**Программа формирования экологической культуры,**

**культуры здорового и безопасного образа жизни.**

**Пояснительная записка**

В настоящее время все настойчивее ведется поиск, и предпринимаются попытки создания такой системы образования, которая, наряду с обеспечением необходимых условий для полноценного естественного развития ребёнка, способствовала бы формированию у него потребности в здоровье, пониманию основ здорового образа жизни, обеспечивала бы практическое освоение навыков сохранения и укрепления физического и психического здоровья. По статистике, 80-85% детей школьного возраста имеют плохое здоровье, а к окончанию школы число здоровых детей уменьшается в 4 раза (Зайцев П.К., 1994; Казин Э.М., 1997; Айзман П.Г., 1996 и др.).

Усугубляет проблему совокупность воздействия ряда неблагоприятных факторов: ухудшение материального положения многих семей учеников, нерационально организованное школьное питание и расписание уроков; эмоционально стрессовые перегрузки; нарушение валеологических принципов в самом педагогическом процессе (учебные перегрузки и т.п.); гиподинамия, ограничение жизненного пространства в переполненных классах и т.д. (Казин Э.М., 1996).

НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков НЦЗД РАМН отмечает, что особенностями негативных изменений здоровья детей за последние годы являются следующие (М.М. Безруких и др, 2002 г.):

1. Значительное снижение числа абсолютно здоровых детей – их число не превышает 10-12%.
2. Стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний – частота функциональных нарушений увеличилась в 1,5 раза, хронических болезней – в 2 раза.
3. Изменение структуры хронической патологии. Вдвое увеличилась доля болезней органов пищеварения, в 4 раза – опорно-двигательного аппарата, втрое – болезни почек и мочевыводящих путей.
4. Увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов.

Данные, приводимые Всемирной организацией здоровья, свидетельствуют о том, что:

* не менее 50% здоровья человека зависит от образа жизни;
* 20% приходится на наследственность;
* 20% - на влияние внешней среды;
* 10% - на факторы, зависящие от здравоохранения.

Таким образом, доминирующая роль образа жизни в обеспечении здоровья человека более чем очевидна. Большинство исследователей определяют здоровый образ жизни как совокупность внешних и внутренних условий жизнедеятельности человеческого организма, при которых все его системы работают долговечно, а также совокупность рациональных методов, способствующих укреплению здоровья, гармоничному развитию личности, методов труда и отдыха. В отечественной литературе способность самоуправления поведением рассматривается как один из основных критериев психического здоровья[.](http://www.eduhmao.ru/info/1/3939/80831/)

В ряду приоритетных ценностей человека здоровью безоговорочно придается первостепенное значение. Поэтому уже с самого раннего возраста детей нужно тренировать, настраивать на здоровый образ жизни. Крайне высокий уровень патологии у школьников указывает на приоритетность проблемы здоровья подрастающего поколения. Здоровье социально обусловлено и зависит от таких факторов, как: окружающая среда, наследственность, от условий жизни и воспитания в семье, характера питания, режима двигательной активности и т.д.

Острота современных *экологических проблем* выдвинула перед педагогической теорией  и школьной практикой задачу большой экономической и социальной значимости: воспитание школьников  в духе бережного, ответственного  отношения к природе, защиты и возобновления природных богатств. Экологическое образование подрастающего поколения – это не просто одна из важнейших задач современного общества, это – условие его дальнейшего выживания.

Ответственное отношение к окружающей среде формируется у человека практически на протяжении всей его жизни, и особенно, в школьные годы. А основы этого отношения закладываются еще в детстве, поэтому младший школьный возраст должен стать объектом пристального внимания педагогов, занимающихся проблемами экологического образования и воспитания.

В связи с этим насущной проблемой школы призваны растить физически и психически здоровых граждан, формировать у обучающихся потребность в хорошем здоровье, должны научить ответственно относиться не только к своему здоровью, но и к здоровью других людей, а также к сохранению среды обитания.

**Программа формирования экологической культуры, 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.

Экологическое воспитание нацеливает подрастающего человека на реализацию развернутой парадигмы «человек – окружающая среда – здоровье». Использование человеком окружающей среды требует от него развития экологического мышления.

Целями экологического воспитания являются:

* становление человека гармоничного через радость развития, познания, творчества, совершенствования для постижения все более высоких уровней красоты, гармонии, любви*;*
* формирование ответственного отношения к окружающей среде, которое проявляется в трех аспектах:
* ответственность за сохранение естественного природного окружения;
* ответственность за свое здоровье и здоровье других людей как личную и общественную ценность;
* развитие и гармонизация личности, как экологически оптимальный путь сохранения духовного и физического здоровья общества.

Основная задача экологического воспитания, которая находит отражение в личностно-ориентированном образовании, научить ребенка развивать свои адаптационные возможности на основе знания законов живой природы, понимания сущности взаимоотношений живых организмов и окружающей среды.

Цель программы – формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся на уровне начального общего образовании.

