

VII. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Нормативно-правовой и документальной основой Программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования являются:

- Закон «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования;
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001);
- Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 202/11-13 от 25.09.2000);
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999);
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002);

- Концепция УМК «Школа России»,

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни на ступени начального общего образования сформирована с учётом ***факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:***

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические 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;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;

- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, 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, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования 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;
- дать представление с учётом принципа информационной безопасности о негативных факторах риска здоровью 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;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Направления реализации программы

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие завтраки и обеды в урочное время.

Организация рационального питания

Хорошо известно, что любая, особенно белковая и витаминная недостаточность питания, способна резко затормозить процессы роста и развития, ухудшить

психофизическое состояние развивающегося организма. Недополучение ребенком белковой и витаминной пищи сочетается с низким уровнем благосостояния семьи.

Площадь школьной столовой рассчитана на 60 мест, что позволяет обеспечить одноразовым горячим питанием по специально разработанному графику питания классами во время перемен, как учащихся питающихся бесплатно (за счет дотаций регионального бюджета), так и за собственный счет.

Технологическое и холодильное оборудование находится в удовлетворительном состоянии (износ составляет 10%). В столовой используется следующее оборудование:

1. Шкафы жарочные ШЖЭ-0, 68Е предназначенные для тепловой обработки полуфабрикатов в функциональных емкостях жаренья, тушения, пассирования, для выпечки хлебобулочных изделий.
2. Водонагреватель POLARIS электрический накопительного типа на 250 литров
3. Вытяжка
4. Мясорубка модель УКМ-12 (М-250)
5. Холодильник марка DAEWOO FR модель 450 3N, Бирюса 135 РКШД 300\60.

Организация общественного питания соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья в соответствии с СанПиН 2.4.5.2409–08 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» **Требования к соблюдению правил личной гигиены сотрудниками пищеблока**

К работе на пищеблок допущены лица, прошедшие мед. осмотр медицинским работником контролируются сроки прохождения медосмотров. Персонал пищеблока соблюдает правила личной гигиены.

Требования к санитарному состоянию и содержанию столовой

Уборку столовой производят после каждого посещения детьми. После каждого приема пищи столы моют горячей водой с мылом или содой. Освобожденная от остатков пищи посуда моется в воде 65-70 С° с добавлением моющих средств, дезинфицируется. Ополаскивается проточной водой.

В школе работают оснащенные **спортивные залы**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём.

План проведения текущего контроля

за состоянием здоровья обучающихся, санитарно- гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучения и воспитания в сфере охраны здоровья граждан РФ муниципального бюджетного

общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа с.
Осиновка» Михайловского муниципального района

№	Мероприятия	Периодичность	Ответственный
1	Наблюдение за санитарным состоянием помещений	Ежедневно	Зам. директора по АХЧ
2	Контроль соблюдения санитарных правил работниками	Ежедневно	Зам. директора по АХЧ
3	Обеспечение работников моющим средствами, уборочным инвентарём, средствами индивидуальной защиты, спецодеждой	В течение года	Зам. директора по АХЧ
4	Соблюдение температурного режима	ежедневно	Зам. директора по АХЧ
5	Проведение производственного контроля физических факторов	По утверждённому графику	Зам. директора по АХЧ
6	Контроль за санитарно-эпидемиологической безопасностью условий обучения детей, работа над замечаниями Роспотребнадзора	По утверждённому графику	Зам. директора по АХЧ
7	Соблюдение питьевого режима, режимов проветривания	Ежедневно	Зам. директора по АХЧ Кл. руководители
8	Маркировка мебели	1 раз в год	Зам. директора по АХЧ
9	Наблюдение за личной гигиеной сотрудников, осмотр работников пищеблока на предмет выявления гнойничковых заболеваний	Ежедневно	Зав. производством

10	Маркировка посуды	1 раз в год	Зав.производством
11	Соблюдение требований к организации детского питания	Ежедневно	Зав.производством
12	Проведение текущей уборки помещений	По утверждённому графику	Обслуживающий персонал
13	Проведение генеральной уборки помещений	По утверждённому графику	Обслуживающий персонал
14	Наблюдение за личной гигиеной детей, состоянием их одежды, обуви	Ежедневно	Кл.руководители
15	Проведение занятий с детьми по профилактике травматизма	По плану	Кл.руководители
16	Привитие гигиенических навыков детям, воспитание здорового образа жизни	По планам	Кл. руководители
17	Учёт индивидуальных способностей учащихся при организации воспитательно-образовательного процесса	Ежедневно	Кл. руководители
18	Обучение здоровому и безопасному образу жизни	По плану	Кл. руководители
19	Взаимодействие с родителями, социумом по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей	По плану	Кл. руководители
20	Организация и проведение мероприятий применения детьми	По плану	Кл. руководители

