровья) отмечено, что здоровье населения зависит от ряда факторов: от образа жизни на 50%; от генетических факторов на 20%; от работы органов здравоохранения на 10%; от состояния окружающей среды

на 20%. Существует высказывание, которое подтверждено жизнью «... Человек умирает не от определенной болезни, а от своего образа жизни».

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования сформирована нами 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;
- 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 серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком 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 ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений, как актуальной и значимой (ребёнок всегда стремится к удовлетворению своих актуальных потребностей, он не знает, что такое будущее, и поэтому ни за что не пожертвует настоящим ради будущего и будет сопротивляться невозможности осуществления своих желаний).

### **1.3.Цель программы**

Цель программы - формирование у обучающихся:

- отношения к здоровью и своему образу жизни как к ценности на основе передачи обучающемуся знаний, необходимых для развития здоровьесберегающего мышления и ориентации на здоровый образ жизни;
- важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, профилактике вредных привычек и девиантных форм поведения;
- представлений и системы необходимых минимальных навыков поведения в ситуациях, представляющих опасность.

### **1.4.Задачи программы**

**Стратегическая задача** как социокультурного феномена – создание личностно - ориентированной системы формирования здоровья как ресурса достижения состояния благополучия.

**Практические задачи** реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

1. Сформировать у обучающихся :

- представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- представление о рациональной организации режима дня, учёбы, отдыха, двигательной активности;
- умения составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- установку на здоровое питание, его режим, структуру, полезные продукты;
- представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах, влияющих на здоровье (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления, стрессовые ситуации при взаимодействии с окружающими и т.д.) о существовании и причинах возникновения различного вида зависимостей и их пагубном влиянии на здоровье;
- представление о позитивных и негативных эмоциях, влияющих на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- потребность безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанными с особенностями роста, развития и состояния здоровья.

2. Содействовать сохранению здоровья каждого школьника.

3. Развивать у детей потребность в занятиях физической культурой и спортом, используя оптимальные двигательные режимы с учетом возрастных, психологических и иных особенностей.

4. Научить осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющее сохранять и укреплять здоровье, сформировать основания для критического мышления по отношению к знаниям, навыкам и практическим действиям, направленным на сохранение здоровья, прививать им умения противостоять вовлечению в табакокурение и употребление алкоголя и психоактивных веществ.

5. Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

6. Создать методические и технологические основания для моделирования различных видов деятельности, направленных на укрепление здоровья.

7. Расширить и разнообразить взаимодействия начальной школы, родителей и общества в контексте укрепления здоровья и культуры здорового и безопасного образа жизни младших школьников.

Осуществление основной цели и задач программы формирования культуры безопасного и здорового образа жизни реализуется через внедрение в педагогическую практику на начальной ступени образования инновационных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих педагогических технологий в условиях введения ФГОС.

## **1.5. Ценностные ориентиры**

### **Личностные**



**Ценность здоровья** – признание ценности человеческого здоровья как величайшей ценности для достижения полного благополучия.

**Ценность красоты** – направленность на оценку красоты движений, телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами и совершенствование с учётом индивидуальных особенностей.

**Ценность природы** – основано на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе означает, прежде всего, бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

**Ценность «внутренней картины здоровья»** – здоровье как ресурс достижения состояния благополучия.

### **Общественные ценности**

**Ценность человека** как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

**Ценность семьи** как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

**Ценность труда и творчества** как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

**Ценность свободы** как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, дисциплинированностью и упорством в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей.

**Ценность социальной значимости** как влияние человека на пропаганду здорового образа жизни, умению противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу человеку и обществу в целом.

**Ценность толерантности** как развитие отзывчивости, терпимости, понимания, доброты по отношению к людям с ограниченными возможностями здоровья.

## **1.6. Принципы создания программы**

### **Личностно-ориентированные принципы**

*Принцип адаптивности* – создание образовательной среды гимназии, стремящейся максимально адаптироваться к обучающимся с их индивидуальными особенностями, умением гибко реагировать на социокультурные изменения среды.