Задачи программы:

* формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
* 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 познавательного интереса и бережного отношения к природе;
* формирование установок на использование здорового питания;
* использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
* соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
* формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
* становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
* формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
* формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
* формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

**Направления деятельности:**

1. **Предметная деятельность**

**В курсе «Окружающий мир» —** это разделы: «Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия» (и учебный проект «Путешествуем без опасности») и др. и темы: «Красная книга», «Почва нуждается в охране», «Заповедники», «Что вокруг нас может быть опасным?»,  «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?», «Почему в автомобиле и поезде нужно соблюдать правила безопасности?», «Почему на корабле и в самолете нужно соблюдать правила безопасности?» и др.

При выполнении  упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика,  соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой, на уроках литературного чтения читают произведения о родной природе, говорят о сохранении красоты природы.

На уроках математики решают арифметические задачи экологического содержания.

**В курсе «Технология»** при знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.

**В курсе «Английский язык»**  в учебниках содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к природе, к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях. Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр.

**В курсе «Физическая культура»** весь материал учебника (1-4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах.

1. **Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.**

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований*** к орга­низации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях), к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

 В учебном процессе педагоги применяют методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся, учитывают индивидуальные особенности развития. В используемой системе учебников «Школа России» учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. Разработаны разноуровневые задания для самостоятельной работы, созданы ситуации выбора учащимися заданий. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности к учебной.

В школе соблюдаются ***требования к использованию технических средств обучения***, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

*Показателями рациональной организации учебного процесса выделены*:

* объем учебной нагрузки – количество уроков и их продолжительность, включая затраты времени на выполнение домашних заданий;
* нагрузка от дополнительных занятий в школе – кружков, индивидуальных занятий и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы работы);
* занятия активно-двигательного характера – динамические паузы, уроки физической культуры, спортивные занятия и т.п. (их частота, продолжительность, виды и формы работы).

Поскольку основой организации процесса обучения является школьное расписание уроков, в школе учитываются физиолого-гигиенические требования к его составлению, с учетом динамики изменений физиологических функций и работоспособности учащихся на протяжении учебного дня и недели.

Достаточный уровень валеологической культуры педагогов предполагает осознанный выбор учебных режимов и педагогических технологий, не наносящих ущерб здоровью учащихся, умение строить психологически грамотное общение с учащимися, коллегами, родителями и способность вести учащихся к осознанному выбору образа жизни и норм поведения, способствующих повышению уровня собственного здоровья и окружающих.

Непременным требованием медико-психолого-педагогического сопровождения является наблюдение и работа с учащимися 1-х классов, «группы риска», ОВЗ, дезадаптированных и др.:

Учащиеся 1-х классов – адаптация к систематическому обучению;

Учащиеся, изменяющие маршрут обучения в процессе ротации;

Учащиеся – дезадаптанты и учащиеся с девиантным поведением.

Учащиеся с ОВЗ.

От педагогов в критических ситуациях дезадаптации ребенка требуется повышенное внимание к его индивидуально-психологическим особенностям, индивидуальный подход в обучении и воспитании, создание атмосферы комфортности, а также психокоррекционная работа, проводимая совместно со специалистами психолого-педагогического сопровождения. В данном случае сопровождение образовательного процесса, при интегрирующей роли школьной службы психолого-педагогического сопровождения, играет исключительно важную роль и позволяет решить проблему совместной деятельности педагога, психолога, родителей.

1. **Организация физкультурно-оздоровительной работы**

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

* *полноценная работа с обучающимися всех  групп здоровья;*
* *рациональная организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;*
* *организация динамической паузы после 2 урока;*
* *организация вводной гимнастики, динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;*
* *организация работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;*
* *регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий:*

- «Весёлые старты»

- Соревнования по мини-футболу, волейболу, баскетболу

- Праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»

- Соревнования по пионерболу

- Лыжные соревнования

- Походы

- Осенний кросс

- Турслет

- Дни Здоровья

* *Сотрудничество с ДЮСШ.*

1. **Организация воспитательной работы**

Воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование экологической культуры, ценности здоровья и здорового образа жизни, включает в себя: систему тематических классных часов, беседы, игровые тренинги, занятия в кружках, факультативные занятия, проведение досуговых мероприятий (конкурсы, викторины, праздники, экскурсии, походы и т.д.), проведение дней здоровья.

1. **Организация просветительской работы с родителями (законными представителями)**

Программа работы с родителями: лекции, беседы, консультации специалистов (медицинского работника школы, психолога, социального педагога и др.) по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей, профилактики вредных привычек; организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

Успех экологического воспитания и образования зависит от использования разнообразных форм работы, их разумного сочетания.

Первое важнейшее условие – экологическое воспитание учащихся должно проводится в системе, с использованием местного краеведческого материала ***деревни Тукса, Олонецкого района,*** ***республики Карелия,*** с учетом преемственности, постепенного усложнения и углубления отдельных элементов.

