

2.4. Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Программа формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни лица в соответствии с определением Стандарта - комплексная программа формирования у обучающихся знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, безопасность человека и государства. Программа направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся повышать свою экологическую грамотность, действовать предусмотрительно, осознанно придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, вести работу по экологическому просвещению, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на уровне начального общего образования сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные экологические, социальные и экономические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет,
- и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающиеся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы (необходимость лежать в постели, болезненные уколы).

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная работа школьников, способствующая активной и успешной социализации ребёнка в образовательном учреждении, развивающая способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и образовательном учреждении.

Одним из компонентов формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся является просветительская работа с их родителями (законными представителями), привлечение родителей (законных представителей) к

совместной работе с детьми, к разработке программы школы по охране здоровья обучающихся.

Разработка программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, а также организация всей работы по её реализации должны строиться на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

Основная **цель** настоящей программы - сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся младшего школьного возраста как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Задачи программы:

- сформировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомление и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, об их пагубном влиянии на здоровье;
- сформировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- научить школьников выполнять правила личной гигиены и развить готовность на их основе самостоятельно поддерживать своё здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня
- обучить безопасному поведению в окружающей среде и элементарным навыкам поведения в экстремальных ситуациях;
- сформировать навыки позитивного общения;
- научить осознанному выбору поступков, стиля поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Основные направления, формы и методы реализации программы

На этапе начальной школы на первое место в урочной и внеурочной деятельности выдвигается опыт применения формируемых усилиями всех учебных предметов универсальных учебных действий, ценностных ориентаций и оценочных умений, социальных норм поведения, направленных на сохранение здоровья и обеспечение экологической безопасности человека и природы. Формируется личный опыт

самоограничения при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу - нельзя» и его эмоционального переживания.

Основными источниками содержания выступают экологические образы в традициях и творчестве разных народов, художественной литературе, искусстве, а также элементы научного знания.

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

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

Основные формы организации внеурочной деятельности: развивающие ситуации игрового и учебного типа.

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни организована по следующим направлениям:

– создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения;

– организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся;

– организация физкультурно-оздоровительной работы;

– реализация дополнительных образовательных курсов;

– организация работы с родителями (законными представителями).

Экологически безопасная, здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения включает:

– соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения 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, в том числе горячих завтраков;

– оснащённость кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок 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 (учителя-логопеды, учителя физической культуры, педагоги-психологи, медицинские работники).

В лицее созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся.

Все помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. В лицее работает столовая, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время. Все обучающиеся начальной школы получают бесплатное питание и обучающие, которые относятся к категории малообеспеченные, многодетные, опекуны, дети-сироты, дети из неполных семей, если оба родителя являются инвалидами. Для организации приема пищи после 2, 3 урока установлена продолжительность перемен 20 минут согласно нормам СанПиН.

В лицее работает спортивный зал, имеется спортивная площадка, необходимое игровое и спортивное оборудование и инвентарь. Для проведения уроков физкультуры в осенне-весенний период и для лыжной подготовки используется школьная площадка. В лицее работает лицензированный медицинский кабинет, стоматологический кабинет, оснащённый стандартным комплектом оборудования, позволяющим проводить профилактические и лечебные процедуры. В лицее проводятся регулярные профилактические осмотры с участием врачей специалистов.

Работа психолога с учителями осуществляется по следующим направлениям:

- обсуждение и анализ результатов диагностики учащихся, разработка программ помощи учащимся или классу в целом;
- индивидуальное консультирование педагогов по проблеме обучения и воспитания обучающихся;
- коррекционно-развивающие занятия с обучающимися;
- организация тренингов, семинаров с целью повышения психологической компетентности педагогов;
- проведение мониторинга.

Взаимодействие с родителями педагог - психолог осуществляет через организационно-лекционную работу, через групповое и индивидуальное консультирование.

Организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся, направленная на повышение эффективности учебного процесса, при чередовании обучения и отдыха включает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);
- введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;
- 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.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности каждого педагога.

Наиболее эффективный путь формирования экологической культуры, ценности здоровья, здорового образа жизни - самостоятельная работа обучающихся, направляемая и организуемая взрослыми: учителями, воспитателями, психологами, взрослыми в семье. Самостоятельная работа способствует активной и успешной социализации младшего школьника, развивает способность понимать своё состояние, знать способы и варианты рациональной организации режима дня и двигательной активности, питания, правил личной гигиены.

