Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Совхозная средняя общеобразовательная школа№6»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Согласовано МО Классных руководителей (протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_2019\_\_\_г.) | ПринятаПедагогическим советом(протокол № \_\_\_\_\_\_\_2019\_\_\_\_\_\_\_г.) | УтверждаюДиректор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.П.Ливинова И.П.(приказ № \_\_\_ от \_\_\_\_\_\_2019 г.)  |

**Программа**

**формирования культуры здорового**

**и безопасного образа жизни**

**2019 -2021гг**

.

 **1.Введение.**

**Цель:** Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни (далее - *Программа  здоровья*)  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 программыначального общего образования.

**Задачи Программы:**

* пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);
* формирование установки 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;
* применение рекомендуемого врачами режима дня;
* формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
* становление навыков 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.

**Программа здоровья связана с Программой воспитания**и системой внеурочной деятельности в рамках учебного плана, так как  здоровье понимается как совокупность нескольких составляющих: физического, психического, духовного, социального.

**Здоровьесберегающий потенциал типических свойства УМК «Школа России»:**

- ***воспитание физической культуры:*** осознания ценности здорового образа жизни, понимания вреда алкоголя и наркотиков, повышения осведомленности  в разных областях физической культуры, развития навыков обеспечения безопасности жизнедеятельности;

-***социально-нравственное воспитание:*** развитие чувства сострадания и сопереживания ближнему; формирование умения различать и анализировать собственные эмоциональные переживания и переживания других людей; воспитание  уважения к чужому мнению; обучение правилам поведения в обществе и семье; ознакомление с этическими нормами, их культурно-исторической обусловленностью и формирование осознанного понимания их ценности и необходимости;

-***гуманистическое убеждение:*** обучение и развитие каждого ребенка в школе может быть успешным, если создать для них необходимые условия;

 -***личностно-ориентированный подход*** к ребенку с опорой на его жизненный опыт и вариативность требований, учитывающих: уровень подготовки учащихся к школе; общие способности к обучению; уровень доступной ребенку самоорганизации; жизненный опыт;

-***отбор содержания,*** включающего систему заданий разного уровня трудности (с соблюдением меры трудности); сочетание различных методов, средств, форм обучения и контроля; возможность сочетания индивидуальной деятельности ребенка с его   работой в малых группах и участием в клубной работе;

*-****принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников***предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объему представления предметного содержания, а соответственно - помощи и взаимопомощи  при усвоении программного материала каждым учеником, что открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка;

**-*принцип охраны и укрепления психического и физического здоровья ребенка***базируется на необходимости формирования у детей привычек к чистоте, аккуратности, соблюдению режима дня, формирования и развития основ культуры умственного и физического труда, предполагает  создание условий для активного участия детей в оздоровительных мероприятиях (утренняя гимнастика, динамические паузы, прогулки на природу).

**2.Основные направления, ценностные установки и планируемые результаты**

**формирования культуры здорового и безопасного образа жизни**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Направления формирования здорового образа жизни** | **Ценностные установки** | **Результаты****Планируемые****образа жизни** |
| Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. | Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье нравственное, психологическое,нервно-психическое и социально-психологическое. |  |
| Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения. | Ценность здоровья и здорового образа жизни. | -  |
| Рациональная организация образовательного процесса. | Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности. | - соблюдение гигиеничесих норм и требований к организации и объёму  |
| Организация физкультурно-оздоровительной работы. | Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния. | - полноценная  иэффективная работа с обучающимися всех групп здоровья образования |
| Реализация дополнительных образовательных программ. | Ценность здоровья и здорового образа жизни. | - эффективное внедрениие в систему работы образовательного учрия программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс. |
| Просветительская работа с родителями (законными представителями). | Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания. | - эффективная совм. работа педагогов и родителей  |

**3.Взаимосвязь направлений, задач, видов и форм воспитания**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Направления  формирования здорового образа жизни | Задачи формирования здорового образа жизни | Виды и формы здоровьесберегающих мероприятий |
| Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. | Пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью).Обеспечение заинтересованного отношения педагогов, родителей к здоровью детей. | 1.Беседа (классные часы):Режим дня.* Закаливание организма.
* Культура поведения в общественных местах.
* Культура поведения за столом.
* Культура питания.
* Мой друг – Мойдодыр.
* Культура одежды
* Профилактика простудных заболеваний.
* Береги здоровье смолоду.

