**Приложение 2**

**ПРОГРАММА**

**ФОРМИРОВАНИЯ экологической КУЛЬТУРЫ, ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ обучающихся с умственной отсталостью**

**(интеллектуальными нарушениями)**

**1 вариант**

1. **Цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования.**

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопас­ного образа жизни — комплексная программа формирования у обучающихся с умственной от­с­та­ло­с­тью (интеллектуальными нарушениями) знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одной из ценностных составляющих, спо­со­б­с­т­вующих познавательному и эмо­циональному развитию ребёнка.

***Целью программы*** является социально-педагогическая поддержка в сохранении и укреплении физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

***Основные задачи программы:***

Формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;

формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;

формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование за­ин­те­ре­сованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового об­раза жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и об­ще­ния;

формирование представлений о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;

формирование установок на использование здорового питания;

использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учетом их возрастных, психофизических особенностей,

развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;

соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;

развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);

становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употреблению алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;

формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

***Основные направления, формы реализации программы***

Системная работа по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в общеобразовательной организации организована по следующим направлениям:

1. Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры общеобразовательной организации.

2. Реализация программы формирования экологической культуры и здорового образа жизни в урочной деятельности.

3. Реализация программы формирования экологической культуры и здорового образа жизни во внеурочной деятельности.

4. Работа с родителями (законными представителями).

5. Просветительская и методическая работа со специалистами общеобразовательной организации.

Экологически безопасная, здоровьесберегающая инфраструктура общеобразовательной организации включает*:*

• соответствие состояния и содержания здания и помещений общеобразовательной организации экологическим требованиям, 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 обучающихся,

• оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадки 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 (логопед, учителя физической культуры, пси­хо­ло­г, медицинский работник).

Ответственность и контроль за реализацию этого направления возлагаются на администрацию общеобразовательной организации.

**2. Направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся**

Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры МБОУ «НСОШ №1»

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все помещения МБОУ НСОШ №1 соответствуют экологическим требованиям, санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда учащихся. Параметры микроклимата в учебных помещениях, уровень освещённости рабочих мест соответствуют гигиеническим требованиям. Созданы условия для правильного полноценного питания обучающихся: работает столовая, оснащённая необходимым технологическим оборудованием, позволяющая организовывать горячие обеды, ведётся постоянный контроль за качеством приготовленной пищи.

Имеется спортивный зал, благоустроенная спортивная площадка, сенсорная комната. В работе здоровьесберегающей инфраструктуры школы задействованы:

- администрация школы, которая проводит диагностическую, коррекционную и консультационную работу с педагогами по созданию благоприятных психологических условий обучения,

- учителя физической культуры, педагоги дополнительного образования, создающие условия для физического развития детей и подростков и выявления одаренных обучающихся, имеющих склонности к игровым видам спорта.

В целях обеспечения безопасности жизни и здоровья детей в здании школы ведётся видеонаблюдение; имеется автоматическая пожарная сигнализация; территория школы имеет ограждение; осуществляется пропускной режим, ведётся журнал регистрации посещения школы.

В школе изданы соответствующие приказы, назначены ответственные за каждый участок работы при возникновении чрезвычайных ситуаций. Регулярно проводятся тренировки по эвакуации обучающихся и преподавательского состава.

Организация экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктурыобразовательного учреждения

