

# ПРОГРАММА ЭКОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ КАК ФАКТОР РЕАЛИЗАЦИИ ФГОС НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

(из опыта работы МБОУ «Школа №11 с углубленным изучением отдельных учебных предметов»)

*И.В. Мещерякова, О.В. Сафонова, старшие преподаватели кафедры управления, экономики и права РИРО;*

*Л.В. Бабайцева, заместитель директора по учебной работе МБОУ «Школа №11 с углубленным изучением отдельных учебных предметов» г. Рязани*

Гуманистический характер образования, приоритет жизни и здоровья человека является одним из основополагающих принципов государственной политики в сфере образования, закрепленных в ст. 3 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации».

ФГОС начального общего образования определяет образовательное пространство, в рамках которого формируются интеллектуальные, эмоциональные и нравственные составляющие развивающейся личности. Имеется в виду не только пассивное сбережение здоровья, но и активная деятельность в области воспитания культуры здорового образа жизни.

Согласно пункту 19.7 ФГОС НОО, утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 06.10.09 №373, Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни должна обеспечивать:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и на 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 для здоровья 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.

Важным компонентом формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни.

Разработка программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни, а также организация всей работы по ее реализации построены на основе научной

обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

Исходя из вышеизложенного, представляет интерес опыт работы муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Школа №11 с углубленным изучением отдельных учебных предметов», в котором была разработана Программа экологического воспитания и формирования здорового и безопасного образа жизни.

#### **Задачи программы:**

- сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;

- дать представление с учетом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска для здоровья детей (сниженная двигательная активность, инфекционные заболевания, переутомления и т. п.), о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;

- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать свое здоровье;

- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;

- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);

- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;

- научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;

- сформировать потребность ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Работа по формированию у обучающихся культуры здорового образа жизни осуществляется в два этапа.

**Первый этап** – анализ состояния и планирование работы по данному направлению, в том числе по:

- ...организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности

элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактики вредных привычек;

- .. организации просветительской работы с учащимися и родителями (законными представителями);

- .. выделению приоритетов в работе с учетом результатов проведенного анализа.

**Второй этап** – организация работы по данному направлению.

**1. Просветительно-воспитательная работа** с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:

- .. внедрение в систему работы дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;

- .. лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;

- .. проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни;

- .. создание в школе общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), представителей детских физкультурно-оздоровительных клубов.

**2. Просветительская и методическая работа** с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательной организации и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;

- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- привлечение педагогов, медицинских работников, психологов и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

**Здоровьесберегающая инфраструктура включает:**

- соответствие состояния и содержания здания и помещений 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 учащихся, в том числе горячих завтраков;

- оснащенность кабинетов, физкультурного зала, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;

- наличие помещений для медицинского персонала;

- наличие необходимого (в расчете на количество обучающихся) и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (учителя физической культуры, психолог, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагаются на администрацию образовательной организации.

**Рациональная организация учебной и внеучебной 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:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) учащихся на всех этапах обучения;

- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся (использование методик, прошедших апробацию);

- вхождение предмета «Ритмика» в учебный план для увеличения двигательной активности обучающихся;

- контроль специалистов за введением любых инноваций в учебный процесс;

- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств;

- индивидуализацию обучения (учет индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работу по индивидуальным программам начального общего образования;

- ведение систематической работы с детьми с ослабленным здоровьем и детьми с ограниченными возможностями здоровья, посещающими специальные медицинские группы под строгим контролем медицинских работников.

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

**Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы**,

направленная 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, включает:

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

- ...рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального образования;

- ...организацию занятий по лечебной физкультуре;

- ...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 спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Осуществление этого блока зависит от администрации образовательной организации, учителей физической культуры, медицинских работников, психологов, а также всех педагогов.

**Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:**

- внедрение в систему работы программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включенных в учебный процесс;

- ...проведение Дней здоровья, конкурсов, праздников и т. п.;

- ...создание общественного совета по здоровью, включающего представителей администрации, учащихся старших классов, родителей (законных представителей), разрабатывающих и реализующих школьную программу «Здоровье»;
- ...заключение договора о совместной деятельности с ДЮСШОР «Родной край».

Программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают **разные формы организации занятий:**

- ...интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

- ...проведение часов здоровья;

- ...факультативные занятия;

- ...занятия в кружках;

- ...проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий;

- ...организацию Дней здоровья.

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

- ...лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, 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.

**Перечень мероприятий  
в рамках программы формирования культуры  
здорового и безопасного образа жизни**

Форма деятельности	Содержание мероприятий	Сроки	Исполнители
<b>1. Приобщение обучающихся к культурным ценностям</b>			
Урочная	Уроки-утренники на темы: «В гостях у Айболита», «Бал витаминов», «Королевство Зубной Щетки». Беседы «Умеем ли мы правильно питаться?», «Я выбираю кашу», использование здоровьесберегающих технологий, предупреждение случаев травматизма	Систематически	Учителя и воспитатели
Работа с социальными партнерами	Сотрудничество с МУП «Детское питание», проведение мероприятий совместно с работниками столовой: конкурсы, викторины, литературные встречи	По плану	Учителя
Работа с семьей	Беседы на темы: «Мы за здоровое питание», «Питание и здоровье», конкурсы «Рецепты наших бабушек», «Русский пряник», «Овощ вырасти сам», проведение литературных вечеров совместно с родителями, «Обеспечение здорового питания» (сотрудничество со школьной столовой)	По плану	Учителя
<b>2. Обеспечение оптимального двигательного режима для детей</b>			
Урочная	Физкультминутки, ритмические перемены, прогулки на свежем воздухе, родительские собрания на темы: «Когда девочка взрослеет», «Когда мальчик взрослеет», «Учимся строить отношения»	По плану	Учителя, педагог-психолог
Внеурочная	Проведение мониторинга состояния здоровья, совместных мероприятий. Участие в мероприятиях «Центр здоровья» в рамках Всемирного дня здоровья	По плану	Учителя
Работа с родителями	Совместные спортивные мероприятия, просветительские родительские собрания, конференции, обучающие семинары	По плану	Учителя и родители
<b>3. Обеспечение рекомендуемого врачами режима дня обучающихся</b>			
Урочная	Уроки окружающего мира совместно с медицинскими работниками, беседы на классных часах о режиме дня, рациональном распределении свободного времени, профилактике сохранности зрения, зубов, опорно-двигательного аппарата. Составление расписания согласно требованиям СанПиН	По плану	Учителя, администрация
Внеурочная	Родительские собрания на темы: «Мы за здоровый образ жизни», «Закаливание организма», «Профилактика простудных заболеваний», «Наследственность и здоровье», анкетирования, беседы, организация работы школьного лагеря	По плану	Учителя, администрация
<b>4. Формирование у обучающихся знания о факторах риска для их здоровья</b>			
Урочная	Беседы на уроках окружающего мира, классных часах, уроках физкультуры на темы: «Возрастные изменения», «Поговорим о личном», «Взаимоотношения человека и окружающей среды», «Медицинская помощь и обеспечение безопасности жизнедеятельности»	По плану	Учителя
Внешкольная	Беседы со специалистами детской поликлиники, стоматологической клиники, коррекционные занятия с детьми по итогам совместной работы психолога и учителей	По плану	Учителя, психологи
Работа с социальными партнерами	Сотрудничество со спортивными организациями: «Родной край», «Золотые купола», Центром внеклассной работы (туристические секции), индивидуальные консультации психологов	По плану	Психологи и администрация
<b>5. Профилактика вовлечения учащихся в табакокурение, употребление алкоголя и других наркотических веществ</b>			
Урочная	Профилактические беседы о вреде курения, других вредных привычек	Систематически	Учителя
Внеурочная	Конференция «Умей сказать нет» и конкурс рисунков «За здоровый образ жизни»	По плану	Учителя, педагог-психолог

6. Формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу-специалисту по любым вопросам собственного роста и развития, состояния здоровья			
Урочная	Беседы на уроках (окружающий мир, физическая культура, изобразительное искусство) на темы: «Жизнедеятельность человека», «Общение и уверенность в себе», «Личность и внутренние ресурсы человека»	Систематически	Учителя, педагог-психолог
Внеурочная	Викторины на темы: «Я и мир вокруг меня», «В здоровом теле – здоровый дух», выставка «Будь здоров!», игра «Навыки здорового образа жизни», беседа «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний». Проведение мероприятий в рамках Всемирного дня иммунизации, Дня борьбы с туберкулезом	По плану	Учителя, медицинские работники, педагог-психолог

### План мероприятий по экологическому воспитанию учащихся

	Мероприятия	Сроки	Ответственный
1	Проект «Школьный двор»	Сентябрь – октябрь, апрель-май	Классные руководители
2	Братья наши меньшие «Самые заботливые животные» (празднование Всемирного дня защиты животных)	Октябрь	Классные руководители
3	Всероссийский конкурс сочинений «Мое любимое животное»	Октябрь	Классные руководители
4	Организация и проведение экологических субботников	Осень, весна	Классные руководители
5	Экологическая акция «Прощай, батарейка»	Сентябрь	Классные руководители
6	Конкурс «Зимняя кормушка»	Октябрь	Классные руководители
7	Операция «Столовая для пернатых»	Ноябрь	Классные руководители
8	Конкурс фотографий «Эти забавные животные»	Ноябрь	Классные руководители
9	Походы по родному краю	В теч. года	Классные руководители
10	Городская викторина «Зимнее путешествие в природу»	Декабрь	Классные руководители
11	Участие в школьной научно-практической конференции «Первые шаги в науку»	Январь	Классные руководители
12	«Живая природа» – читательская конференция	Январь	Классные руководители
13	Акция «Выращивание сосны в домашних условиях»	В теч. года	Классные руководители
14	Всероссийский конкурс рисунков «Зимушка – Зима»	Февраль	Классные руководители.
15	Экологическая игра «Мама, папа, я – экологическая семья»	Февраль	Классные руководители
16	Городская викторина «Природа на страницах книг»	Февраль	Классные руководители
17	Всероссийский конкурс рисунков «Зеленая планета»	Март	Классные руководители
18	Викторина, посвященная Международному дню птиц	Апрель	Классные руководители
19	Городской экологический фотоконкурс «Признаки весны»	Апрель	Классные руководители
20	«Экологический марафон»	Апрель-май	Классные руководители
21	Школьная акция «Чистый дуб»	Апрель-май	Классные руководители
22	Конкурс рисунков «Быть здоровым – это модно»	Май	Классные руководители
23	Экскурсия в живой уголок ОГБОУ ДОД «Детский эколого-биологический центр»	Май	Классные руководители

#### Мероприятия в рамках спортивно-оздоровительного направления:

- «Муравейник», 1-4 классы;
- турнир «Мяч капитану»;
- подвижные игры в осеннем оздоровительном лагере;
- мероприятия, посвященные Всемирному дню здоровья:
  - музыкальные перемены в начальной школе;
  - турнир по вышибалам, 2-3 классы;
- мероприятия в летнем оздоровительном лагере:
  - легкоатлетическое многоборье, 1-4 классы;
  - веселые старты, 1-4 классы;
  - соревнования отрядов («Салки с мячом», пионербол).

#### Мероприятия в рамках гражданско-патриотического направления:

- Мероприятия, посвященные Дню защитника Отечества и Годовщине Великой Победы:
  - Смотр строя и песни, 2-4 классы;
  - «Зарничка» (1-2 классы), (3-4 классы).

Таким образом, программа экологического воспитания и формирования здорового и безопасного образа жизни соответствует положениям ФГОС НОО, поскольку направлена на укрепление физического и духовного здоровья обучающихся с учетом их психологических и психофизиологических характеристик.