*Принцип психологической комфортности* – умение противостоять стрессообразующим факторам учебного процесса с опорой на мотивацию успешности.

### **Культурно-ориентированные принципы**

*Принцип образа мира* - единое и целостное представление о предметном и социальном мире. В результате реализации программы у ребёнка складывается схема мироустройства и влияние человека на развитие, и изменение окружающего мира и самого человека.

*Принцип систематичности* – формирования культуры здорового и безопасного образа жизни систематично в соответствии закономерностям личностного и интеллектуального развития ребёнка.

*Принцип смыслового отношения к миру* – не отстранённое восприятие мира, вокруг ребёнка, а мир частью которого он является и который осмысляет для себя. Ориентированность не только на сознание ученика, но и на его личность, на оценку субъективного переживания материала.

*Принцип овладения культурой* – способность ребёнка ориентироваться в мире (или в образе мира), действовать и вести себя в соответствии с такой ориентировкой с интересами и ожиданием других людей, социальных групп, общества в целом.

### **Деятельностно - ориентированные принципы**

*Принцип обучения деятельности* – способность ребёнка не просто действовать, а ставить цели и организовывать свою деятельность для их достижения, уметь контролировать и оценивать свои и чужие действия; сделать ученика готовым к самостоятельной ориентировке и активной деятельности в реальном мире, в действительной жизни.

*Принцип опоры на предшествующее развитие* – опора на предшествующее развитие при формировании и расширении опыта позитивного взаимодействия с окружающим миром.

## **1.7. Направления деятельности**

### ***1.7.1. Развитие безопасной здоровьесберегающей среды.***

Цель: обеспечение комфортной безопасной среды.

Задачи.

- Мониторинг, контроль деятельности и оценка качества охраны здоровья участников образовательного процесса
- Обновление нормативной базы, обеспечивающую школьную безопасность.
- Обновление и усовершенствование систем жизнеобеспечения гимназии.
- Внедрение инновационных технологий, направленных на безопасность всех участников образовательного процесса.
- Апробирование современных технологий в сфере школьного питания.
- Создание адаптивной среды для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов.

### ***1.7.2. Образование обучающихся по проблемам сохранения здоровья.***

Цель: формирование ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни

Задачи.

- Использование в учебной и внеурочной деятельности программ превентивного обучения, направленных на получение нового образовательного результата.
- Формирование ключевых навыков (ключевых компетентностей), имеющих универсальные значения для различных видов деятельности, - навыков решения проблем, принятия решений, поиска, анализа и обработки информации, коммуникативных навыков, навыков сотрудничества.
- Ориентирование в мире социальных, нравственных и эстетических ценностей.

### ***1.7.3. Совершенствование жизнеспособности через систему физкультурно-оздоровительных мероприятий.***

Цель: обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья.

Задачи.

- Введение третьего часа физической культуры как средство повышения двигательной активности обучающихся.
- Популяризация массовых видов спорта через внеурочную деятельность.
- Привлечение к участию в спортивно-массовых мероприятиях обучающихся с девиантным поведением.
- Активизация участия обучающихся и их родителей в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

### ***1.7.4. Просветительская работа с родителями.***

Цель: объединение усилий семьи, школы, социальных партнеров для сохранения здоровья подрастающего поколения.

Задачи.

- Повышение компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения.
- Пропаганда семейных ценностей, семейного воспитания и здорового образа жизни.

### ***1.7.5. Работа с одарёнными детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья***

Цель: создание условий для раскрытия творческого потенциала и саморазвития личности как одаренных детей, так и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи.

- Подготовка педагогических кадров для работы с детьми, склонных к научно – исследовательской и творческой работе.
- Отбор педагогами таких методов и приёмов работы, которые способствуют развитию самостоятельности мышления, инициативности, творчества одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья.
- Расширение возможностей для участия одаренных и способных школьников в олимпиадах, конференциях, творческих конкурсах различных уровней.