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание деятельности | Сроки | Исполнители |
| Совершенствование нормативной базы деятельности, связанной с реализацией программы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни. | Постоянно | Администрация |
| Создание условий социально-психологического комфорта и защищенности всех участников образовательного процесса. | Постоянно | Администрация;  педагогический коллектив |
| Создание системы комфортной пространственной среды (санитарно-гигиенический режим, интерьер, распределение кабинетов, гардероба и пр.). | Постоянно | Администрация;  педагогический коллектив |
| Оборудование помещений и совершенствование материально-технической базы | Постоянно | Администрация |
| Оснащение спортивного зала современным оборудованием | Постоянно | Администрация;  учителя физической культуры |
| Расширение спектра дополнительных образовательных услуг на базе школы и учреждений дополнительного образования. | Постоянно | Администрация;  учителя физической культуры; педагоги доп. образования |
| Обеспечение санитарно-гигиенического режима школы в соответствии с требованиями СанПиН | Постоянно | Администрация;  педагогический коллектив |
| Оптимизация системы организации питания обучающихся. | Постоянно | Администрация |
| Проведение летней оздоровительной кампании. | В течение года | Администрация |
| Организация обучения детей с ограниченными возможностями. | Постоянно | Администрация |
| Совершенствование работы по обеспечению безопасности школы, антитеррористической защищенности за счет оснащения современными средствами пожаротушения, совершенствования школьных коммуникаций. | Постоянно | Администрация |
| Благоустройство и озеленение школьной территории | Постоянно | Администрация,  педагогической коллектив. |
| Осуществление мониторинга состояния здоровья школьников с целью выявления факторов риска здоровья и образа жизни | Два раза в год | Администрация, учителя, медицинские работники |

***Рациональная организация учебной и внеурочной 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:

* Составление расписания звонков, уроков, курсов внеурочной деятельности с учетом санитарно-гигиенических требований к организации учебно-воспитательного процесса.
* Составление графика проведения контрольных работ.
* Совершенствование календарно-тематического планирования с включением вопросов охраны здоровья, нормирования учебной нагрузки, дозирования домашнего задания с целью предотвращения перегрузки учащихся.
* Создание условий для обеспечения оптимального двигательного режима в учебное время на уроках и переменах, а также во внеурочное время.
* Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию).
* Реализация комплексного плана мероприятий психолого-педагогического сопровождения учащихся на этапе перехода.
* Совершенствование плана воспитательной работы классных руководителей с включением раздела по формированию у обучающихся здорового образа жизни, укреплению здоровья.
* Изучение социально – психологического климата классных коллективов.
* Исследование тревожности учащихся как неблагоприятного фактора в учебно – воспитательном процессе.
* Мониторинг удовлетворенности учащихся и родителей жизнедеятельностью в ОУ.
* Изучение психологических и возрастных особенностей, выявление позитивного и негативного влияния условий жизни на обучение и воспитание учащихся.
* Повышение психологической компетенции педагогов по внедрению современных здоровьесберегающих технологий (проведение проблемных семинаров).
* Повышение социально-психологической компетенции учителей, классных руководителей, родителей по проблеме сохранения и укрепления здоровья детей.
* Строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.
* Индивидуализацию обучения, учёт индивидуальных особенностей развития обучающихся: темпа развития и темпа деятельности, обучение по индивидуальным образовательным траекториям.
* Ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и с детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

*Основные виды деятельности обучающихся:* учебная, учебно - исследовательская, образно-познавательная, игровая, рефлексивно-оценочная, регулятивная, креативная, общественно полезная.

*Виды учебной деятельности*, используемые в урочной и внеурочной деятельности: ролевые игры, проблемно-ценностное и досуговое общение, проектная деятельность, социально-творческая и общественно полезная практика.

*Формируемые ценности*: природа, здоровье, экологическая культура, экологически безопасное поведение.

*Формы учебной деятельности*, используемые при реализации программы: исследовательская работа во время прогулок, деятельность классной или школьной газеты по проблемам здоровья или охраны природы, мини-проекты, дискуссии, ролевые ситуационные игры, практикум-тренинг, спортивные игры, дни здоровья.

Задача формирования бережного, уважительного, сознательного отношения к материальным и духовным ценностям решается средствами всей системы учебников, в течение всего учебно-воспитательного процесса.