Второе непременное условие – активное вовлечение младших школьников в посильные для них практические дела по охране местных природных ресурсов. Таких дел очень много: это внутреннее и внешнее озеленение школы, сквера, уход за цветниками, сбор плодов и семян луговых и древесно-кустарниковых растений, охрана и подкормка птиц, охрана муравейников и т.д.

Существуют различные технологии экологического воспитания:

1. Исследовательские (составление экологического паспорта школы, выпуск экологического бюллетеня, изучение состава воздуха, состояния воды, почвы и др.);

2. Проектные (разработка и реализация различной степени сложности проектов, т.е.

использование метода проектов);

3. Конкурсные (выставки плакатов, рисунков, «Окно в природу», проведение экологических олимпиад и др.);

4. Игровые ( подвижные игры, ролевые игры, игры -драматизации и др.);

5. Познавательные (уроки-лекции, уроки-семинары, «круглые столы», анализ литературы,

дебаты, экскурсии, походы и др.);

6. Продуктивные (практические) (посадка цветов, деревьев, озеленение школьных кабинетов

и др.).

При выборе форм и методов воспитательной работы нужно помнить, что большое место в младшем школьном возрасте продолжает занимать ***игра*.** Игра как феномен культуры обучает, развивает, социализирует, развлекает, является уникальным средством формирования духовных потребностей и раскрытия творческого потенциала личности ребенка, ученика. Она требует и вызывает у участников инициативу, настойчивость, творческий подход, воображение, устремленность; позволяет решать вопросы передачи знаний, навыков, умений; добиваться глубинного личностного осознания участниками законов природы и общества; позволяет оказывать на них воспитательное воздействие.

В экологическом образовании младших школьников используются разнообразные игры

экологического содержания: подвижные игры, игровые обучающие ситуации, сюжетно-ролевые игры, дидактические игры.

Развить творческое мышление у воспитанников, умение предвидеть последствия

природообразующей деятельности человека помогают ***беседы, наблюдения*** за объектами

природы, проведение простейших ***опытов.***

В работе по формированию знаний воспитанников о правилах поведения в природе широко используется ***метод творческих заданий.*** Дети получают задания по группам с учетом творческих способностей: одной группе учеников надо написать мини-сочинение «За что я хочу сказать спасибо растениям» или «Планета без растений», другой – нарисовать рисунок «Мой любимый цветок», третьей – придумать памятки-инструкции о поведении в природе и т.д.

Помимо традиционных форм экологического образования и воспитания младших школьников, в настоящее время используются такие инновационные формы, как ***природоохранительные акции*** ***и экологические проекты.***

Акции – это социально значимые, комплексные мероприятия, которые, как правило, приурочены к каким-либо датам, событиям, имеющим общественное значение, поэтому они имеют широкий резонанс, большое воспитательное воздействие на детей, служат эффективной экологической пропагандой среди родителей. Доступные и понятные для детей природоохранительные акции чаще всего проводятся к значительным международным датам, как Всемирный день воды (22 марта), Всемирный день здоровья (7 апреля), день Земли (22 апреля) и др.

**Акции**

|  |  |
| --- | --- |
| Название | Цель |
| «Подкормите птиц зимой» | Воспитание доброго, ответственного отношения к живой  природе, изготовление кормушек |
| «Встречаем птиц», Операция «Птичьи домики» | Воспитание доброго, ответственного отношения к живой  природе, изготовление скворечников |
| «Чистота вокруг меня», «Скажи мусору нет!» | Формирование уважения к своему и чужому труду, сохранение чистоты в классе, школе, на улицах, дворах |
| Экологический месячник», «Чистая  Земля»; «Чистой речке – чистые берега» | Воспитание экологической культуры у младших школьников |
| «Сохрани дерево» | Воспитание экологической культуры у младших школьников |

**Мероприятия**

|  |  |
| --- | --- |
| Название | Цель |
| Конкурс рисунков и фотографий:  «Золотая осень»  «Зимушка-зима» | Развитие чувства прекрасного, умения видеть красоту родного края. Развитие фотографической зоркости, наблюдательности. |
| Осенняя ярмарка  Осеннее ассорти | Воспитание эстетического вкуса, умение видеть красоту в окружающем мире |
| Проект «Украсим школьное окно» | Экологическое воспитание учащихся, формирование бережного отношения к окружающей среде. |
| Выходы:  семейно-классные экскурсии,  походы,  турслет, | Воспитание экологической культуры поведения на природе |
|  |  |
| Мероприятия, посвященные Дню Земли :  «Марш парков»  экологический фестиваль  конкурс рисунков  конкурс фотографий  конкурс творческих работ | Развитие чувства прекрасного, умения видеть красоту родного края. Развитие фотографической зоркости. Развитие наблюдательности, фантазии, творческих способностей. |
| Мастер-классы | Развитие творческих способностей, умение видеть красоту родного края. |
| Участие в различных конкурсах экологической направленности | Развитие творческих способностей |

Вовлечь воспитанников в практическую деятельность по решению проблем окружающей среды местного значения помогает организация экологической тропы, пропаганда экологических знаний – лекции, беседы, праздники, конференции.