	своих знаний по профилактике и предупреждению травматизма(минутки безопасности, моделирование ситуаций, проблемные ситуации, практические задания и т.п.)		
21	Распределение детей на медицинский группы для занятия физическим воспитанием	2 раза в год	Кл. руководители Фельдшер ФАП Детский врач-терапевт
22	Соблюдение максимально допустимого объёма образовательной нагрузки	Ежедневно	Зам. директора по УВР
23	Соблюдение требований к организации внеурочной образовательной деятельности	Ежедневно	Зам. директора по УВР
24	Расписание уроков	Ежедневно	Зам. директора по УВР
25	Использование здоровьесберегающих методик и технологий на уроках и во внеурочное время	В течение года	Зам. директора по УВР Учителя-предметники Кл. руководители
26	Решение оздоровительных задач средствами физической культуры	По плану	Зам. директора по УВР Кл. руководители Учитель физкультуры

27	Организация и проведение мероприятий применения детьми своих знаний по сохранению и укреплению здоровья в повседневной жизни(тренировочные эвакуации, образовательные ситуации, игры-соревнования, утренняя гимнастика и т.п.)	В течение года	Зам. директора по УВР Кл. руководители
28	Повышение квалификации педагогов по вопросам воспитания и обучения в сфере охраны здоровья	В течение года	Зам. директора по УВР
29	Обучение работников школы навыкам оказания первой помощи	Ежегодно	Директор
30	Прохождение предварительных и периодических медицинских осмотров сотрудников	По утверждённому графику	Директор
31	Санитарно-гигиеническое обучение и последующая аттестация сотрудников	По утверждённому графику	Директор
32	Проведение обязательных профилактических прививок работникам по эпидемическим показаниям	По утверждённому графику	Директор
33	Планирование совместно с правоохранительными органами, ГИБДД, учреждениями дополнительного образования детей, культуры, спорта, здравоохранения мероприятий по вопросам охраны и укрепления здоровья, безопасного образа жизни учащихся, обучения детей школьного возраста правилам дорожного движения	Ежедневно	Зам. директора по ВВР
34	Включение в план воспитательной работы школы и класса мероприятий	В течение года	Зам. по ВВР

	по здоровьесбережению		Кл. руководители
35	Разработка рекомендаций родителям(законным представителям) по укреплению здоровья детей, выполнению культурно-гигиенических норм и по системе закаливающих мероприятий	Ежеквартально	Зам. директора по ВВР

Санитарно-просветительская деятельность

Ежегодно медицинским персоналом ФАП с.Осиновка и ЦРБ с.Михайловка проводятся лекции и беседы для школьников по следующим темам:

«Профилактика вирусного гепатита»;

«Клещевой энцефалит и как его избежать»; «Здоровый образ жизни»;

«Профилактика педикулеза» (1- 4 классы);

«Травматизм и оказание 1-ой помощи» (1-4 классы);

«Инфекции, гуляющие всюду и везде» (1-4 классы);

«Когда мода во вред здоровью» (о вреде курения, 4-ые классы);

Профилактика острых кишечных заболеваний» (3-4-ые классы);

«Профилактика туберкулеза» (1-ые, 4-ые классы);

Проведены беседы с техническим персоналом школы о санитарном состоянии школы; о личной гигиене технического персонала; о необходимых мерах профилактики инфекционных заболеваний школьников.

В течение учебного года медицинские требования к организации образовательного процесса педагогами и обслуживающим персоналом выполняются полностью.

Использование возможностей УМК «Школа России» в образовательном процессе

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов УМК «Школа России».

Система учебников «Школа России» формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

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»), «Чему учит экономика» и др. и темы: «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?».

При выполнении упражнений на уроках русского языка учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой.

Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют разделы, темы учебников, художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный и фотоматериал с вопросами для последующего обсуждения.

В курсе «Технология» при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации.

В курсе «Английский язык» в учебниках “English 2—4” содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе (*Have you ever been on a picnic?* (3 кл.), подвижным играм (*We like playing games*), участию в спортивных соревнованиях (*Распросите друг друга о том, какие виды спорта или игры удаются вам лучше других.* (2 кл.).

Учащиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр (*My favourite mascot. Кого бы вы хотели видеть в роли талисмана Олимпийских игр, которые будут проходить в России, в городе Сочи?* (2 кл.). *Олимпийские игры бывают летними и зимними. Какие из представленных ниже видов спорта летние, а какие зимние?* (2 кл.).

В курсе «Основы религиозных культур и светской этики» тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Ислам и наука» (№26-27 «Основы исламской культуры»), «Отношение к природе» (№13 «Основы буддийской культуры»), «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» (№26, 29 «Основы православной культуры») и др.

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.

Развитию мотивации к творческому труду, работе на результат служат материалы рубрики «Наши проекты», представленной в учебниках 1-4 классов **по математике, русскому языку, литературному чтению, окружающему миру**, а также материал для организации проектной деятельности в учебниках **технологии, иностранных языков, информатики**.

Содержание материала рубрики «Наши проекты» выстроено так, что способствует организации проектной деятельности, **как на уроке, так и во внеурочной работе**.

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

3. Рациональная 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 спортивных секциях).

Здоровьесберегающие технологии в образовательном пространстве школы

Учебный план в 1- 4 классах определяет максимальный объем обязательной нагрузки обучающихся, не превышающей предельно допустимую, состоит из инвариантной и вариативной частей и соответствует требованиям СанПиНов.

В школе имеется программа производственного контроля, в рамках которой проведено лабораторное (бактериологическое, радиологическое, санитарно-химическое, измерения и исследование физических факторов, паразитологические и энтомологические) исследование. Санитарно-эпидемиологической экспертизой установлено, что состояние соответствует государственным санитарно-эпидемиологическим правилам и нормам СанПиН 2.4.1178-02 «Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях», п.п. 2.6.1.; 2.6.2.; 2.3.23. Измеренные параметры микроклимата в учебных кабинетах соответствуют нормам п. 2.5. СанПиН 2.4.1178-02. Проведенный смотр работы школы по выполнению требований охраны труда, техники пожарной безопасности, электробезопасности, санитарно-гигиенического режима, трудового законодательства признан удовлетворительным. Систематически контролируется процесс испытания спортивного инвентаря и вентиляционного оборудования в учебных помещениях.

По данному направлению проводится следующая работа

В рамках производственного контроля ежемесячно проводятся смотры учебных кабинетов по соблюдению техники безопасности, охраны труда и санитарно-гигиенических требований (СанПиН 2.4.11.78-02). В рамках контроля проверяется выполнение следующих требований: наличие и система работы с журналом инструктажа по технике безопасности обучающихся воспитанников, с журналом трехступенчатого контроля; наличие в кабинетах пакета инструкций; соблюдение правил техники безопасности, электробезопасности, охраны труда; санитарного состояния кабинетов.

Положительными эффектами контроля за можно считать следующие факты:

- отсутствие нарушения по соблюдению размеров проходов и расстояний между партами, мебелью, оборудованием;
- оборудование отдельным вентилированием (кроме системы вытяжной вентиляции) кабинеты повышенной опасности, а также библиотека с читальным залом, столовая;
- фрамуги во всех учебных кабинетах функционируют круглый год;
- регулируемые солнцезащитными устройствами типа жалюзи оснащены все учебные кабинета;
- замена ламп накаливания на люминесцентные светильники
- организована работа группы продленного дня.

Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

На уроках физической культуры учителя применяют антистрессовую пластическую гимнастику (далее АПГ), авторами которой являются Е.В. Попков и Е.Н. Литвинов - совершенно *новое направление массовой оздоровительной физкультуры*, эффективность которой была подтверждена в ходе масштабной медико-педагогической апробации, проведенной под руководством доктора медицинских наук, профессора Р.Е.Мотылянской. Обычно на уроке занятия АПГ составляют 20-25% времени урока. Младшие школьники, проживая различные роли, изображая животных и птиц, картины природы, с большим интересом выполняют движения, создается благоприятный психоэмоциональный фон урока.

Наряду с антистрессовой пластической гимнастикой учителя физической культуры используют *комплекс упражнений*, созданный около ста лет назад немецким врачом, тренером и спортсменом Джозефом *Пилатесом*. Упражнения одновременно включают в работу большое количество мышц, требуя правильной техники выполнения, а количество повторений при этом может быть минимальным, что способствует снижению утомляемости и предотвращает физическую перегрузку школьников.