*Планируемые личностные результаты в зависимости от видов и форм внеучебной деятельности*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Внеучебная деятельность | Планируемые результаты (личностные) | |
| У обучающихся будут сформированы: | Обучающиеся получат возможность для формирования: |
| 1. | Тематические беседы и классные часы, конкурсы агитбригад, оформление классных уголков по экологии, БДД и ЗОЖ, проверка сохранности кабинетов «Наш маленький дом» | Понятие о правильном режиме дня и отдыха; | Представления об основных компонентах культуры здоровья и экологической культуры. |
| 2. | Встречи с сотрудниками ГИБДД | Понятие о ценности своего здоровья и здоровья своей семьи | Представления о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье; |
| 3. | Походы, весёлые старты, «Путешествие в страну здоровья», учебная эвакуация, беседы и встречи с медицинскими работниками. | Понятие о полезности занятий физкультурой и спортом, здоровое соперничество на соревнованиях; | Представления о негативных факторах риска здоровью; |
| 4. | Школьная спартакиада, Президентские игры и Президентские состязания, военно-патриотическая игра «Зарница», экскурсии, поездки. | Понятие о гиподинамии и об её преодолении, о влиянии компьютера на здоровье и зрение; | Анализировать свою занятость во внеурочное время и корректировать нагрузку при помощи взрослых и родителей |
| 5. | Учебная эвакуация, беседы, оздоровительный лагерь, волонтерская деятельность. | Навыки действий при пожаре и чрезвычайной ситуации, навыки позитивного коммуникативного обучения |  |

***Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы,*** направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, включает:

полноценную и эффективную работу с учащимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);

рациональную организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера;

организацию утренней зарядки перед 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 здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

***Реализация курсов внеурочной деятельности,*** направленных на повышение уровня знаний и практических умений обучающихся в области экологической культуры и охраны здоровья, предусматривает:

• внедрение в систему работы школы курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, включённых в учебный процесс;

• проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников, викторин, экскурсий;

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Направление***  ***деятельности*** | ***Задачи*** | ***Содержание*** |
| ***Санитарно-просветительская работа по формированию здорового образа жизни*** | 1. Знакомство детей, родителей с основными понятиями – здоровье, здоровый образ жизни.  2. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности.  3. Обеспечение условий для мотивации и стимулирования здорового образа жизни | * Проведение уроков здоровья, проведение классных часов и общешкольных мероприятий по пропаганде здорового образа жизни, формированию навыков ЗОЖ, гигиены и личной безопасности совместно с родителями. * Проведение тематических классных и общешкольных родительских собраний. |
| ***Профилактическая деятельность*** | 1. Обеспечение условий для ранней диагностики заболеваний, профилактики здоровья.  2.Создание условий, предотвращающих ухудшение состояние здоровья.  3. Обеспечение помощи детям, перенесшим заболевания, в адаптации к учебному процессу.  4. Профилактика травматизма | * Система мер по улучшению питания детей: режим питания; эстетика помещений; пропаганда культуры питания в семье. * Система мер по улучшению санитарии и гигиены: генеральные уборки классных комнат, школы; соблюдение санитарно-гигиенических требований. * Система мер по предупреждению травматизма: оформление уголков по технике безопасности; проведение инструктажа с детьми и родителями. * Профилактика утомляемости: проведение подвижных перемен; оборудование зон отдыха. |
| ***Физкультурно-оздоровительная, спортивно-массовая работа*** | 1.Укрепление здоровья детей средствами физической культуры и спорта.  2. Пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.  3. Содействие развитию детскому и взрослому спорту и туризму. | * Увеличение объёма и повышение качества оздоровительной и спортивно-массовой работы в школе: организация подвижных игр; соревнований по отдельным видам спорта; проведение зимних олимпийских игр, спартакиады, дней здоровья. * Привлечение к организации физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работе с детьми родителей. |