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

Формы учебной деятельности, используемые при реализации программы: исследовательская работа во время прогулок, в музее, деятельность классной или школьной газеты по проблемам здоровья или охраны природы, минипроекты, дискуссионный клуб, ролевые ситуационные игры, практикум тренинг, спортивные игры, дни здоровья.

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).

В учебном процессе педагоги применяют **методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.**

Используемые в начальной школе учебно-методический комплексы позволяют это сделать благодаря тому, что они разработаны с учетом требований к обеспечению физического и психологического здоровья детей, здорового и безопасного образа жизни. В основу этого УМК положен деятельностный метод обучения, позволяющий ученику занимать активную позицию, тем самым, развивая свой интерес к познанию, т.е. традиционная технология объяснительно-иллюстративного метода обучения заменена технологией деятельностного метода.

Система построения учебного материала позволяет каждому ученику поддерживать и развивать интерес к открытию и изучению нового. В учебниках задания предлагаются в такой форме, чтобы познавательная активность, познавательный интерес и любознательность ребенка переросли в потребность изучать новое, самостоятельно учиться.

В учебных пособиях системно выстроен теоретический материал, к которому предложены практические, исследовательские и творческие задания, позволяющие активизировать деятельность ребенка, применять полученные знания в практической деятельности, создавать условия для реализации творческого потенциала ученика.

Классы	Модуль	Общие способы деятельности
1-е	<u>Учебные предмет</u> ы русский язык математика литература	организация рабочего места, соблюдение режима дня, выполнение физических упражнений и игр (правильная посадка при письме, динамические паузы, гимнастика для глаз и пальцев рук)
2-е	окружающий мир информатика физическая	соблюдение правил личной гигиены и техники безопасности, расширение знаний о правилах питания, полезных привычках
3-и	культура изобразительное искусство музыка английский язык	соблюдение режима труда и отдыха, пополнение знаний о вредных и полезных продуктах питания; забота о собственном здоровье (природные условия, выбор одежды, обуви), привлечение родителей к участию в совместных внеклассных мероприятиях (праздниках, викторинах, конкурсах) владение основами безопасности жизнедеятельности, умениями отвечать за свои поступки, пропаганда бережного отношения к своему здоровью (личный опыт, достижения)
4-е		

В лицее строго соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития учащихся: темп развития и темп деятельности.

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 занятий по лечебной физкультуре;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Реализация этого направления зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, медицинских работников, психологов, а также всех педагогов.

Просветительская работа с родителями (законными представителями)

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 и т. п.;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- создание библиотеки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

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

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных курсов, направленных на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс;
- организацию в образовательном учреждении кружков, секций, факультативов по избранной тематике;
- проведение тематических дней здоровья, интеллектуальных соревнований, конкурсов, праздников и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности всех педагогов.

Кроме того, для реализации дополнительного образовательного курса по проблемам охраны здоровья обучающихся кураторам рекомендовано использовать:

- программу «Твоя жизнь в твоих руках», которая направлена на формирование у школьников понятия «здоровье» как сложного социально-медико-психологического феномена, определяющего развитие личности в целом. В то же время содержание курса составлено с учетом возрастных и психофизиологических особенностей учащихся начальной школы.

Преподавание дополнительных образовательных курсов, направленных

на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, предусматривает разные формы организации занятий: интеграцию в базовые образовательные дисциплины, факультативные занятия, занятия в кружках, проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий, организацию тематических дней здоровья.

Работа с родителями (законными представителями) включает:

- лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей, и т. п.;

- приобретение для родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- организацию совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т. п.

Эффективность реализации этого направления зависит от деятельности администрации образовательного учреждения, всех педагогов.

Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся лица оценивается в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся. Мониторинг включает в себя также:

- наблюдение за состоянием физического здоровья и развития детей;
- распределение обучающихся по группам здоровья;
- охват обучающихся горячим питанием;
- пропуски обучающимися уроков по болезни;
- участие обучающихся в акциях, конкурсах, спортивно-массовых и оздоровительных мероприятиях различного уровня;
- занятость обучающихся в кружках, секциях и объединениях спортивно-оздоровительной направленности;
- мониторинг уровня физического развития и физической подготовленности учащихся;
- мониторинг успешности обучения и здоровья обучающихся в период их пребывания в образовательном учреждении.

Для отслеживания достижения планируемых результатов в части экологической грамотности и формирования элементов экосистемной познавательной модели у обучающихся используются методики и инструментарий, предусмотренный примерными программами по отдельным учебным предметам.

Для осуществления мониторинга готовности обучающихся к соблюдению правил экологически целесообразного здорового и безопасного образа жизни применяется педагогическое наблюдение в специально моделируемых ситуациях.