Методику дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой используют не только учителя физической культуры, но и учителя музыки, начальных классов, учителя. Предложенный метод *выгодно отличается* от известных упражнений на восстановление дыхания тем, что позволяет, прежде всего, тренировать легочную ткань, диафрагму, мышцы гортани, что обуславливает возможность его применения на различных предметах. Динамические дыхательные упражнения сопровождаются движением всего туловища и соответствуют определенным фазам дыхания. Универсальность этих упражнений объясняется тем, что оздоравливающее воздействие оказывается как на отдельные органы, так и на весь организм в целом.

Широкое применение на уроках в начальных классах, а также на уроках физической культуры в 1- 6 классах нашли *пальчиковые игры* и *специально организованная предметная деятельность*: шнурование обуви, специальных рамок; нанизывание предметов, собирание мозаики и т.д., способствующие не только оздоровлению организма, но и развитию мелкой моторики и речи школьников.

Подвижные игры с дидактической направленностью как средство педагогики оздоровления

Игровые технологии в среднем и старшем звене выполняют игротерапевтическую и коррекционную функцию. Наиболее распространены в практике учителей нашей школы (30%) деловые игры, используемые для решения комплексных задач усвоения и закрепления изученного материала на уроках истории, обществознания, литературы

Кроме того, учителями разработаны и проведены интегрированные уроки со здоровьесберегающей направленностью.

Учителя придерживаются гигиенических принципов построения урока

Физкультминутки в оптимальном объеме проводятся на всех обследуемых уроках в начальной школе, инклюзивных классах. Физминутки проводятся с целью профилактики утомления, нарушения осанки, ухудшения зрения и т.д. индикатором рациональности проведенного урока является момент наступления утомления, определяемый учителем по снижению учебной активности, возрастанию двигательных и пассивных отвлечений у большинства школьников.

Наличие эмоциональных разрядок, положительный психологический климат отмечен на 80% уроках по школе в целом.

Для достижения здоровьесберегающего эффекта оптимальная плотность урока (т.е. доля времени, затраченного школьниками на собственно учебную работу) находится в диапазоне 60-80%. Педагог использует метод хронометрирования и педагогических наблюдений для оценки плотности урока.

Количество видов деятельности на уроках варьируется от 3-до 7. причем учителя четко выдерживают паузу между сменой деятельности (7-10 минут), что обеспечивает физиологически оптимального «переключения».

В основном, педагогический коллектив рационально использует методы преподавания, применяя не менее трех методов в уроке, которые чередуются каждые 10-15 минут.

В системе педагоги проводят эмоциональные разрядки (не менее 2-3 за урок).

Большое внимание на уроке уделяют учителя чередованию рабочей позы, как необходимого компонента гигиенически рационального учебного процесса.

Таким образом, гигиенически оптимальная организация урока является реальным механизмом управления здоровья школьников в процессе обучения, не требующим

особых материальных затрат и зависящими от человеческого фактора (оценка уровня рациональности урока проводится по 12 критериям, предложенным авторским коллективом в составе: Кучма В.Р., Сердюковская Г.Н., Демин А.К. «Руководство по гигиене и охране здоровья школьников»).

80% учебных занятий, значения которых подходят под характеристики уровней рациональности, оценены как рациональные, т.е. полностью соответствуют гигиеническим критериям рациональной организации урока.

В учебном процессе педагоги применяют **методы и методики обучения, адекватные возрастным возможностям и особенностям обучающихся.** Используемый в школе учебно-методический комплекс «Школа России» содержит материал для регулярного проведения учеником самооценки результатов собственных достижений на разных этапах обучения: в результате работы на конкретном уроке, в результате изучения темы или раздела, в результате обучения в том или ином классе начальной школы. Система заданий направленных на самооценку результатов собственных достижений, их сравнение с предыдущими результатами, на осознание происходящих приращений знаний, способствует формированию рефлексивной самооценки, личностной заинтересованности в приобретении, расширении знаний и способов действий. Содержание учебников имеет культурологический, этический и личностно ориентированный характер и обеспечивает возможность понимания школьниками основных правил поведения в обществе на основе традиционных духовных идеалов и нравственных норм. Достижению указанных личностных результатов способствует тесная связь изучаемого материала с повседневной жизнью ребенка, с реальными проблемами окружающего мира, материал о правах ребенка, о государственных и семейных праздниках и знаменательных датах. Особую актуальность имеет учебный материал, связанный с проблемой безопасного поведения ребенка в природном и социальном окружении.

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

Для реализации задач и содержания работ, предусматриваемых п.1.2 и 1.3, кабинет ИВТ оснащается материальными средствами согласно "Перечням технических средств, учебно-наглядных пособий и мебели для кабинетов вычислительной техники"

Кабинет ИВТ оснащается:

- заданиями для индивидуального подхода при обучении, организации самостоятельной работы и упражнений, учащихся на компьютере;
- комплексом научно-популярной, справочной и методической литературы;
- набором лучших программ для ЭВМ;
- журналом инструктажа учащихся по охране труда;
- журналами использования КУВТ на каждом рабочем месте;
- журналом отказа машин и их ремонта;
- держателями для демонстрации таблиц и стендами для экспонирования работ учащихся;
- инвентарной книгой для учета имеющегося в кабинете учебного оборудования,

- утвержденной директором школы;
- аптекой первой помощи;
- средствами пожаротушения.

Учебное оборудование для компьютерного класса и учебно-наглядные пособия для компьютерного класса приобретаются школами в установленном порядке в соответствии с "Перечнем технических средств, учебно-наглядных пособий и мебели для кабинетов вычислительной техники всех типов учебных заведений".

Помещение компьютерного класса (КИВТ), размещение рабочих мест, хранение учебного оборудования.

Расстановка рабочих мест учащихся в КИВТ обеспечивает свободный доступ учащихся и подход педагога во время урока к каждому рабочему месту учащихся. Расстояние между стенкой с оконными проемами и столами составляет не менее 80 см. Расстояние в каждом ряду между рабочими столами должно быть 1,0 - 1,1 м.

КИВТ оборудуется:

- Классной доской
- Экраном
- Шкафом для хранения учебно-наглядных пособий и носителей информации.
- МФУ
- сетевое оборудование, в т.ч. для выхода в интернет

Диски с программным материалом хранятся в специальном небольшом ящике (по классам и разделам программ) размером не менее 150x150x300, защищенном от пыли и света.

В КИВТ создается картотека имеющегося учебного оборудования с указанием мест хранения, (карточки хранятся в алфавитном порядке) и методическая картотека, облегчающая учителю подготовку оборудования к занятиям.

Число рабочих мест для учащихся 10, в зависимости от наполняемости классов. На рабочем месте предусматривается работа одного. Для проведения практических занятий с компьютерами классы делятся на две подгруппы (в городских школах - с количеством учащихся 25 и более человек, а в сельских школах - 20 и более человек).

КИВТ должен быть выполнен как психологически, гигиенически и комфортная среда, организованная так, чтобы в максимальной степени содействовать успешному преподаванию, умственному развитию и воспитанию учащихся, приобретению ими прочных знаний, умений и навыков по ОИВТ и основам наук, при полном обеспечении требования к охране здоровья и безопасности труда учителя и учащихся.

Разрешаемое время непрерывной работы учащихся за видео-дистанционной техникой зависит от их возраста, но не должно превышать:

- для обучающихся I кл - 10 мин;
- для обучающихся II - V кл. - 15 мин;

После установленной выше длительности работы должен проводиться комплекс упражнений для глаз, а после каждого урока на переменах - физические упражнения для профилактики общего утомления.

Занятия в кружках с использованием ИКТ и мультимедийных технологий должны проводиться не чаще двух раз в неделю общей продолжительностью: для учащихся II - V кл. (7-10 лет) - не более 60 мин.

Очевидно, что фактор санитарно-гигиенических требований к организации учебного процесса в КИВТ накладывает весьма жесткие ограничения на структуру каждого урока по информатике, что должно учитываться при их планировании. В частности, это непосредственно касается учета продолжительности времени (хронометража) использования программных средств, применение которых предусматривается на уроке.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности *индивидуальные особенности развития обучающихся*: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников «Школа России» учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. 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 (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.

4. 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:

- 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 общего образования;
- организацию занятий по лечебной физкультуре;
- организацию часа активных движений (динамической паузы) между 3-м и 4-м уроками;
- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;

- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Традиционные спортивно – оздоровительные мероприятия:

- праздник «Золотая осень»,
- смотр «Строя и песни»,
- спортивный праздник «Папа, мама, я – спортивная семья»,
- «Веселые старты»,
- турниры по футболу, пионерболу, волейболу, баскетболу,
- соревнования «Папа, мама, я - спортивная семья»,
- Дни здоровья по окончанию каждой четверти.

В целом в течение учебного года каждый школьник принимает участие в 8 общешкольных спортивно-оздоровительных мероприятиях.

