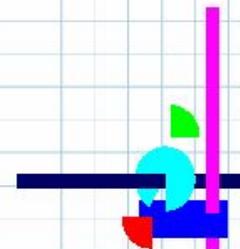


**Программа
формирования
культуры здорового и
безопасного образа
жизни.**



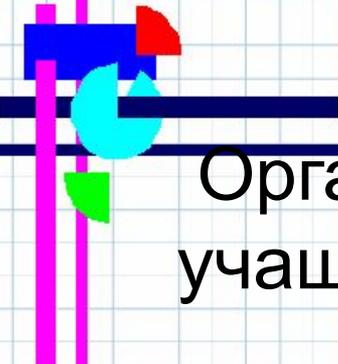


Базовые национальные ценности российского общества

- Патриотизм
- Социальная солидарность
- Гражданственность
- Семья
- **Здоровье (духовно-нравственное, социальное и психологическое здоровье, физическое здоровье человека, здоровый образ жизни)**
- Труд и творчество
- Наука
- Традиционные религии России
- Искусство и литература
- Природа
- Человечество

Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни- ЭТО:

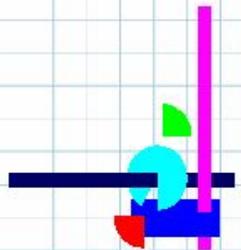
- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью родителей, членов своей семьи, педагогов, сверстников;
- элементарные представления о единстве и взаимовлиянии различных видов здоровья человека: физического, психического (душевного), социального (здоровья семьи и школьного коллектива);
- элементарные представления о влиянии нравственности человека на состояние его здоровья и здоровья окружающих его людей;
- понимание важности физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знание и выполнение санитарно-гигиенических правил, соблюдение здоровьесберегающего режима дня;
- интерес к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях;
- первоначальные представления об оздоровительном влиянии природы на человека;
- первоначальные представления о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;
- отрицательное отношение к невыполнению правил личной гигиены и санитарии, уклонению от занятий физкультурой.



Организация воспитания и социализации учащихся начальной школы в перспективе достижения общенационального воспитательного идеала осуществляется **по 6 направлениям**. Одно из направлений:

Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива), активный, здоровый образ жизни.





Создание здоровьесберегающей Инфраструктуры учреждения

Просветительская работа с родителями

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Рациональная организация учебной и внеучебной жизни обучающихся

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы

Реализация модульных образовательных программ

Введение. Актуальность реализации здоровьесберегающих технологий. **Структура нашей программы:**

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

2. Представление о здоровьесберегающих образовательных технологиях.

3. Типы и классификация здоровьесберегающих технологий.

3.1. Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности.

3.2. Разработка модели и программы здоровьесберегающей организации учебного процесса в школе.

4. Здоровьесберегающая деятельность в начальной школе.

4.1. Просветительская работа с родителями.

4.2. Направления организации физкультурно - оздоровительной работы:

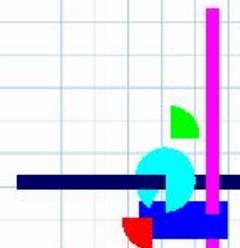
4.3. Система мер, включающая предотвращения факторов риска здоровья.

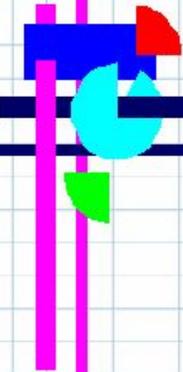
4.4. Критерии здоровьесбережения на уроке.

4.5. Направление здоровьесберегающей деятельности через самоуправление детского объединения «Радуга» на 1 ступени образования.

4.6. Критерии оценки эффективности реализации программы

4.7. Направления методической работы учителей по охране здоровья





Этапы реализации:

Первый этап — анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению.

Второй этап — организация просветительской работы образовательного учреждения.





Ожидаемый конечный результат реализации программы с учетом стандартов второго поколения:

- улучшение организации и повышение качества оказания психологической помощи детям и взрослым;
 - формирование здорового жизненного стиля и высокоактивных поведенческих стратегий и личностных ресурсов у младших школьников;
 - эффективность решения оздоровительных задач валеологического воспитания можно определить по динамике физического состояния вашего ребенка, по уменьшению заболеваемости, по формированию его умений выстраивать отношения со сверстниками, родителями и другими людьми, по проявлениям сострадания, стремления помочь окружающим, по снижению уровня тревожности и агрессивности.
- 

Формы работы по здоровьесбережению учащихся в нашей школе.

- Медико-психолого-педагогический мониторинг состояния здоровья, физического и психического развития школьников.
- Эффективные формы организации УВП с учетом психолого-физиологического воздействия на учащихся
- Разработка и реализация программ по формированию культуры здоровья и профилактике вредных привычек.
- Организация в школе оздоровительных и медицинских мероприятий для коррекции нарушений здоровья.
- Контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм.
- Психологическая помощь учителям и учащимся.
- Организация сбалансированного школьного питания, двигательная активность, соблюдение режима дня и профилактика всех форм зависимостей.

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.

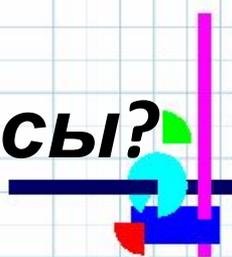
П.;

- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;
- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.д.



Как сформировать представление у учащихся начальной школы об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни? Как сделать так, чтобы он начал жить активной, интересной, полноценной жизнью? Как добиться того, чтобы учеба вызвала прилив энергии, а обучение было в радость?