2.Тренинговые занятия психолога.3.Оформление классных уголков здоровья, гигиены, профилактики простудных заболеваний.4.Привлечение родителей для проведения профилактической работы по сохранению здоровья.5.Проведение медицинских осмотров, витаминизации, диспансеризации, разъяснительной работы во время эпидемий. |
| Создание здоровьесберегающая инфраструктура ОУ. | Организация качественного горячего питания учащихся.Оснащение кабинетов (в т.ч. медицинского), физкультурного зала, спортплощадок необходимым оборудованием и инвентарем (медицинским, спортивным, игровым). | 1.Обеспечение  пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность, сочетание продуктов)2.Обеспечение санитарного состояния учебного помещения – отопление, вентиляция, освещенность, водоснабжение, канализация.3  Обеспечение естественной и искусственной освещенности учебных  кабинетов.4. Недопущение использования вредных для здоровья красок и других материалов в процессе ремонта классных комнат и помещения школы.5. Эстетическое оформление класса и школы.6.Укомплектованность штата учителей физической культуры, руководителей спортивных секций, психологов, медицинских работников7.Обеспечение функционирования двух медицинских кабинетов. |
| Рациональная организация образовательного процесса. | Повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения *и утомления, создание условий для* снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.Обеспечение возможности обучающихся осуществлять учебную и внеучебную деятельности  в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями. | 1.Организация режима ступенчатого повышения нагрузки для   учащихся первых  классов с целью обеспечения адаптации к  новым условиям обучения.2. Организация перемен и длительной динамической паузы с   обязательным пребыванием на свежем воздухе для 1-х классов.3.Организация дежурства администрации, учителей, учащихся (классов) на переменах в целях профилактики травматизма4.Оптимальное расписание организации горячего питанияРаботы школьного буфета на переменах.5.Предотвращение перегрузки  учащихся домашними заданиями.6.Организация активного отдыха на переменах.7. Контроль за правильным использованием ТСО.8. Выполнением норм самообслуживания.9. Недопустимостью использования в отношении учащихся  и учителей непроверенных оздоровительных систем и методов.10. Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности во время урока и вне его.11. Отслеживание параметров здоровья:- запуск медико-педагогического мониторинга детей    при зачислении их в школу;-мониторинг физических показателей для учащихся специальной медицинской группы. |
| Организация физкультурно-оздоровительной работы | Обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. | 1.Обеспечение двигательного режима.2. Проведение физкультминуток на уроках в соответствии с СаНПиН.3. Проведение динамической паузы в середине дня для учащихся 1-х классов.4.Проведение прогулок.5. Введение третьего часа физической культуры .6. Организация работы специальной медицинской группы для детей с медицинскими показаниями.7.Организанизация работы спортивных секций: |
| Реализация дополнительных образовательных программ. | Включение каждого учащегося в здоровьесберегающую деятельность. | 1.Конкурсы рисунков:·        «Осторожно, дети!»;·        «Я за здоровый образ жизни!»;·        «Зеленая аптека».2.Конкукрс плакатов:·        «Жизнь без наркотиков»;·        «Нет вредным привычкам»;3. Конкурс проектов «Дорога в школу»4.Викторины:·        «Красный, желтый, зеленый»;·        «Кушайте на здоровье».5.Ролевая игра «Суд над табаком».6. Проведение спортивно-оздоровительных мероприятий- День здоровья,-«Папа, мама, я- спортивная семья»,-«А ну-ка, мальчики»,-  Веселые старты,-  Однодневный поход в летнее время. |
| Просветительская работа с родителями (законными представителями). | Включение  родителей (законных представителей) в здоровьесберегающую и здоровьеукрепляющую деятельность школы. | Родительский лекторий:* Психологические особенности учащегося (по возрастам).
* Режим дня и гигиенические нормы.
* Режим питания.
* Встреча с сотрудниками ПДН ОВД
* Лекции  нарколога и врача кожно-венерологического диспансера.
* Семейные конфликты (ведет психолог)
* Как уберечь вашего ребенка от наркотиков.
 |