**Планируемые результаты реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направления формирования здорового образа жизни | Ценностные установки | Планируемые результаты реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни |
| 1.Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. | Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое, и социальное. | ***Результаты первого уровня:***   * приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях и способах укрепления здоровья; * практическое освоение методов и форм физической культуры, простейших элементов спортивной подготовки; * получение навыков следить за чистотой и опрятностью своей одежды, за чистотой своего тела, рационально пользоваться влиянием природных факторов (солнца, чистого воздуха, чистой воды), экологически грамотного питания;   ***Результаты второго уровня:***   * формирование позитивного отношения обучающихся к здоровью как к ценности, неотъемлемой составляющей хорошего самочувствия, успехов в учебе и в жизни вообще;   ***Результаты третьего уровня:***   * регулярные занятия спортом; систематические оздоровительно-закаливающие процедуры; * участие в спортивных, оздоровительных и экологических акциях в окружающем школу социуме. |
| 2. Формирование экологической культуры. | Ценность природы, её многообразие и исчерпаемость, единство экологического сознания и поведения. | ***Результаты первого уровня:***   * развитие экологического мышления, формирование у школьников целостной картины окружающего мира на основе формирования представлений о взаимосвязях в природе, природных закономерностях.   ***Результаты второго уровня:***   * формирование экологически грамотного, нравственного поведения в природе.   ***Результаты третьего уровня:***   * участие в экологических акциях в окружающем школу социуме. |
| 3.Создание здоровье-сберегающей инфраструктуры образовательного учреждения. | Ценность здоровья и здорового образа жизни. | * соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся; * сформированность экологоразвивающего пространства школы для обеспечения соответствующих уровней экологического образования. |
| 4.Рациональная организация образовательного процесса. | Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности. | * соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки обучающихся на всех этапах обучения; * повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузок, оптимального чередования труда и отдыха. |
| 5.Организация физкультурно-оздоровительной работы. | Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния. | * полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях); * повышение адаптивных возможностей организма обучающихся; * сохранение и укрепление здоровья школьников; * рациональная и соответствующая возрасту организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера; * рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях. |
| 6.Реализация дополнительных образовательных программ. | Ценность здоровья и здорового образа жизни. | * эффективное внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс; * включение каждого обучающегося в здоровьесберегающую деятельность. |
| 7.Просветительская работа с родителями (законными представителями). | Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания. | * эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.; * повышение уровня информированности родителей о ЗОЖ; * увеличение числа родителей, принимающих участие в общешкольных и классных мероприятиях. |

3. Модели организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно-спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно-транспортного травматизма

В программе предусмотрена модель «Экология, здоровье, безопасность жизни», которая соответствует методологии системно-деятельностного подхода. В рамках этой общей модели используются следующие организационные модели:

- организационная модель физкультурно-спортивной работы;

- модель организации работы по формированию экологически сообразного поведения;

- модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике употребления психоактивных веществ;

- модель организации работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

Данные модели предусматривают систему управления работой, функционал отдельных её звеньев, их взаимодействие, сочетание малых и больших, индивидуальных и массовых форм работы, связи с родительской общественностью, дополнительным образованием, мониторинг результатов; обновление содержания, методов и форм работы; может включать опытно-экспериментальную деятельность.

Организационная модель физкультурно-спортивной работы реализуется через такие формы работы, как уроки, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивные соревнования; предполагает охват учащихся различными видами деятельности через включение их в занятия подвижными играми, баскетболом, волейболом, пионерболом, беговыми упражнениями, прыжками, метанием мяча.

Модель организации работы по формированию экологически сообразного поведения реализуется через урочную и внеурочную деятельность: урок-экскурсия, урок-путешествие, викторины, проведение недели экологии, экологические праздники, прогулки. Виды деятельности: беседы, экскурсии, решение экологических задач, моделирование экологических ситуаций, проектная деятельность.

Модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике психоактивных веществ на уроках реализуется через проведение физкультминуток, соблюдение режима труда и отдыха, применение здоровьесберерегающих технологий, соблюдение снитарно-гигиенический требований и норм. Во внеурочной деятельности организуются подвижные игры во время перемен, дни здоровья, недели здорового образа жизни, тематические беседы, выпуск газет, организация встреч с медицинским работником, беседы с родителями о соблюдении режима дня школьников.

Организационная модель по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма реализуется через встречи с инспекторами дорожного движения, взаимодействие с отрядом ЮИД, беседы, праздники, конкурс «Безопасное колесо», оформление информационных стендов, выпуск стенгазет, проведение конкурсов рисунков.