Для неперсонифицированного мониторинга формирования мотивационно-ценностной сферы личности используются психологический инструментарий: проективные методики, опросники, тесты.

В целях получения объективных данных о результатах реализации Программы и необходимости ее коррекции проводится систематический мониторинг, который включает в себя:

№ п/п	Объект мониторинга	Инструментарий
1.	Показатель здоровья обучающихся	Результаты медицинских обследований
2.	Динамика травматизма в лицее в том числе ДТП	Количество травм
3.	Динамика показателей количества пропусков уроков по болезни	Медицинские карты учащихся
4.	Динамика уровня физической подготовленности и физического развития	Тесты физической подготовленности
5.	Динамика уровня сформированности универсальных компетенции во внеурочной деятельности	Наблюдение, тест
6.	Динамика вовлеченности учащихся в спортивно-оздоровительную деятельность	Анкетирование
7.	Методика Филиппа «Диагностика школьной тревожности»	Опросник, тест
8.	Дембо Рубинштейн «Изучение самооценки»	Диагностическая методика
9.	Комфортность на уроке	Анкета
10.	Изучение уровня мотивации	Опросник, анкета
11.	Методика Узоровой «Домики»	Тест
12.	Рисунок семьи	Проективная методика
13.	Личностные отношения ребенка в общении со взрослыми	Наблюдение, анкетирование

Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию здоровьесберегающих компетенций:

Основные направления деятельности	Уровень сформированности компетенций	Критерии оценки уровней сформированности компетенций
Организация внеурочной деятельности: - классные часы, - викторины, конкурсы, - экскурсии, - беседы по ПДД и ППБ, - проектная работа и др.	1 уровень (выраженный)	- Активно участвует в акциях по защите природы, в экопроектах, проявляет инициативу в организации походов, викторин и других мероприятий, выполняет правила ППБ и ПДД.

	2 уровень (слабо выраженный)	- Принимает участие в мероприятиях под влиянием (давлением) одноклассников, недостаточно бережлив, может иногда нарушать правила ППБ и ПДД.
	3 уровень (невыраженный)	- Расточителен, причиняет ущерб природе, равнодушен к делам класса, нарушает правила.
<p>Организация физкультурно-оздоровительной работы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - соревнования, - классные часы, - викторины, конкурсы, - динамические паузы, - весёлые перемены и др. 	1 уровень (выраженный)	- Понимает необходимость своего физического развития и сохранения здоровья, старательно занимается на уроках физкультуры и посещает спортивную секцию, пропагандирует свой вид спорта среди одноклассников, организован и деятелен.
	2 уровень (слабо выраженный)	Не до конца осознает необходимость сохранения здоровья, занимается на уроках физкультуры, но секцию посещает не регулярно или под нажимом родителей, может нарушать режим дня и отдыха, в спортивных мероприятиях участвует неохотно.
	3 уровень невыраженный	- к сохранению здоровья относится равнодушно, не посещает спортивной секции, пропускает уроки физкультуры или занимается неохотно, в спортивных мероприятиях предпочитает не участвовать, режим дня нарушает постоянно, опаздывает на уроки

Результаты, полученные в ходе мониторинга, позволяют определить эффективность деятельности педагогического коллектива и родителей по формированию у обучающихся экологической культуры, ценностного отношения к своему здоровью и здоровому образу жизни.

Результатом реализации программы «Формирования культуры здорового и безопасного образа жизни младших школьников» должно стать - создание комфортной развивающей образовательной среды (образовательное пространство):

- обеспечивающее высокое качество образования, его доступность, открытость и привлекательность для обучающихся, их родителей и всего общества, духовно-нравственное развитие и воспитание обучающихся;
- гарантирующее охрану и укрепление физического, психологического, духовного и социального здоровья обучающихся. Именно такое образовательное пространство

является комфортным по отношению к обучающимся и педагогическим работникам лицея.

Критерии и показатели эффективности деятельности лицея

В целях получения объективных данных о результатах реализации программы и необходимости её коррекции целесообразно проводить систематический мониторинг.

Мониторинг реализации Программы должен включать:

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;
 - отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;
 - отслеживание динамики травматизма в образовательной организации, в том числе дорожно - транспортного травматизма;
 - отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни;
- включение в доступный широкой общественности ежегодный отчёт образовательной организации обобщённых данных о сформированности у обучающихся представлений об экологической культуре, здоровом и безопасном образе жизни.

Можно выделить следующие критерии эффективной реализации Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной или региональной системе образования;
- отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы; повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;
- снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;
- результаты экспресс- диагностики показателей здоровья школьников;
- положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей).