

Приложение \_\_ к основной образовательной программе начального общего образования муниципального образовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №4»

Принятой на заседании педагогического совета  
Протокол №1 от 30.08. 2019г.  
Утверждённой приказом №270 от 30.08. 2019г.

## **Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в соответствии с определением ФГОС НОО — 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 ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

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 природе, безопасного для человека и окружающей среды;

- пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём 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 с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;

- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;

- формирование негативного отношения к факторам риска 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;
- формирование знаний по правилам безопасности дорожного движения.

### **Программа действий по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни» МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4» вносит вклад в достижение требований к личностным результатам освоения основной образовательной программы начального образования:

формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;

овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире: формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Предусмотренные Программой формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся отражают специфику МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4», запросы участников образовательного процесса и обеспечивают достижение планируемых результатов основной образовательной программы школы.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни МОУ «Средняя общеобразовательная школа №4» является составной частью основной образовательной программы и должна проектироваться в согласовании с другими ее компонентами: планируемыми **результатами**, программой формирования **универсальных** учебных действий, программами отдельных учебных предметов, курсов и курсов внеурочной деятельности, программой духовно-нравственного развития, программой коррекционной работы и др.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни содержит:

1) цель, задачи и результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования, описание ценностных ориентиров, лежащих в ее основе;

2) направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику образовательной организации, запросы участников образовательных отношений;

3) модели организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно–спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно – транспортного травматизма;

4) критерии, показатели эффективности деятельности образовательной организации в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся;

5) методiku и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры

Основная **цель** программы – сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся младшего школьного возраста как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, 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 учетом 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 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 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 ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития.

Системная работа на уровне начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни может быть представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:

- 1.) по созданию здоровьесберегающей инфраструктуры,
- 2.) рациональной организации учебной и внеурочной деятельности обучающихся,
- 3.) эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы,
- 4.) реализации образовательной программы,
- 5.) просветительской работы с родителями (законными представителями)

## **Организация работы по формированию у обучающихся экологической культуры здорового и безопасного образа жизни:**

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 профилактике вредных привычек; организация просветительской работы с учащимися и родителями (законными представителями); выделению приоритетов в работе с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на уровне начального образования.

Второй этап – организация просветительской работы.

1. Просветительно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, включает: - внедрение в систему работы школы дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны носить модульный характер, реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебную деятельность; - лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек; - проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

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

- проведение лекций, семинаров, круглых столов;

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

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

Здоровье обучающихся – одна из острых проблем современной жизни. И решить эту проблему поможет систематическое образование подрастающего поколения в области здоровья и здорового образа жизни. Современные взгляды на данную проблему показывают, что здоровье каждого человека, прежде всего, зависит от усилий, которые он прилагает для укрепления своего здоровья, и никакие врачи, никакие лекарства не помогут, если сам человек нарушает нормы ЗОЖ.

Нормы экологического поведения, привычки формируются с самого раннего возраста ребёнка. Чтобы успешно справиться с этой задачей, необходимо иметь теоретическую и практическую подготовку в этих вопросах. Наука предлагает следующие принципы, на которых строится воспитание здорового образа жизни детей:

### ***1. Системный подход.***

- Человек представляет собой сложную систему. Невозможно сохранить тело здоровым, если не совершенствовать эмоционально-волевую сферу, если не работать с нравственностью ребёнка.

- Успешное решение задач воспитания ЗОЖ возможно только при объединении воспитательных усилий школы и родителей.

Роль и значение семьи, семейного воспитания в этом процессе трудно переоценить. Родителям необходимо ежедневно, изо дня в день, незаметно и неуклонно вести

воспитание своего ребёнка, чтобы он осознал необходимость укрепления здоровья и научился этому искусству.

### ***2. Деятельностный подход.***

Культура в области ЗОЖ осваивается детьми в процессе совместной деятельности, в том числе и с родителями. Необходимо не направлять детей на путь здоровья, а вести их за собой по этому пути.

### ***3. Принцип «Не навреди!»***

Этот принцип предусматривает использование в работе только безопасных приёмов оздоровления, научно признанных и апробированных опытом и официально признанных.