**Циклограмма работы с классом.**

|  |  |
| --- | --- |
| *Ежедневно* | Утренняя гимнастика (перед уроками). Контроль за тепловым, санитарным режимом и освещенностью, охват горячим питанием. Выполнение динамических, релаксационных пауз, профилактических упражнений и самомассажа на уроках, прогулки после уроков. |
| *Еженедельно* | Выпуск «Страниц здоровья». Занятия в кружках, спортивных секциях, проведение уроков на свежем воздухе. |
| *Ежемесячно* | Консультационные встречи с родителями, диагностирование, генеральная уборка классной комнаты. Участие в соревнованиях, физкультурно-спортивных мероприятиях. |
| *Один раз в полугодие* | Семейные спортивные праздники, экскурсии, родительские собрания. |
| *Один раз в год* | Дни открытых дверей (для родителей). |
| *Один раз в год* | Оформление уголков безопасности. Беседа о пользе витаминов, способах повышения иммунитета. Социально-психологическая диагностика. Профилактика гриппа и других вирусных инфекций. |

Виды и формы занятий по формированию экологически целесообразного здорового и безопасного образа жизни, физкультурно – спортивной и оздоровительной работе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | **физкультурно-оздоровительная деятельность**  **(виды и формы работы)** | **Планируемые результаты (личностные)** |
| 1. | * День Здоровья; * Система профилактических мер по ПДД и ОБЖ; * Работа школьного общественного наркопоста; * Акция «Жизнь без наркотиков»; * Акция «Мы выбираем жизнь!» * Акция «Красная лента» * Спортивные мероприятия; * Беседы врачей МУЗ ЦРБ с обучающимися «Гигиена тела», «Здоровый образ жизни», «Профилактика простудных заболеваний», * Участие в массовых мероприятиях «День защиты детей»; * Природоохранительные акции: «Чистый берег Байкала», «Птичья столовая», «Зеленая красавица», «Чистый двор». * Единый урок: «День птиц», «День воды», «День Земли». * Конкурс экологических сказок. * Конкурс экологических агитбригад. * Общешкольный субботник «Сделай доброе дело». * День Земли. Фотоконкурс «Если взглянуть вокруг»;   Конкурс рисунков на асфальте «Как прекрасен этот мир»; Урок – игра «Знатоки природы»; Озеленение кабинетов и помещений ОУ.   * День защиты детей, в рамках которого проводятся тематические мероприятия по защите от экологической опасности:   - «Береги планету нашу!»;  - «Земля- наш дом родной»;  - «Чудес полна могучая природа… Ты только помоги их сохранить!»; «Как хорошо на свете жить».  - акция «Внимание – дети!» по профилактике дорожно-транспортного травматизма;   * Классные часы, беседы:   - «Заповеди леса»,  - «Редкие растения и животные»,  - «Кто в лесу живет, что в лесу растет?»,  - «По тропинке открытий»,  - «Звери, птицы, лес и я – вместе дружная семья»,  - «Прекрасны солнце, воздух и вода – прекрасна вся моя Земля».   * Мероприятия, посвященные Всемирному дню борьбы со СПИДом; * Мероприятия, посвященные Всемирному дню борьбы с наркоманией и наркобизнесом; * Проведение диспансеризации; * Оздоровление в лагере дневного пребывания   « Радуга»   * Вовлечение учащихся и родителей в организацию работы эколого-туристического клуба «Ургуй»; * Вовлечение учащихся в детские объединения, секции, клубы по интересам. * **Родительский всеобуч:**   - «Как сохранить здоровье ребенка»,  - «Режим дня школьника»,  - «Влияние телевидения и компьютерных игр на здоровье школьника»,  - «Домашняя экология»,   * Соревнования «Папа, мама, я – спортивная семья». * Проведение родительских собраний по пособию «Ответственные родители». | Сформировать:  - потребность в выполнении режима дня и правил гигиены;  - элементарные представления о вредных привычках и факторах, влияющих на здоровье;  - потребность ребёнка безбоязненно обращаться к учителю по вопросам состояния здоровья.  Осознание учеником роли знаний в жизни человека, видение личной учебной перспективы, умение совершенствовать и применять свои знания. Осознание необходимости изучения, сохранения и преумножения историко-культурного, духовного наследия Родины.  Гуманистическая направленность личности учащегося, понимание им ценности человеческой жизни, уважение человеческого достоинства, способность к состраданию, доброжелательность.  Осознание учащимися необходимости познания прекрасного в окружающей действительности.  Осознание роли и активности человека в преобразовании окружающего мира. |