Развить исследовательские навыки, умения, принятие экологически целесообразных решений (проблемный подход в процессе обучения-воспитания) помогает использование метода проектов.

Можно использовать в работе ***метод экологических проектов для младших школьников***, цель которых – получение информации на основе наблюдений, исследовательской и практической деятельности детей в природе и с её объектами. Проекты инициируют размышления, побуждают к действиям, в которых проявляется гражданская позиция по отношению к окружающей среде. Они нацеливают на межпредметность, самостоятельность, осмысление действий.

|  |  |
| --- | --- |
| **Название проекта** | **Цель проекта** |
| «Подкормка зимующих птиц» | Развивать у детей представления о зимующих птицах, развивать у них интерес к птицам и ответственность за все живое;  развивать коммуникативные способности |
| «Красная книга – сигнал опасности» | Развивать у учащихся представления о назначении Красной книги; развивать бережное отношение к исчезающим видам  растений и животных. |
| «Птичий домик» | Изготовление кормушек для птиц. Уход за кормушками. |
| «Чистота-залог здоровья» | Сформировать представление о чистоте окружающей среды  как о важной составляющей здоровья человека и всего живого  на Земле; заложить основы навыка поддержания чистоты  в различных местах: в природе, дома, в школе. |

Оценка деятельности происходит в несколько этапов: оцениваются подготовительный,

аналитический, обобщающий и заключительный (защита) этапы деятельности детей.

Приобщение младших школьников к исследовательской деятельности нацелено, прежде всего, не на результат, а на воспитательный процесс. Главное – заинтересовать ребенка, вовлечь в атмосферу деятельности, и тогда результат будет закономерен.

Проводятся экскурсии в разные времена года, с целью наблюдений за изменениями в природе, сбора гербария, сбора листьев, шишек, корней, сучков для различных поделок из природного материала.

На таких занятиях учащиеся познают:

- значение природы в жизни человека,

- законы об охране природы,

- как собирать материал, не причиняя вреда природе,

- природа в народном творчестве, произведениях художников, писателей, композиторов.

Работая над проблемой «Формирование экологической культуры личности» и используя все вышеуказанные формы и методы работы, метапредметный подход в формировании экологической культуры школьников, систематичность и непрерывность изучения экологического материала, единство интеллектуального и эмоционального, волевого начала в деятельности учащихся по изучению природы, можно сделать вывод: обучающиеся усваивают нормы и правила экологически-обоснованного взаимодействия с окружающим миром, ощущают потребность в приобретении экологических знаний; самовыражаются в творческой деятельности, проявляют инициативу в решении экологических проблем, тем самым расширяется кругозор воспитанников, возрастает интерес к занятиям, повышается качество образования.

В результате у воспитанников развиваются эмоциональная, интеллектуальная, действенно- практическая сферы. Дети становятся эмоционально отзывчивыми не только по отношению к природе, но и друг к другу. У них развиваются такие черты характера, как отзывчивость, доброта, ответственность за свои поступки, воспитываются высокие моральные качества: трудолюбие, дисциплинированность, коллективизм.

**Содержание деятельности и показатели сформированности экокультуры**

**младших школьников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Содержание и формы деятельности | Показатели сформированности экологической культуры ребенка на разных возрастных этапах |
| 1 класс | Наблюдение различных состояний окружающей среды, сопровождающихся разъяснениями учителя; первоначальные оценки деятельности людей (на уровне хорошо – плохо); выполнение предложенных учителем правил поведения; обращение с представителями животного и растительного мира; эстетическое наслаждение красотой природы и творческое воплощение своих впечатлений в устных рассказах и рисунках; ощущение потребности в знаниях экологического содержания; бережное отношение к используемым предметам; наблюдение за деятельностью взрослых по улучшению окружающей среды и собственное посильное участие в ней. | - проявляет интерес к объектам окружающего мира, условиям жизни людей, растений, животных, пытается оценивать их состояние с позиции хорошо – плохо;  - с желанием участвует в экологически ориентированной деятельности;  - эмоционально реагирует при встрече с прекрасным и пытается передать свои чувства в доступных видах творчества (рисунки, рассказы);  - старается выполнять правила поведения на улице, во время прогулок в лес, в парк;  - проявляет готовность оказать помощь нуждающимся в ней животным и растениям;  - пытается контролировать свое поведение, поступки, чтобы не причинить вреда окружающей среде. |
| 2-3 класс | Переход от простого наблюдения к наблюдению-анализу (почему хорошо и почему плохо); соотнесение своих действий и поведения в той или иной ситуации с действиями других людей и влиянии их на природу; собственные открытия – поиск и удовлетворение потребности в знаниях о конкретных объектах окружающей среды; бережное отношение к предметам быта по собственной воле; участие в созидательной деятельности взрослых. | - интерес ребенка к объектам окружающего мира сопровождается попытками ребенка их анализировать;  - участие в той или иной деятельности вместе со взрослыми с проявлением самостоятельности и творчества;  - общение с представителями животного и растительного мира, вызванное в большей степени заботой о них, нежели получением удовольствием;  - выполнение ряда правил поведения в окружающей среде, ставших привычным делом. |
| 4 класс | Анализ наблюдений за состоянием окружающей среды и посильных вклад в улучшение ее состояния; осознанное соблюдение норм и правил поведения в окружающей среде; действенная забота о представителях животного и растительного мира; использование полученных знаний, умений и навыков в экологически ориентированной деятельности; воплощение своих впечатлений об окружающем мире в различных видах творчества. | - соблюдение правил поведения вошло в привычку, ребенок контролирует свои действия, соотнося их с окружающей обстановкой и возможными последствиями для тех или иных объектов окружающей среды;  - выражена потребность в заботе о тех или иных представителях животного и растительного мира;  - ребенок способен самостоятельно выбирать объекты своей экологической деятельности;  -доброта, отзывчивость и внимание к окружающим сопровождается готовностью ребенка оказать помощь нуждающимся в ней. |