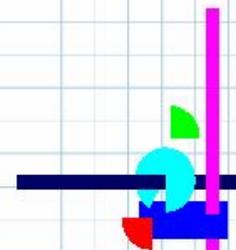
Как бы вы ответили на эти вопросы?





Принципы нашей программы, на которых строится воспитание здорового образа жизни:

- **Системный подход.**
- **Деятельностный подход.**
- **Принцип «не навреди!».**
- **Принцип гуманизма.**
- **Принцип альтруизма.**
- **Принцип меры.**



Направление здоровьесберегающей деятельности через самоуправление детского объединения «Радуга» на 1 ступени образования

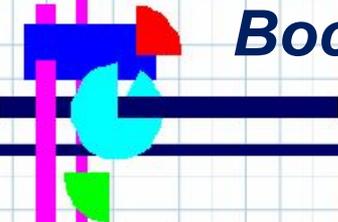
<i>Направление</i>	<i>Средства</i>	<i>Ожидаемый результат</i>
Приобщение к спорту и пропаганда здорового образа жизни.	Санитарно – просветительская работа, обучение оказанию первой помощи, С-витаминация, экскурсии, выходы в природу, Дни здоровья. Разучивание народных игр и состязаний, Конкурсы «Безопасность на улицах и дорогах», «Безопасное колесо».. Цикл мероприятий по ПДД, ПШЖБ, ОТ и ЖД.	Укрепление Здоровья, формирование здорового образа жизни. Применение в повседневной жизни полученных знаний по сбережению своего здоровья.

Направление работы органа ученического самоуправления.

<i>Название</i>	<i>Направления работы</i>	<i>Ответственн ый</i>	<i>Куратор</i>
Министерство здравоохранения	Внеклассная и воспитательная спортивно - оздоровительная работа. Беседы, утренники, кл. часы по пропаганде ЗОЖ, дни здоровья, уроки по ПДД, ППЖБ. Конкурсы: «Самый здоровый класс», «Самый здоровый ученик».	Министр здравоохранения	Учитель-валеолог. Учитель - психолог Физ. работник Медик

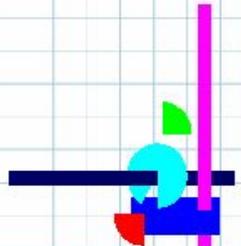
Мониторинг воспитательной работы

<i>Направления мониторинга</i>	<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>	<i>Диагностики</i>
Выявление и развитие физического уровня учащихся.	Сформированность физического потенциала учащихся.	Развитость физических качеств. Уровень участия в индивидуальных и массовых спортивно – оздоровительных мероприятиях.	Количественное участие учащихся в спортивных секциях и массовых мероприятиях школы и города. <i>«Куда идешь?», «Участие в спортивных мероприятиях», «Зоотерапия. Флоротерапия», «Домашняя валеологизация», «Цветотерапия», «Суждения детей о ЗОЖ», «Кто вы?», «Насколько вы общительны? Робки? Контактны?»</i>



Воспитательные результаты формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни:

- ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;
- элементарные представления о взаимной обусловленности физического, социального и психического здоровья человека, о важности 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.





Соблюдаем нормы СанПина при проведении уроков



внеурочных мероприятиях,

индивидуальность домашнего задания,

→ проводим перед первыми уроками зарядку,

→ в момент утомления проводим физ. паузы, гимнастику



для глаз,

→ организовываем физкультурные паузы, динамические



часы,

→ организовываем достаточно не травмоопасную

двигательную активность,

→ проводим смену деятельности на уроках,

→ развиваем мелкую моторику руки,

→ строим учебный процесс с учетом индивидуальных особенностей здоровья ребенка,



гуляем на свежем воздухе с включением подвижных

игр.



Критерии оценки эффективности реализации программы

<i>Направления мониторинга</i>	<i>Критерии</i>	<i>Показатели</i>
<p>Здоровьесберегающие образовательные технологии:</p> <p>Личностно – ориентированное обучение.</p> <p>Педагогика сотрудничества.</p> <p>Технологии развивающего обучения.</p> <p>Дифференцированное обучение.</p> <p>Игровые технологии.</p>	<p>возрастные особенности познавательной деятельности детей; обучение на оптимальном уровне трудности (сложности); вариативность методов и форм обучения; оптимальное сочетание двигательных и статических нагрузок; обучении в малых группах; использование наглядности и сочетании различных форм предоставления информации; создание эмоционально благоприятной атмосферы; формирование положительной мотивации к учебе («педагогика успеха»);</p>	<p>объем учебной нагрузки — количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;</p> <p>нагрузка от дополнительных занятий в школе — факультативов, индивидуальных занятий, занятий по выбору и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы работы);</p> <p>занятие активно-двигательного характера — динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные занятия и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы занятий).</p>

Модель выпускника начальной школы по новому стандарту выглядит так:

Любознательный, интересующийся, активно познающий мир

Владеющий основами умения учиться.

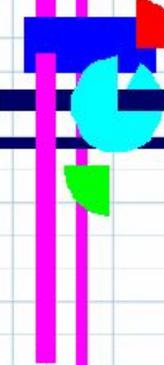
Любящий родной край и свою страну.

Уважающий и принимающий ценности семьи и общества

Готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и школой.

Доброжелательный, умеющий слушать и слышать партнера, умеющий высказать свое мнение.

Выполняющий правила здорового и безопасного образа жизни для себя и окружающих.



**Примерные результаты
воспитания и
социализации младших
школьников имеют
рекомендательный
характер и могут
уточняться
образовательным
учреждением и родителями
учащихся.**