**Виды и формы занятий по формированию, направленных на профилактику ПАВ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Сроки | Мероприятия | Ответственные |
| 1 | Сентябрь | Беседы о вредных привычках (по классам) «Если хочешь быть здоров», «Полезные и вредные привычки», «Что такое хорошо и что такое плохо» | Классные руководители |
| 2 | Октябрь | Спортивные состязания. Марафон игр | Учителя физвоспитания |
| 3 | Ноябрь | Кл.час. Сказка о черных братьях (алкоголь, никотин, наркотик) | Классный руководитель |
| 4 | Декабрь | Конкурс рисунков «НЕТ вредным привычкам!» | Классные руководители |
| 5 | Январь | Подвижные игры на свежем воздухе. Ролевая игра: «Умей сказать — нет!» | Классные руководители |
| 6 | Февраль | Праздник чистоты и порядка. Игра «Осторожно, это враги!» | Классный руководитель |
| 7 | февраль | Спортивные соревнования «Сильные, ловкие, умелые» | Учителя физвоспитания |
| 8 | Март | Презентация «Ступени, ведущие вниз» | Классный руководитель |
| 9 | Апрель | Инсценировка «Вредные привычки – не мои ли вы сестрички» | Классный руководитель |
| 10 | апрель | Групповая дискуссия «Вот задача для ребят – кто же в этом виноват», | Классные руководители |
| 11 | Май | Общешкольный день здоровья | Учитель физической культуры |
| 12 | Июнь | Праздник Здоровья. В гостях у витаминов. | Начальник лагеря дневного пребывания |

**Виды и формы занятий по формированию по предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование мероприятий | Срок выполнения | Ответственный за выполнение |
| 1. | Организовать с педработниками инструктивно-методические занятия и семинары по методике проведения занятий с детьми по Правилам дорожного движения. | сентябрь | Заместитель директора по ВР |
| 3. | Организовать изучение Правил дорожного движения с детьми согласно Программе. | В течение года | Классные руководители |
| 4. | Включать в план работы школы и в планы воспитательной работы педагогических работников, кроме обязательного изучения Правил дорожного движения с детьми согласно Программе, проведение тематических утренников, викторин, игр, конкурсов, соревнований, встреч с работниками ГИБДД и другие мероприятия по безопасности движения | ежегодно | Классные  руководители |
| 5. | Проведение декады по профилактике ДДТТ:  - Выставка рисунков «Осторожно, дорога!»  - Выставка книг «Подождешь минуту – сбережешь жизнь».  -Викторины по ПДД.  -Беседы, классные часы по профилактике ДТП «Причины ДТП», «Бытовым привычкам не место на дороге», «Как избежать опасности на дороге» и т.п. | декабрь ноябрь | Заместитель директора по ВР, классные  руководители |
| 6. | Оформить в школе уголок по безопасности дорожного движения. | В течение 1 четверти | Учитель ИЗО |
| 7. | Проведение родительских собраний по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма по темам:   |  | | --- | | 1. «Как влияет на безопасность детей поведение родителей на дороге». | | 2. «Требования к знаниям и навыкам школьника, которому доверяется самостоятельное движение в школу и обратно». | | 3. «Использование движения родителей с детьми по улицам для обучения детей навыкам правильного поведения на дороге».  4. «Улица-подросток».  5. «Родителям о безопасности дорожного движения». | | в течение года | Заместитель директора по ВР, классные  руководители |
| 8. | Проведение часов общения по вопросам профилактики ДДТТ (в соответствии с программой). | В течение года | Классные руководители |
| 9. | Оформление индивидуальных маршрутных листов безопасного пути «Школа - дом» (1-4 классы). | до1 октября | Классные руководители  1-4 классов. |
| 10. | Разработка памяток « Безопасное поведение на улице». | октябрь | Кл. руководители |
| 11. | Совещание при директоре по профилактике ДДТТ | ноябрь | Заместитель директора по ВР |
| 12. | Проведение тестирования по практическому владению учащимися навыками безопасного поведения на дорогах и в транспорте. | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 13. | Проведение «минуток безопасности». | В течение года. | Классные руководители |
| 14. | Выпуск тематической стенной газеты « Будь внимателен на дороге, пешеход!» | апрель | Руководитель ОБЖ |
| 15. | Агитбригада по ПДД «Сказочка про дорожные правила».  Агитбригада «В гостях у светофора ». | Ноябрь  апрель | Руководитель ОБЖ  отряд ЮИД. |
| 16. | Довести до сведения уч-ся, родителей, учителей содержание выступлений сотрудников ГИБДД с анализом ДТП, прошедших по вине школьников на семинарах зам. директоров по ВР | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 17. | Беседа с учащимися перед каждыми каникулами на тему «Улица полна опасностей и неожиданностей» | Перед каникулами | Классные руководители |
| 18. | Проведение рейдов по выявлению юных нарушителей правил ДД и велосипедистов- нарушителей. | В течение года | Отряд ЮИД. |
| 19 | Индивидуальные беседы с уч-ся, находящимися на внутришкольном контроле, со старшеклассниками, имеющими мотоциклы в хозяйстве и их родителями по данной теме. | В течение года | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 20. | Проведение тематических утренников, викторин, игр, конкурсов, соревнований по ПДД. | В течение года | Заместитель директора по ВР, классные руководители |
| 21. | Занятия по оказанию первой медицинской помощи. | В течение года | Мед.сестра школы |
| 22. | Встречи, беседы с работниками ГИБДД. | В течение года | Заместитель директора по ВР |
| 23. | Проведение «Недели безопасности дорожного движения». | май | Заместитель директора по ВР |