**Ожидаемые результаты** (в отношении к учащимся, учителям, родителям)

1. Вовлечённость в деятельность экологического содержания.
2. Проявление активности, инициативы, творчества в организации и проведении экологических мероприятий.
3. Овладение разнообразными формами и методами поиска знаний, практическими умениями, в том числе исследовательскими.
4. Обогащение знаниями о природных богатствах родного края, его экологических проблемах и способах их решения.
5. Проявление экологической культуры, выражающейся в переводе знаний в норму поступка.

Формирование экологической культуры у младших школьников на этапе обучения в начальной школе будет характеризоваться следующими показателями:

* + повышение уровня информированности;
  + повышение интереса к природе родного края;
  + потребность выразить свой интерес в творческих работах;
  + соблюдение правил поведения в окружающей среде вошло в привычку; ребенок контролирует свои действия, соотнося их с окружающей обстановкой и возможными последствиями для тех или иных объектов окружающей среды;
  + выражена потребность в заботе о тех или иных представителях животного и растительного мира;
  + ребенок способен самостоятельно выбирать объекты своей экологической деятельности;
  + доброта, отзывчивость и внимание к окружающим (людям, природе) сопровождается готовностью ребенка оказать помощь нуждающимся в ней.

Укрепление здоровья, содей­ствие гармоничному физичес­кому, нрав­ственному и социальному разви­тию, успеш­ному обучению, формирование первоначальных умений само­регуляции средствами физичес­кой культуры. Формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни в обществе в последние годы занимает одно из первых мест в иерархии потребностей человека. Учебный процесс в школе совершенствуется с учетом возрастных, половых и индивидуальных возможностей детей.

Здоровье – это состояние нашего физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов.

Признаками здоровья являются специфическая (иммунная) и неспецифическая устойчивость к действию повреждающих факторов:

* Показатель роста и развитии;
* Функциональное состояние и резервные возможности организма;
* Наличие и уровень кого-либо заболевания или дефекта развития;
* Уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок.