5. Реализация дополнительных образовательных программ

В школе созданы и реализуются дополнительные образовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Система дополнительного образования построена по направлениям:

- Художественно- эстетической
- Социально-педагогической
- Физкультурно-оздоровительное

Ведущую роль в организации свободного времени ребенка играет школа, реализующая принцип единства учебной и внеучебной работы. Центральное звено этой работы - система дополнительного образования.

Систематическая работа по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма организуется кружком ЮИД и участием в целевой городской воспитательной работе «Школа светофорных наук». В городских конкурсах «Безопасное колесо», «Светофорное лото», обучающиеся занимали призовые места, лучшие кружковцы приглашаются для проведения городских мероприятий. На базе школы раз в четверть проводятся соревнования «Безопасное колесо», викторина «Светофорный ринг».

Кружки спортивной направленности, обеспечивали успешное выступление команд школы в районных и городских соревнованиях.

6. 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.

Оценка эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур,

предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

№пп	Критерии оценки эффективности	0-1-2
1	<p>Находят ли отражение в целях и задачах воспитательно-образовательной программы актуальность, социальная и педагогическая целесообразность мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья обучающихся.</p>	2
2	<p>Наличие целостной системы формирования культуры здоровья обучающихся, воспитанников:</p> <ul style="list-style-type: none"> - последовательная и непрерывная система обучению здоровью на различных этапах обучения; - интегративный и межведомственный подход к решению проблем, связанных с охраной и укреплением здоровья в образовательных учреждениях; - высокий уровень санитарно-гигиенической и просветительской работы; - формирование культуры досуга и отдыха. 	2
3	<p>Наличие здоровьесберегающего образовательного пространства:</p> <ul style="list-style-type: none"> - отсутствие перегрузок; - выполнение санитарно-гигиенических нормативов; - использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе; - воспитание у учащихся культуры здоровья, т. е. формирование грамотности в вопросах здоровья, практическое воплощение потребности вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье. 	2
4	<p>Медицинское обслуживание в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> - организация санитарно-гигиенического и противоэпидемического режимов; - профилактические работы; - пропаганда здорового образа жизни; - обучение гигиеническим навыкам субъектов образовательного пространства. 	1
5	<p>Сформированность культуры здоровья у педагогического состава: профессиональная подготовленность педагогов по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.</p>	2
6	<p>Психолого-педагогические факторы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психологический климат в классах, на уроке, наличие эмоциональных разрядок; - стиль педагогического общения учителя с учащимися; - характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок; 	2

	<ul style="list-style-type: none"> - степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам (особенно группы риска); - особенность работы с «трудными подростками в классе»; - состояние здоровья учителей, их образ жизни и отношение к своему здоровью. 	
7	Физическое воспитание и двигательная активность обучающихся.	2
8	Совместная работа школы и родителей: привлечение к проблемам школы (тематические лекции, стенды, брошюры, тренинги, мероприятия и т. п.).	2
9	<p>Эффективность работы образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обоснованные показатели динамики улучшения здоровья обучающихся; - уменьшение количества поведенческих рисков, опасных для здоровья (курение, алкоголь, наркотики); - удовлетворенность школой детей, родителей и педагогов - комплексностью и системностью работы по сохранению и укреплению здоровья. 	1

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

В системе профилактической работы школы по формированию культуры здоровья обучающихся ежегодно проводится блок мероприятий, направленный на выявление знаний обучающихся о сохранении и укреплении здоровья.

- Комплекс мероприятий, посвященных «Всемирному Дню Борьбы с курением» (3-11 классы);
- Конкурс плакатов, стенгазет «Что такое курение?» (3-11 классы), конкурс рисунков (компьютерная графика) среди 8-11 классов;
- «Курение – это вредная привычка или дань моде?» Мини- сценки с обсуждением (6-7 классы)
- Диспут «Влияние вредных привычек на организм человека» (6-7 классы);
- Просмотр фильмов о вреде курения и алкоголя (6 - 9 классы);
- Тематические классные часы «Профилактика вредных привычек»(1-11 классы);
- дискотека «Быть здоровым – это здорово» (8-11 классы).

В летнее время вовлечены в досуговую деятельность оздоровительного лагеря «Чудо город» (150 чел.) и трудового лагеря (30 чел.). В июне было занято детей «группы риска» 20 человек в оздоровительном лагере и 5 человек в трудовом лагере. За летний период проведено: 11 праздников, 7 экскурсий, 8 соревнований, 4 акции, 5 лекций, 2 диспута.