### ***4. Принцип гуманизма.***

В воспитании в области здоровья и ЗОЖ признаётся самоценность личности ребёнка. Нравственными ориентирами воспитания являются общечеловеческие ценности. Приоритетным направлением должно стать формирование нравственных качеств ребёнка, которые являются фундаментом здоровья. Необходимо развивать в нём доброту, дружелюбие, выдержку, целеустремлённость, смелость, оптимистическое отношение к жизни, чувство радости существования, способность чувствовать себя счастливым, верить в собственные силы и доверять миру. Для формирования этих качеств необходимы душевная гармония, адекватная положительная самооценка, которые возникают, если ребёнок свободен от чувства тревоги и страха, живёт с уверенностью в своей защищённости и безопасности. Важно, чтобы по мере освоения культуры здоровьесбережения у каждого ребёнка формировались чувства нежности и любви к самому себе, настроение особой радости от понимания своей уникальности, неповторимости, безграничности своих творческих возможностей, чувство доверия к миру и людям.

Наиболее эффективным путём формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, является направляемая и организуемая взрослыми (учителем, воспитателем, психологом, взрослыми в семье) самостоятельная работа, 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.

При выборе стратегии воспитания культуры здоровья в младшем школьном возрасте, необходимо, учитывая психологические и психофизиологические характеристики возраста, опираться на зону актуального развития, исходя из того, что формирование ценности здоровья и здорового образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы образовательного учреждения.

Именно он требует соответствующей здоровьесберегающей организации всей жизни образовательного учреждения, включая её инфраструктуру, создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания.

Организуя образование в области здоровья необходимо помнить:

- если ребёнка часто подбадривают – он учится уверенности в себе;
- если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить;

- если ребёнку удастся достигать желаемого – он учится надежде;
- если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.

Не менее важно для сохранения здоровья развивать у детей способность рассматривать себя и своё состояние со стороны, понимать свои чувства и причины их возникновения. Самонаблюдение и самоанализ формируют желание самосовершенствоваться, позволяют ребёнку видеть и развивать свои личностные возможности, повышать свой интеллектуальный потенциал.

Необходимо формировать у ребёнка нравственное отношение к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести ЗОЖ. Он должен осознать, что здоровье для человека важнейшая ценность, главное условие достижение любой жизненной цели, и каждый сам несёт ответственность за сохранение и укрепление своего здоровья. Чтобы мотивировать его на здравоохранительное поведение, необходимо заинтересовать, создать положительные эмоции при освоении знаний, дать почувствовать удовольствие от методов оздоровления, использовать положительные примеры из окружающего мира, личный пример родителей.

Мощным источником формирования ЗОЖ детей является физическая культура. Стратегия занятий исходит из того, что удовольствие от двигательной активности перерастает в привычку, а от неё в потребность. Для вовлечения детей в занятия физической культурой используются разнообразные приёмы, о которых говорилось выше.

Важная задача, которая решается, осуществляя воспитание в области здоровья и ЗОЖ, заключается в формировании основ личной гигиены: овладения навыками ухода за телом, приёмами самомассажа, способами закаливания и др. Не менее важно, чтобы ребёнок овладел навыками психопрофилактики, саморегуляции и активизации резервных возможностей своего организма. Для этого необходимо развивать и совершенствовать у него функции анализаторных систем (слух, зрение, тактильное чувство и др.). Важно учить навыкам произвольного контроля над дыханием, мышечным тонусом, воображением, способствовать становлению «внутреннего наблюдателя» в сознании ребёнка (внутреннее Я), формировать умения выражать свои с помощью слов, мимики, жестов и др. Осваивая эти знания и умения, ребёнок учится управлять своими эмоциями и умственной деятельностью. Это улучшает психологическое самочувствие в школе, способствует более успешному обучению.

Воспитание в области здоровья должно формировать у ребёнка основы безопасности жизнедеятельности. Осваивая программу ОЗОЖ, он учится не совершать поступков, опасных для жизни и здоровья. Важно, чтобы в процессе работы по программе ребёнок усвоил этические нормы отношений между людьми. Для этого надо развивать коммуникативные навыки, дух сотрудничества и коллективизма, учить дружить с другими детьми, делить с ними успехи и неудачи. Ребёнок учится понимать чувства другого, общаться и взаимодействовать в группе, контролировать своё поведение, сознательно им управлять, быть смелым и уверенным в себе в различных жизненных ситуациях.

Воспитание в области здоровья предусматривает формирование у ребёнка понимания мужественности и женственности и соответствующих этому качеств: у мальчика – силы, ловкости, выносливости, воли, уважения к девочкам, как к будущим матерям и хранительницам домашнего очага, желания им помочь, защитить, а в девочках – пластичности, лёгкости, отзывчивости, терпимости.

Одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями (законными представителями) обучающихся, привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми, к разработке программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни. Воспитание в области здоровья служит укреплению всей семьи. Ребёнок должен узнать лучшие семейные российские традиции, понять значение и важность семьи в жизни человека, роль ребёнка в семье, освоить норму и этику отношений с родителями и другими членами семьи. Надо развивать интерес к профессиональной и бытовой деятельности членов семьи, формировать понимание их социальной значимости, вызвать потребность с гордостью рассказывать о своих бабушках, дедушках, родителях, о добрых традициях своей семьи.

Разработка программы формирования ценности здоровья и здорового образа жизни, а также организация всей работы по её реализации строится на основе научной обоснованности, последовательности, возрастной и социокультурной адекватности, информационной безопасности и практической целесообразности.

**Результаты деятельности, обеспечивающей формирование основ экологической культуры, сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся при получении начального общего образования, описание ценностных ориентиров, лежащих в ее основе.**

Ценностные ориентиры программы.

- жизнь во всех её проявлениях;
- экологическая безопасность;
- экологическая грамотность;
- физическое, физиологическое, психическое, социально-психологическое, духовное здоровье;
- экологическая культура;
- экологически целесообразный здоровый и безопасный образ жизни;
- ресурсосбережение; • экологическая этика; • экологическая ответственность;
- социальное партнёрство для улучшения экологического качества окружающей среды;
- устойчивое развитие общества в гармонии с природой

**Планируемые результаты формирования экологической культуры и культуры здорового и безопасного образа жизни**

Ожидается, что в результате освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни выпускники начальной школы будут знать:

- о ценности своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности, и о том вреде, который можно нанести здоровью различными действиями;
- о взаимозависимости здоровья физического и нравственного, здоровья человека и среды, его окружающей;
- о важности спорта и физкультуры для сохранения и укрепления здоровья; - о положительном влиянии незагрязнённой природы на здоровье;
- о возможном вреде для здоровья компьютерных игр, телевидения, рекламы и т.п.;
- об отрицательной оценке неподвижного образа жизни, нарушения гигиены;
- о влиянии слова на физическое состояние, настроение человека;
- правила гигиены и здорового режима дня.

Ожидается, что в результате освоения программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни выпускники начальной школы приобретут индивидуальные навыки:

- сохранения своего здоровья и здоровья других людей для самореализации каждой личности;
- спортивных занятий для сохранения и укрепления здоровья;
- соблюдения правил гигиены и здорового режима дня.
- подвижного образа жизни (прогулки, подвижные игры, соревнования, занятие спортом и т.п.), соблюдение правил дорожного движения.

***Личностные результаты:***

- **наличие** у обучающихся первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека, о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное);
- **снижение** пропусков занятий по болезни в образовательном учреждении;
- **успешная адаптация** ребенка к школе, снижение влияния на него психогенных факторов;
- **становление** у обучающихся навыков противостояния вовлечению в табакокурение и употребление алкоголя, других психоактивных веществ; – формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- **развитие** мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- **развитие** самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- **формирование** эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- **развитие** этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- **развитие** навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- **формирование** установки на безопасный, здоровый образ жизни;

***Предметные результаты:***

- **сформированность** у детей базовых знаний о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- **сформированность** умения организовывать занятия физическими упражнениями и подвижными играми (как в помещении, так и на открытом воздухе), соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.
- **умение** выявлять связь занятий физической культурой с трудовой и оборонной деятельностью;
- **отбор и выполнение** комплексов упражнений для утренней зарядки и физкультминуток в соответствии с изученными правилами;
- **организация и проведение** подвижных игр и соревнований во время отдыха на открытом воздухе и в помещении (спортивном зале и местах рекреации), соблюдении правил взаимодействия с игроками;
- **выполнение** простейших приёмов оказания доврачебной помощи при травмах ушибах.



- **выполнение** упражнений по коррекции и профилактике нарушения зрения и осанки, упражнений на развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

***Коммуникативные результаты:***

- **допускать** возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнёра в общении и взаимодействии;

- **договариваться** и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;

- **контролировать** действия партнёра;

- **строить** общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности.