**План действий по реализации направлений Программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Виды деятельности*** | ***Сроки реализации*** | ***Ответственные*** |
| **1** | **Санитарно – гигиеническая деятельность** | | |
| 1.1 | Организация образовательного процесса в соответствии с нормами СаНПиНа:   * проветривание учебных кабинетов; * влажная уборка классных кабинетов; * дезинфекция учебных кабинетов; * освещенность; * воздушно – тепловой режим; уровень шума | Ежегодно | Комиссия по охране труда  Классные руководители  Родительская общественность |
| 1.2 | Проведение оценки состояния учебных кабинетов в соответствии с нормами СаНПиН:  -освещение учебных кабинетов;  -соответствие учебной мебели антропометрическим данным обучающихся; | 1 раз в четверть | Комиссия по охране труда |
| 1.3 | Гигиеническая оценка (экспертиза) расписания:  -большие и малые перемены;  -дневная и недельная нагрузка обучающихся;  -место уроков в расписании учебного дня;  -соответствие учебной нагрузки динамике работоспособности;  -наличие облегченного дня в течение учебной недели | Ежегодно | Администрация  Комиссия по охране труда |
| **2** | **Физкультурно – оздоровительная деятельность** | | |
| 2.1 | Обеспечение дополнительной двигательной активности обучающихся, через введение:  -3 часа урока физической культуры;  -ОФП. Ритмика.  - спортивные секции: теннис, волейбол. | Ежегодно | Классные руководители |
| 2.2 | Проведение уроков физической культуры на свежем воздухе | Ежегодно | Классные руководители |
| 2.3 | Организация и проведение в режиме учебного дня обучающихся:  - утренняя зарядка  -динамической паузы (1 – 4 классы);  -физкультурные минутки (1 – 4 классы)  -гимнастики для глаз | Ежедневно  Ежедневно  Ежедневно | Администрация  Учителя |
| 2.4 | Организация и привлечение обучающихся к занятию в спортивных секциях, клубах по интересам: | Ежегодно | Классные руководители |
| 2.5 | Организация и проведение:  -спортивных соревнований, состязаний  -общешкольный «День Здоровья»  - Спортивный праздник для семей | 1 раз в месяц  1 – 4 классы  по плану | Зам.директора по ВР  Классные руководители |
| 2.6 | Участие обучающихся во всех спортивных мероприятиях района, | Ежегодно | Зам.директора по ВР |
| 2.7 | Организация работы в каникулярное время:  - летне -оздоровительный лагерь  - профильный спортивный лагерь | каникулы | Администрация |
| **3.** | **Питание** | | |
| 3.1 | Обеспечение качественного и рационального питания обучающихся и педагогов, в соответствии с нормативами детского питания | В течение учебного года | Ответственная за организацию школьного питания |
| 3.2 | Еженедельные рейды по проверке качества приготовления пищи, соблюдения норм СаНПиНа:  -сбалансированность рациона;  -разнообразие рациона;  -соблюдение технологической обработки пищевых продуктов; | Еженедельно | Бракеражная  комиссия |
| 3.3. | Организация питьевого режима | Ежедневно | Ответственная за организацию школьного питания |
| **4** | **Консультативно – диагностическая работа** | | |
| 4.1 | Организация и проведение углубленных медицинских осмотров (1 – 4 классы) | 2 раза в год | Администрация  Медицинские работники |
| 4.2 | Создание базы данных о состоянии здоровья обучающихся | В начале учебного года | Администрация  Медицинские работники |
| 4.3 | Организация и оказание необходимых консультаций для обучающихся | По запросу | Медицинские  работники |
| 4.4 | Индивидуальные консультации психолога для обучающихся, родителей, педагогов | Еженедельно | Психолог |
| **5** | **Информационно - обучающее** | | |
| 5.1 | Организация и проведение с привлечением медицинских работников, психологов:  -бесед;  -лекториев;  -встреч | 1 раз в четверть |  |
| 5.2 | Разработка обязательных документов, с целью информирования обучающихся, родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья:  -памяток,  -буклетов,  -презентаций | Ежегодно, 1 раз в четверть | Администрация  Медицинские работники |
| 5.3 | Организация для обучающихся, родителей, педагогов:  -выставок литературы;  -подборка статей СМИ;  -подборка Интернет – адресов с необходимым перечнем лечебно - профилактических учреждений | Ежегодно | Администрация  Библиотекарь |
| 5.4 | Проведение обязательных классных часов:   * «Гигиена и здоровье. Влияние внешней среды на здоровье человека»; * «Выработка привычек к систематическому занятию физкультурой. Самоконтроль нагрузок»; * «Закаливание организма»; * «Физиологические основы влияния внешней среды на работоспособность и утомляемость»; * «Психологическая уравновешенность и ее значение для человека. Правила выработки умения управлять своими чувствами"; * «Личная заинтересованность каждого человека в сохранении здоровья»; * «Меры укрепления здоровья и профилактики заболеваний. Факторы риска основных инфекционных заболеваний» | Ежегодно, 1 раз в четверть | Классные  руководители  Психолог |
| 5.5 | Проведение психологических тренингов | Ежегодно | Психолог |
| 5.6 | Создание информационной карты, для обучающихся, родителей о спортивных секциях «Мой досуг» | В начале каждого учебного года | Администрация  Классные  руководители |
| **6** | **Материально – техническое оснащение** | | |
| 6.1 | Развитие материально – технической базы:  -приобретение спортивного оборудования и инвентаря для уроков физической культуры;  -приобретение школьной мебели; |  | Администрация  Родительская общественность |

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

* Организация работы в соответствии с нормами СаНПиНа.
* Улучшение количественного и качественного показателя участия обучающихся в спортивных соревнованиях района, города.
* Положительная динамика изменения в состоянии психофизического и нравственного здоровья обучающихся.
* Высокий уровень социальной и психологической адаптации обучающихся.
* Уменьшение количества заболеваемости обучающихся.
* Увеличение количества обучающихся, занимающихся в спортивных секциях.
* Увеличение количества спортивно – массовых мероприятий.
* Отсутствие у обучающихся вредных привычек.
* Воспитание «культуры болельщика» – как одного из важных компонентов воспитания коллективных качеств.
* Повышение уровня знаний у обучающихся по вопросам здоровья и его сохранения.

**Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:**

***Этапы Программы***

*I. Подготовительный.*

1. Осознание учащимися и педагогами необходимости формирования экологической культуры, сохранения и укрепления своего здоровья.

2. Диагностика здоровья и экологической грамотности учащихся.

3. Анализ и оценка материальных и кадровых возможностей школы.

4. Выработка целевой установки в оздоровлении учащихся.

5. Анкетирование отношения к занятиям физкультурой и спиртом, занятием в спортивных кружках и секциях, экологической деятельности.

*II. Организационно-методический.*

1. Обсуждение программы на педсовете, родительских собрания с приглашением работников здравоохранения.

2. Рассмотрение вопроса о состоянии здоровья школьников ежегодно на производственных совещаниях с приглашением работников здравоохранения.

3. Доведение до сведения родителей показатели состояния здоровья детей (на родительских собраниях, общешкольных и классных).

4. Изучение выполнения программы в параллелях классов. Заслушивание итогов на совете школы совещаниях при директоре.

5. Проведение семинаров с классными руководителями по реализации данной программы (с привлечением медицинских работников, психолога).

6. Разработка программ внеурочной деятельности, направленных на формирование экологической культуры младших школьников.

*Ш. Диагностический.*

Создание оптимальных условий для сохранения здоровья учащихся и педагогов в процессе воспитательной и учебной деятельности, формирования экологической культуры.

1. Использование методов **диагностики** состояния здоровья и оздоровительной работы включающей:

* комплексную оценку состояния здоровья и физического развития;
* организацию коррекционно-реабилитационной работы; имеющей в основе профилактику и коррекцию основных видов, патологий, предупреждению стрессовых и конфликтных ситуаций в коллективе;
* пропаганда не медикаментозных методов оздоровления;
* закаливание;
* различные виды гимнастики;

2. Своевременное проведение динамического наблюдения за детьми «группы риска» по заболеваемости, в том числе и социального риска.

3. Обеспечение полной диспансеризации школьников и педагогов.

4. Профилактика травматизма (работа с учащимися и их родителями).

5. Обеспечение построения школьного расписания согласно гигиеническим правилам.

6. Консультативная работа и здоровьесберегающее обучение;

* дни здоровья
* приведение тематических классных часов по проблемам здоровья, профилактики вредных привычек, приобеетении навыков ЗОЖ
* работа спортивных секций

7. Учет современных требований в организации уроков физической культуры.

* апробация на уроках физической культуры новых методов проведения уроков с более высоким уровнем двигательной активности;
* организация проведения обязательных занятий с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе;
* введение в практику обязательных домашних заданий по физической культуре.

9. Организация консультативной работы по вопросам здоровья учащихся.

10. Организация активного отдыха на переменах с использованием музыки.

11. Введение в практику совместных занятий спортом детей и родителей – «Папа, мама и я – спортивная семья» (походы, экскурсии, игры, спортивные соревнования).

12. Реализация программ внеурочной деятельности, направленных на формирование экологической культуры младших школьников.

13. Организация мероприятий и акций экологической направленности с обязательным участием в них младших школьников.

14. Использование научно-практического потенциала родителей с целью реализации программы.

*IV. Итоговый.*

1. Текущий, этапный контроль, оценка промежуточных и полученных результатов.

2. Оценка эффективности программ.

3. Самореализация учащихся в процессе формирования ЗОЖ.

4. Самоорганизации ЗОЖ и оздоровительной деятельности учащихся.

***Ожидаемые результаты:***

1. Значительное улучшение психоэмоционального состояния как у учащихся, так и у учителей.

2. Уровень психологической комфортности педагогического взаимодействия в системе «ученик - учитель» улучшается.

3. Рост мотивации к получению знаний по вопросам сохранения и улучшения здоровья, соблюдения принципов ЗОЖ при условии неавторитарного стиля преподавания предметов в процессе обучения.

4. Рост уровня физической активности детей и подростков, повышение интереса к спортивным мероприятиям, спорту.

5. Повышение уровня знаний по вопросам здоровья и здорового образа и стиля жизни.

6. Рост уровня проявления общественной активности.

7. Уменьшение количества дней, пропущенных учащимися по болезни.

8. Увеличение количества учащихся, занимающихся в спортивных секциях.

9. Рост экологической грамотности учащихся.

10. Повышение уровня экологической культуры младших школьников.

***Содержание деятельности в рамках программы***

1. Классные часы, беседы.

2. Просмотр и обсуждение видеофильмов.

3. Посещение медицинских учреждений с экскурсиями.

4. Правовой практикум.

5. Проведение спортивных минуток и динамических пауз на уроках и переменах.

6. Организация витаминного питания школьников.

7. Родительские собрания:

«Предупреждения переутомления», «Физкультура в семье», «Полноценное питание и сон», «Народная медицина», «Физическое воспитание девочек», «Физическое воспитание мальчиков», «Экологическое воспитание младших школьников», «Роль семьи в воспитании экологической культуры ребёнка», досуг и т.п..

8. Спортивные и экологические мероприятия (аукционы, спартакиады, спортивные бои, подвижные игры, субботники, экологические акции и т.д.).

**Организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.**

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

Организация образовательного процесса строится с учетом ***гигиенических норм и требований*** к орга­низации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивной секции).

Современными научными исследованиями установлено: биоритмологический оптимум умственной работоспособности у детей школьного возраста приходится на интервал 10 - 12 часов. В эти часы отмечается наибольшая эффективность усвоения материала при наименьших психофизиологических затратах организма. Поэтому в расписании уроков для обучающихся 1-го уровня обучения основные предметы проводятся на 2 – 3 уроках. Неодинакова умственная работоспособность обучающихся и в разные дни учебной недели. Ее уровень нарастает к середине недели и остается низким в начале (понедельник) и в конце (пятница) недели. Поэтому распределение учебной нагрузки в течение недели строится таким образом, чтобы наибольший ее объем приходился на вторник и (или) среду. На эти дни в расписание уроков включены либо наиболее трудные предметы, либо средние и легкие по трудности предметы, но в большем количестве, чем в остальные дни. При составлении расписании уроков используются таблица, в которой трудность каждого предмета ранжируется в баллах.