#### **1.7.6 . Проектная деятельность**

Цель: формирование ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию через реализацию проектов.  
Задачи.

- Формирование и развитие у обучающихся и их родителей понимания необходимости заботы о здоровье, потребности самостоятельно находить решение задач по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни.
- Формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

#### **1.7.7. Срок реализации**

Программа реализуется на всех ступенях образования в школе. Программа рассчитана на 2020- 2023 годы

### **1.8. Планируемые результаты**

Показатели успешной реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа.

*Универсальные компетенции, формирующиеся у обучающихся в процессе освоения программы:*

- умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения полного благополучия;
- активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми уметь доносить информацию по здоровьесберегающей тематике.

*Личностные результаты:*

- активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и здоровья общественного здоровья;
- проявление у обучающихся позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья физического и психического;
- проявление у младших школьников дисциплинированности и настойчивости в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- умение оказать посильную бескорыстную помощь своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и преумножении их здоровья.

*Метапредметные результаты:*

- объективная оценка здоровья как социокультурного феномена на основе приобретенных знаний и имеющегося личностного опыта;
- защита и сохранение личностного и общественного здоровья позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и возрастным особенностям;
- планирование и организация своей учебной и досуговой деятельности с учетом требований сохранения и совершенствования здоровья;
- анализ и объективная оценка результата собственной деятельности с точки зрения возможных рисков для здоровья и возможностей его совершенствования;
- умение управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия и психического здоровья.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Развитие безопасной здоровьесберегающей среды школы.

Цель. Обеспечение комфортной безопасной школьной среды.

Задачи.

- Мониторинг, контроль деятельности и оценка качества охраны здоровья участников образовательного процесса
- Обновление нормативной базы, обеспечивающей школьную безопасность.
- Обновление и совершенствование систем жизнеобеспечения школы.
- Внедрение инновационных технологий, направленных на безопасность всех участников образовательного процесса.
- Апробирование современных технологий в сфере школьного питания.
- Создание адаптивной среды для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей - инвалидов.

Содержание деятельности по направлению развития безопасной здоровьесберегающей среды школы включает:

- создание локальной нормативно – правовой базы по сохранению здоровья и обеспечению безопасности образовательного учреждения, обеспечивающей введение ФГОС НОО и реализацию государственной политики в сфере образования;
- систему мониторинга деятельности, сбор и анализ информации, анализ, отчёт, информационная презентация результатов, оценка и прогнозирование состояния безопасной здоровьесберегающей среды в школе на последующий период;
- обеспечение соответствия состояния и содержания здания и помещений школы 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 внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителей физической культуры, педагогов дополнительного образования, медицинских работников);
- наличие медицинского кабинета;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

## ***2.2. Совершенствование жизнеспособности через систему физкультурно-оздоровительных мероприятий.***

Цель: обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья.

### Задачи:

- введение третьего часа физической культуры как средства повышения двигательной активности обучающихся;
- популяризация массовых видов спорта через внеурочную деятельность;
- привлечение к участию в спортивно-массовых мероприятиях обучающихся с девиантным поведением;
- активизация участия обучающихся и их родителей в спортивно-массовых мероприятиях различного уровня.

Система физкультурно-оздоровительной работы в гимназии 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.

### Содержание деятельности:

- осуществление полноценной и эффективной работы с обучающимися всех групп здоровья на уроках физической культуры, в спортивных кружках и секциях: учет рекомендаций врачей, применение дифференцированного подхода в обучении;
- рациональная и максимально учитывающая возрастные и индивидуальные особенности обучающихся организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования (в зимнее время – обязательная лыжная подготовка);
- организация и проведение динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности обучающихся;
- организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- систематическое проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (спортивные праздники, «Дни здоровья», «Весёлые старты», кроссы, соревнования, олимпиады, походы и др.);
- организация часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- реализация дополнительных образовательных программ;

### **2.3. Просветительская работа с родителями.**

Цель: объединение усилий семьи, школы, всех заинтересованных людей и организаций для сохранения здоровья подрастающего поколения.