**4. Критерии, показатели эффективности деятельности в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Критерии** | **Показатели** | **Измерители** |
|  | Количество педагогов, гигиенически рационально организующих свои уроки. | Оптимальная плотность урока, чередование видов учебной деятельности, использование ТСО, наличие физкультминуток, эмоциональных разрядок. | Посещение уроков, анкетирование. |
|  | Количество случаев заболеваний, перенесённых обучающимися. | Снижение показателей. | ШСОКО |
|  | Количество обучающихся, имеющих положительную динамику показателей тревожности и эмоционального стресса. | Снижение уровня тревожности и эмоционального стресса. | Анкетирование. Наблюдение. |
|  | Численность обучающихся, у которых отмечается благоприятная динамика состояния здоровья. | Увеличение численности. | Результаты мед. осмотров. |
|  | Уровень эмоционально-психологического климата в классных коллективах | Положительная динамика результативности | Анкетирование, итоги исследования адаптации 1,5,10-ов |
|  | Удовлетворённость обучающихся школьной жизнью. | Повышение уровня удовлетворённости обучающихся школьной жизнью. | Анкетирование. |
|  | Степень сформированности у обучающихся установок на здоровый образ жизни. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Объём двигательной активности во внеурочное время | Увеличение показателя | Анализ участия в секциях, спортивных мероприятиях. |
|  | Установка на использование здорового питания | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу; 100% охват горячим питанием | Анкетирование. Наблюдение за питанием. |
|  | Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей. | Отрицательная динамика уровня заболеваемости опорно-двигательного аппарата (исключая заболевания органического генеза, травматического характера). | Анкетирование. Учет времени на занятия физкультурой. |
|  | Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. Наблюдение. |
|  | Знание негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания). | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. Наблюдение. |
|  | Потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены. | Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. | Анкетирование. |
|  | Знание правил поведения на природе и бережного отношения к окружающей среде. | Положительная динамика результативности тестирования по данному вопросу. | Тестирование |