3. Использование возможностей УМК «Школа России» в образовательном процессе

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Реализация программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности (через все предметы учебного плана)	В течение года	Зам дир по УВР Учителя предметники
2.	Организация проектной деятельности в урочной и внеурочной работе	В течение года	Учителя предметники
4.	Применение на уроках физической культуры: - Антистрессовой пластической гимнастики; - гимнастику Пилатес - дыхательную гимнастику Стрельниковой А.П.	В течение года	Учителя физкультуры
5.	Проведение физкультминуток на уроках	Ежедневно	Учителя предметники
6.	Применение методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся	Ежедневно	Учителя предметники
7.	Соблюдение требований к использованию технических средств обучения	Ежедневно	Директор
8.	Организация и обеспечение санитарно – гигиенических требований в КИВТ	В течение года	Учитель информатики
9.	Разработка комплексов физических упражнений для детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья	В течение года	Учителя физической культуры, врач

10.	Проведение утренней зарядки	Ежедневно	Классные руководители
11.	Проведение динамичных перемен	Ежедневно	Зам дир по ВР Классные руководители
12.	Проведение на уроках специальной гимнастики на осанку, гимнастики для снятия утомления глаз учащихся	Ежедневно	Учителя предметники
13.	Организация специальной группы для занятий физической культурой	В течение года	Медицинский работник
14.	Организация работы с учащимися, мотивированными на успешное обучение, путем участия в олимпиадах, предметных неделях, различных конкурсах с целью профилактики учебных перегрузок	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
15.	Обеспечение соблюдения требований к объемам домашних заданий	В течение года	Зам. директора по УВР, руководитель ШМО
16.	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию: - «Учитесь властвовать собой» - «Человек и его манеры» - «Личная гигиена» - «Жить, побеждая зло»	октябрь ноябрь январь февраль	Классные руководители
17.	Проведение месячников: - пожарной безопасности - гражданской защиты - за здоровый образ жизни - охраны труда	сентябрь октябрь ноябрь май	Директор, зам. директора по ВР.
18.	Создание библиотеки методической литературы по проблеме здорового образа жизни	До декабря	Библиотекарь
19.	Разработка рекомендаций классным	Декабрь-	Директор

	руководителям по ведению индивидуального учета физического и психического состояния учащихся	январь	Психолог
20.	Разработка рекомендаций для учителей по вопросам педагогического общения	Ноябрь-декабрь	Зам. директора по УВР
21.	Организация круглых столов по обмену опытом в разработке эффективных форм и методов работы, направленных на оздоровление учащихся	Ноябрь Март	Зам. директора по ВР
22.	Обучение школьников эффективным поведенческим стратегиям: умению решать жизненные проблемы, эффективно общаться, владеть своими эмоциями и т. д.	В течение года	Классные руководители

4. Организация здоровьесберегающего образовательного процесса

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Поддержание в школе надлежащих санитарно-гигиенических условий	Ежедневно	Директор
2.	Соблюдение воздушного и светового режима в школе	Ежедневно	Директор
3.	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Ежедневно	Директор
4.	Содержание в исправности электрохозяйства и всех средств пожаротушения	Ежедневно	Директор
5.	Регулярное проведение объектовых тренировок	По графику	Директор, начальник штаба ГО школы
6.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация школы Профком
7.	Разработка плана мероприятий по охране труда и ТБ в школе	Сентябрь	Администрация школы

8.	<p>Издание приказов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - об охране жизни и здоровья школьников, - о назначении лиц, ответственных за соблюдение правил ТБ, ПБ и охраны труда 	Сентябрь	Директор
9.	<p>Составление социального паспорта по классам, составление списков:</p> <ul style="list-style-type: none"> - учащихся группы риска, - неблагополучных семей, - многодетных семей, - малообеспеченных семей, - неполных семей, - детей-инвалидов 	Сентябрь	Классные руководители
10.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	В течение года	<p>Зам. директора по ВР</p> <p>Кл. руководители</p>
11.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	По плану кл. руководит.	Классные руководители
12.	Оформление стендов в классах «Хочу быть здоровым!», «Скажи наркотикам нет», «Береги здоровье смолоду»	Октябрь	Вожатая, классные руководители
13.	Встречи обучающихся с работниками милиции, медицинскими работниками	Ноябрь-декабрь, апрель	Администрация
14.	Анкетирование учащихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения.	В течение года	<p>Психолог,</p> <p>Классные руководители</p>
15.	Организация дежурства по школе	Сентябрь	Зам. директора по ВР