Задачи:

- повышение компетентности родителей в вопросах здоровьесбережения;
- пропаганда семейных ценностей, семейного воспитания и здорового образа жизни.

Содержание деятельности:

- проведение бесед, лекций, круглых столов, семинаров, консультации, курсов по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей и т. п.;
- приобретение для библиотеки необходимой научно-методической литературы;
- организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек, спортивно- оздоровительных праздников, туристических походов;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий;
- выпуск газет, электронных презентаций, направленных на пропаганду здорового образа жизни и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни.

Форма:

родительские собрания, родительские конференции

### **2.4. Работа с одарёнными детьми и детьми с ограниченными возможностями здоровья.**

Цель: создание условий для раскрытия творческого потенциала и саморазвития личности одаренных детей и детей с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи:

- подготовка педагогических кадров для работы с детьми, склонных к научно – исследовательской и творческой работе;
- отбор педагогами таких методов и приёмов работы, которые способствуют развитию самостоятельности мышления, инициативности и творчества одарённых детей и детей с ограниченными возможностями здоровья;
- расширение возможностей для участия одаренных и способных школьников в олимпиадах, конференциях, творческих конкурсах различных уровней.

### **2.5. Проектная деятельность**

Цель: формирование ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию через реализацию проектов.

Задачи:



- формирование и развитие у обучающихся и их родителей понимания необходимости заботы о здоровье, потребности самостоятельно находить решение задач по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения, снижающих вероятность приобщения к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

#### Содержание деятельности:

- сотрудничество с партнёрскими организациями, пропагандирующими отношение к здоровью и своему образу жизни как к ценности, на основе передачи знаний, необходимых для развития здоровьесберегающего мышления и ориентации на здоровый образ жизни

### **3. Формы и методы работы**

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

- интеграция в базовые образовательные дисциплины;
- проведение уроков здоровья;
- факультативные занятия;
- проведение классных часов;
- занятия в кружках;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- дни здоровья, туристические походы.

### **4. Планируемые результаты.**

Показатели успешной реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни:

- создание лично- ориентированной системы смыслов обучающегося, отношение к здоровью, как основному фактору успеха на последующих этапах жизни;
- стабильно высокие результаты обучения, наличие положительной динамики мониторинговых исследований;
- положительная динамика состояния здоровья обучающихся ступени начального общего образования;
- 100% выполнение требований Сан ПиН;
- посещение спортивных секций не менее 80% школьников;
- уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья;
- степень удовлетворенности всех участников образовательного процесса комплексностью и системностью работы коллектива гимназии по сохранению и укреплению здоровья;

- наличие положительных результатов созданной гимназической системы по формированию ценностных установок и жизненных приоритетов на здоровье, здоровый образ жизни и самореализацию у всех участников образовательного процесса;
- наличие здоровьесберегающей предметно-пространственной среды МОУ ОГ №25:
  - отсутствие перегрузок, расписание учебных занятий в соответствии с требованиями Сан ПиН;
  - выполнение санитарно-гигиенических нормативов;
  - использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
  - отсутствие воздействий неблагоприятных для здоровья детей факторов (экологически чистая вода, воздушно – тепловой режим и т.д.);
- повышение уровня компетентности педагогического коллектива по использованию здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе;
- высокий уровень мотивации обучающихся к занятию физической культурой и участию в спортивных мероприятиях;
- положительная динамика участия в массовых спортивных акциях и соревнованиях;
- активное взаимодействие гимназии с родителями и социальными партнерами по вопросам укрепления и сохранения здоровья.

## **5. Диагностический инструментарий.**

Результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются через использование:

- анкетирования родителей и обучающихся;
- мониторинга удовлетворенности качеством образования,
- мониторинговые исследования с целью оценки формирования культуры здорового и безопасного образа жизни,
- мониторинга динамики заболеваемости, школьного травматизма, утомляемости обучающихся.

Развиваемые у обучающихся 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.