При составлении расписания уроков соблюдается правило, когда количество баллов за день по сумме всех предметов приходится в основном на вторник и среду.

В 1 классе, согласно СанПиН 2.4.2.2821-10, используется «ступенчатый» режим обучения: сентябрь-октябрь — 3 урока по 35 минут; ноябрь-декабрь — 4 урока по 35 минут (1 день 5 уроков); январь-май — 4 урока по 45 минут (1 день 5 уроков). Также для 1 класса проводится динамическая пауза (40 минут).

**Режим проветривания помещений**

Учебные помещения проветриваются во время перемен, вестибюли и фойе - во время уроков. До начала занятий и после их окончания осуществляется сквозное проветривание учебных помещений, продолжительность которого определяется погодными условиями, направлением и скоростью движения ветра, эффективностью отопительной системы.

**Режим уборки помещений**

Во всех помещениях школы ежедневно проводится влажная уборка с применением моющих средств. В туалете, столовой, в вестибюлях влажная уборка проводится после каждой перемены. Уборка учебных и вспомогательных помещений проводится после окончания уроков, в отсутствии обучающихся, при открытых окнах. Все дезинфицирующие растворы для мытья полов готовятся перед непосредственным применением в подсобном помещении в отсутствии учащихся и хранят в упаковке производителя, в соответствии с инструкцией и в местах, недоступных для обучающихся.

Один раз в месяц (последняя неделя) во всех помещениях школы проводится генеральная уборка техническим персоналом с применением разрешённых моющих и дезинфицирующих средств.

**Воздушно-тепловой режим**

Температура воздуха в зависимости от климатических условий в учебных помещениях и кабинетах, библиотеке, вестибюле составляет 18-24 С, в спортивном зале, обеденном зале – 18 - 22 С. Для контроля температурного режима учебные помещения и кабинеты оснащены бытовыми термометрами. Ведутся журналы учёта температурного режима.

**Расписание внеурочной деятельности** составлено с учётом чередования двигательной и умственной деятельности учащихся

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

Сложившаяся (*или складывающаяся*) система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

* проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов;
* привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
* создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

**Примерная тематика бесед с родителями**

**1 класс:**

* Забота государства о здоровье подрастающего поколения.
* Содружество врача, педагога и семьи в гигиеническом обучении и воспитании учащихся начальных классов.
* Психологические особенности детей младшего школьного возраста.
* Особенности физического развития младших школьников.

**2 класс:**

* Гигиена мальчиков и гигиена девочек.
* Основные принципы режима для младшего школьника.
* Гигиенические требования к детской одежде и обуви.
* Гигиена питания.

**3 класс:**

* Физическое воспитание детей в семье.
* Закаливание.
* Активный отдых младших школьников.
* Режим просмотра телевизора.

**4 класс:**

* Половое воспитание детей младшего школьного возраста.
* Профилактика бытового травматизма.
* Профилактика пищевых отравлений.
* Профилактика уличного травматизма.

**Инструментарий мониторинга**: анкеты; тестирование; опросы; наблюдения; диагностические методики; комплексная оценка состояния здоровья (проводит медработник); ведение паспорта здоровья; оценка функционального состояния и уровня физической подготовленности (проводит учитель физической культуры); оценка уровня социально-психологической адаптации к школе, оценка уровня тревожности (проводит педагог-психолог); анализ данных медицинских осмотров; анализ данных по сезонной заболеваемости, по распространённости астенических состояний и вегетативных нарушений, по группам здоровья, по школьному травматизму; проверка гигиенического состояния школы перед началом учебного года; контроль учебной нагрузки при организации образовательного процесса; контроль соблюдения санитарно-гигиенических требований.

1. ***Анкеты:*** «Хорошо ли ребёнку в школе», «Самочувствие школьника и физминутки», «Режим дня», «Изучение удовлетворённости родителей дозировкой домашних заданий», «Изучение мнения родителей о влиянии школьного режима дня на здоровье школьника», «Изучение удовлетворённости родителей учебной нагрузкой ребёнка», «Я и природа» и др.
2. ***Диагностические методики:*** «Градусник», «Настроение», «Солнце, тучка, дождик», Диагностика уровня школьной тревожности Филлипса, Шкала тревожности Сирса и др.
3. ***Тесты:*** «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым», «В хорошей ли вы форме?», «Знаете ли вы, как обезопасить свою жизнь и здоровье?», тест-анкета ориентировочной оценки риска нарушений здоровья учащегося, тест- анкета для ориентировочной оценки риска нарушений зрения, тест–анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья и др.
4. ***Опросы:*** отношение к своему здоровью, отношение к здоровому образу жизни, ценностные установки, отношение к природе и др.