**5. Методики и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся**

**Анкета для ученика по ЗОЖ**

Уважаемый участник! Данная анкета позволит определить Ваше отношение к здоровому образу жизни. Из предложенных вариантов ответа на вопрос Вам необходимо выбрать один ответ (отметив его галочкой или крестиком), который наиболее полно отражает Ваши взгляды. Долго не задумываетесь, здесь нет правильных и неправильных ответов.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **1) Как известно, нормальный режим питания - это плотный завтрак, обед из трех блюд, полдник и скромный ужин. А какой режим питания у вас?** | | |
| А |  | Именно такой и вы едите много фруктов и овощей; |
| в |  | Иногда бывает, что вы обходитесь без завтрака или обеда; |
| с |  | Вы вообще не придерживаетесь какого-либо режима. |
| **2) Регулярно ли Вы делаете зарядку?** | | |
| А |  | Да, это для меня необходимость; |
| в |  | Иногда делаю; |
| с |  | Нет, не делаю вовсе. |
| **3) Часто ли Вы с родителями используете выходные дни для активного отдыха (походов и занятий спортом)?** | | |
| А |  | Регулярно (как минимум два раза в месяц); |
| в |  | Иногда (2 – 3 раза в полгода); |
| с |  | Никогда или очень редко. |
| **4) Хорошо ли Вы спите?** | | |
| А |  | Да, я почти никогда не просыпаюсь ночью; |
| в |  | Не всегда, бывает, я часто просыпаюсь; |
| с |  | Просыпаюсь почти каждую ночь. |
| **5) Часто ли Вы болеете?** | | |
| А |  | Очень редко (не чаще 1 раза в год); |
| в |  | Болею 3 – 4 раза в год; |
| с |  | Болею очень часто (чаще 5 раз в год). |
| **6) Соблюдаете ли Вы правильный режим дня?** | | |
| А |  | Да, стараюсь всегда его соблюдать; |
| в |  | Пытаюсь придерживаться, но не всегда получается; |
| с |  | Нет, я никогда не соблюдаю режим дня. |
| **7) Часто ли Вы устаете после уроков?** | | |
| А |  | Почти никогда не устаю; |
| в |  | Иногда устаю очень сильно; |
| с |  | Да, почти всегда сильно устаю. |
| **8) Доставляет ли Вам удовольствие урок физической культуры в школе?** | | |
| А |  | Да, вы всегда хожу на него с удовольствием; |
| в |  | Урок, в общем-то, устраивает; |
| с |  | Хожу на него без особой охоты. |
| **9) Занимаетесь ли Вы каким-либо видом спорта?** | | |
| А |  | Да, я регулярно посещаю спортивную секцию; |
| в |  | Периодически посещаю спортивные секции; |
| с |  | Нет, я вообще не увлекаюсь спортом. |

**Тест-анкета для ориентировочной оценки риска нарушения зрения**

Целесообразно, чтобы данный тест был проведен родителями школьника.

Инструкция эксперту:

Постарайтесь дать оценку ребенку по приведенной ниже шкале, используя 4-х бальную систему.

1. Признак не выражен (отсутствует)%;
2. Признак слабо выражен или проявляется изредка;
3. Признак умеренно выражен или проявляется периодически;
4. Признак явно выражен или проявляется постоянно.

Признаки:

1. Много читает.
2. Нередко читает при плохом освещении или лежа.
3. Больше часа (получаса для младших школьников) в день проводит за компьютером.
4. Больше двух часов (1 часа для младших школьников) проводит у телевизора.
5. Читает, пишет, «уткнувшись носом» в текст.
6. У родителей плохое зрение (носят очки).
7. Неправильное питание (недостаток витамина «А»).
8. Имеется тенденция повышенного артериального и, или внутричерепного давления.
9. Беспечно относится к гигиене зрения, не следит за утомлением глаз.
10. Имеет выраженные черты инертности, медлительности, флегматичности.

Интерпретация результатов: благополучный показатель – 10 баллов, «группа риска»-20 баллов.

**Планируемые результаты освоения программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

*Важнейшие личностные результаты:*

ценностное отношение к природе; бережное отношение к живым организмам, способность сочувствовать природе и её обитателям;

потребность в занятиях физической культурой и спортом;

негативное отношение к факторам риска здоровью (сниженная двигательная ак­ти­в­ность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные за­бо­левания);

эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, осознание не­об­хо­ди­мо­с­ти ее охраны;

ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей;

элементарные представления об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов;

установка на здоровый образ жизни и реализация ее в реальном поведении и поступках;

стремление заботиться о своем здоровье;

готовность следовать социальным установкам экологически культурного здо­ро­вье­с­бе­ре­гаюшего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям);

готовность противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;

готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;

овладение умениями взаимодействия с людьми, работать в коллективе с выполнением различных социальных ролей;

освоение доступных способов изучения природы и общества (наблюдение, запись, измерение, опыт, сравнение, классификация и др.);

развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;

овладение умениями ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.