16.	Проведение динамических пауз в 1-х классах	Ежедневно	Учителя начальных классов
17.	Составление графика работы спортивных секций и спортивного зала	Сентябрь	Зам. дир. по УВР
18.	Оформление стенда «За здоровый образ жизни»	Октябрь	Зам дир по ВР Врач
19.	Рейды: - по проверке внешнего вида учащихся, - по сохранности библиотечных учебников, - по выполнению школьниками режима дня	По плану внутришкольного контроля	Зам. директора по ВР, библиотекарь, совет школьников
20.	Проведение вводного инструктажа по правилам ТБ, ПБ и охраны труда	Сентябрь Март	Директор, классные руководители
21.	Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов	В течение года	Зам. директора по УВР, Зам.дир по АХЧ
22.	Обеспечение хранения спортивного инвентаря	Постоянно	Учитель физкультуры
23.	Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период	К началу зимнего периода	Директор
24.	Организация занятий для будущих первоклассников с целью адаптации их к условиям школьной образовательной среды	Сентябрь-май	Учителя нач. классов
25.	Обеспечение требований к охране труда при проведении итоговой аттестации в 9 классе	Май-июнь	Зам. директора по УВР
26.	Организация ремонта учебных кабинетов	Летний период	Зам. дир по АХЧ Зав. кабинетами

27.	Обеспечение требований ТБ во время ремонта школы и трудовой практики обучающихся	В летний период	Директор, начальник лагеря
28.	Подготовка актов по приемке школы	Июль-август	Директор
29.	Обеспечение медицинскими аптечками учебных кабинетов	Август-сентябрь	Директор
30.	Приемка школы к новому учебному году	Август	Директор
31.	Проведение месячника по уборке школьной территории	Сентябрь Май	Зам. дир по АХЧ Кл. руководители
32.	Озеленение учебных кабинетов и территории школы	Май-сентябрь	Классные руководители, учитель биологии
33.	Организация отдыха и оздоровления учащихся в летний период	Июнь-август	Зам. дир по ВР
34.	Организация работы по оздоровлению педагогического коллектива	Июнь-август	Директор, профком
35.	Проведение медосмотра педагогов школы	Август-сентябрь	Администрация

5. Организация физкультурно-оздоровительной работы

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
Школьные мероприятия			
1.	Праздник «Золотая осень», 1- 4классы	Сентябрь	Учителя физкультуры Кл. руководители
2.	День бегуна	Сентябрь	Учителя ФК

	3-4 классы		
3.	Первенство школы по футболу, 1-4 классы	Октябрь	Учителя ФК
4.	День здоровья, 1-4 классы	Октябрь	Учителя физкультуры Кл. руководители
5.	Первенство школы по Пионерболу, 4 классы	Ноябрь	Учителя ФК
6.	Веселые старты «Сильные, смелые, ловкие», 1-4 классы	Февраль	Учителя физкультуры Кл. руководители
7.	Подготовка к Всемирному Дню здоровья	Март	Зам.дир по ВР
8.	Акция «Быть здоровым - это модно!»	Март	Зам.дир по ВР
10.	Спортивный праздник «Папа, мама, я - спортивная семья», 1-4 классы	Апрель	Учителя физкультуры Кл. руководители
11.	Проведение мероприятий, посвященных Всемирному Дню здоровья, 1-4 класс	Апрель	Учителя физкультуры Кл. руководители
Участие в районных, городских, областных мероприятиях			
1.	Участие в первенстве района по футболу (в рамках акции «Спорт против наркотиков»)	Сентябрь	Учителя ФК
2.	Участие в первенстве района по Русской лапте	Сентябрь	Учителя ФК
4.	Участие в первенстве района по футболу	Сентябрь	Учителя ФК
14.	Участие в районных соревнованиях «Президентские состязания», 3 классы	Апрель	Учителя ФК

Организация работы спортивных секций на базе школы**6. Работа с родителями.**

№ п\п	Мероприятие	Сроки проведения	Ответственный
1.	Включение в повестку родительских собраний выступлений по темам оздоровления учащихся	Ноябрь, январь, апрель	Директор
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников	По плану	Классные руководители, медработники
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Классные руководители
4.	Выступление на родительских собраниях по результатам диагностики	По плану	Классные руководители
5.	Участие родителей на спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану	Классные руководители
4.	Родительский лекторий	Раз в четверть	Классные руководители