**4. Реализации Программы здоровья.**

|  |
| --- |
| **1.Исследование и комплексная оценка** **состояния** **образовательной среды и состояния** **здоровья учащихся.** **Медицинская диагностика** |
|   |    Мероприятия | Срок | Класс | Ответственный |
| 1. | Оформление медицинских карт и листков Здоровья в классных журналах. Комплектация на их основе физкультурных групп |  сентябрь |  1-11 | МедработникКлассные руководители |
| 2. | Профосмотры детей в условиях школы | Сентябрьапрель | 1-11 | МедработникКлассные руководители |
| 5. | Анализ случаев травматизма в школе. | В течение года |  1-11 | МедработникКлассные руководителиОтветственный за ТБ |
| 6**.** | Анализ посещаемости и пропусков занятий по болезни | В течение года | 1-11 | МедработникКлассные руководители |
| **2. Мониторинг психологического здоровья** **учащихся** |
| 1. | Психологический мониторинг здоровья учащихся (по плану мониторинга)  | Сентябрь-май | 1-11 | ПсихологКлассные руководители |
| **3. Контроль за соблюдением санитарно****-гигиенического режима** |
| 1. | Эстетическое оформление класса и школы. | В течение года | 1-11 | Замдиректора по УВР |
| 2. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок (соблюдение требований СанПиНа) | В течение года |  1-11 |  Замдиректора по УВР |
| 3. | Смотр кабинетов, их соответствие гигиеническим требованиям:* проветривание;
* освещение;
* отопление
* вентиляция
* уборка
*
 | Ежедневно1 раз в нед.2 раза в год2 раза в годЕжедневно |   Всепомещения |   Замдиректора по АХЧ,замдиректора по УВР, медработник |
| 4. | Контроль за качеством питания и питьевым режимом | Ежедневно |   | Медработник |
| 5. | Диагностика  загруженности учащихся домашними занятиями.  | В течение года |   | Замдиректора по УВР |
| 6. | Организация активного отдыха на переменах. | Постоянно | 1-4 | Классные руководители |
| **4.Медицинское обслуживание и** **профилактика** **заболеваний** |
| 1 | Прививки детей (плановые) | В течение года |  1-11 |  Медработник |
| 2 | Профилактическая работа во время эпидемий. | В течение года |  1-11 |  Медработник |
| 3 | Профилактическая работа через беседы, уголки здоровья, полезные советы | В течение года |  1-11 | Медработник |
| **5.Физическое воспитание, организация** **активно-двигательного досуга** |
| 1. | Профилактика нарушения осанки на уроках физкультуры. | В течение года | 1-6 | Учитель физкультуры |
| 2. | Подвижные перемены с использованием возможностей спортивного зала, рекреаций | В течение года | 1-4 | Классные руководители |
| 3. | Организация школьных соревнований и участие школьников в районных соревнованиях | В течение года | 1-4 | Классные руководители |
| 4. | Организация дней здоровья, прогулок, поездок, экскурсий. | В течение года | 1-9 | Классные руководители |
| 5. | Работа спортивных секций | В течение года | 5-11 | Замдиректора по УВР |
| **6.Профилактика травматизма** |
| 1. | Занятия по правилам дорожного движения (выступление сотрудников ГИБДД,  тематические классные часы, викторины, конкурс презентаций, проектов   рисунков, плакатов) | В течение года | 1-11 | Классные руководители |
| 2. |  Профилактика  травматизма  на уроках | В течение года | 1-11 | Классные руководители |
| 3. | Инструктаж сотрудников школы и учащихся по правилам техники безопасности. | В течение года | 1-11 | Ответственный за ТБ |
| 4. | Статистика и анализ случаев травматизма в школе. | В течение года | 1-11 | Ответственный за ТБ |
| 5. | Посещение пожарной части п.  | В течение года | 4-6 | Замдиректора по УВР |
| 1. | Тематические  беседы в рамках урочной деятельности | В течение года | 1-4 | Классные руководители |
| 2. | Тематические классные часы  | В течение года | -1-11 | Классные руководители |
| 3. | Тематические родительские собрания | В течение года | 1-11 | Классные руководители |
| 5. | Конкурсы, викторины  | В течение года | 5-7кл | Классные руководители |
| 6.  | Лекции медицинских  сотрудников  | По плану профилактики | 1-11 | Классные руководителиЗамдиректора по УВР |