***Метапредметные результаты:***

- **умение** использовать дневники здоровья (индивидуальные карты здоровья, портфолио развития и т.д.) для организации собственной здоровьесберегающей жизнедеятельности (режим дня, утренняя зарядка, закаливающие процедуры и т. д.);

- **сформированность** основ социального интереса, социальной идентичности, социальной компетентности и социального интеллекта у обучающихся; увеличение числа реализованных социальных проектов, акций, направленных на формирование нравственного здоровья, а также числа их участников;

- **сформированность** ценностно-ориентационного единства детско-взрослого коллектива образовательного учреждения в отношении экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

***Регулятивные результаты:***

- **овладение** способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- **формирование** умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;

- **формирование** умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;

- **определение** общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;

- **готовность** конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

- **овладение** базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

**Направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся, отражающие специфику образовательной организации, запросы участников образовательных отношений.**

1. Пропаганда здорового образа жизни среди детей, подростков и родителей.

2. Привлечение внимания родителей, педагогов к формированию у детей и подростков основ культуры питания как одной из составляющих здорового образа жизни.

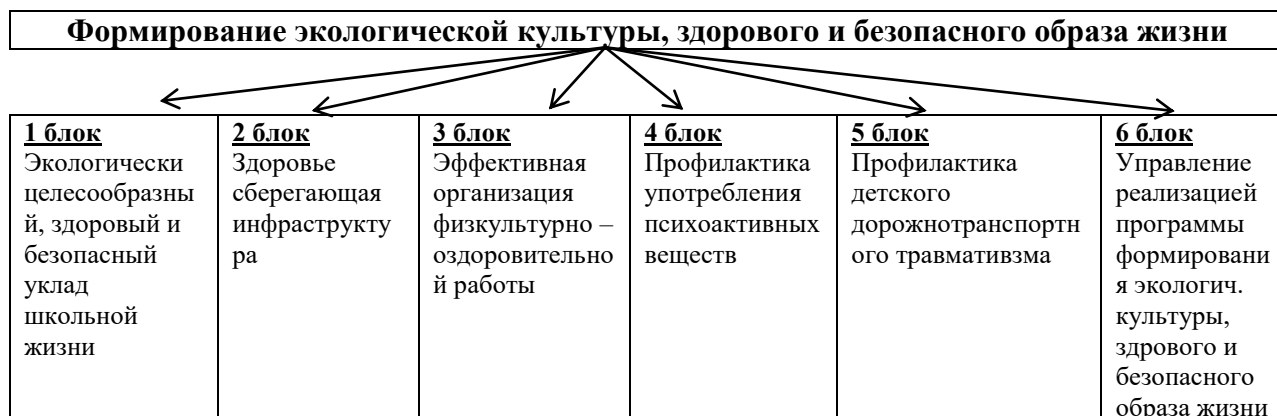
3. Обеспечение школьников в период их пребывания в школе питанием, способствующим нормальной работе пищеварительной системы и обмену веществ в соответствии с современными медико-гигиеническими требованиями.

4. Включение в учебный процесс, во внеклассную и внеурочную работу для всех классов занятия, позволяющих целенаправленно подготовить учащихся к деятельности по сохранению и укреплению своего здоровья, сформировать у них культуру здоровья, воспитать стремление к ведению здорового образа жизни.

5. Проведение диагностики и мониторинга динамики состояния здоровья учащихся

6. Проведение работы с родителями учащихся, направленной на формирование в семьях здоровьесберегающих условий, здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

**Модели организации работы, виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения; физкультурно–спортивной и оздоровительной работе, профилактике употребления психоактивных веществ обучающимися, профилактике детского дорожно – транспортного травматизма**



**Экологически целесообразный, здоровый и безопасный уклад школьной жизни** направлен на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, и включает:

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

- валеологическое образование в ходе уроков образовательного цикла.

Успех валеологического образования в школе достигается за счёт системного подхода к решению этой проблемы.

1. На уроках русского языка и родного языка (русского), литературного чтения и литературного чтения на родном (русском) языке обучающиеся знакомятся с правилами культуры чтения и письма, формируются и закрепляются гигиенические умения и навыки чтения и письма (правильная осанка, положение книги, тетради и т.д.) В ходе уроков используются стихи, пословицы, рассказы валеологической направленности.

2. На уроках математики решается много задач, то одной из их разновидностей, будут задачи с валеологической направленностью. В процессе решения таких задач ученик не только усваивает общий способ выполнения действий, но и обдумывает полученный результат. В конце каждой задачи стоит вопрос, который позволяет осознать ценность здоровья, порождает тревогу за возможность утраты здоровья. Учитель должен помочь преобразовать возникшую энергию опасения в энергию действия. На этом этапе происходит знакомство и обсуждение с учащимися привычки здорового образа жизни. Таким образом, математическая задача формирует у младшего школьника сложное психическое «новообразование» - ответственное отношение к здоровью.

3. На уроках окружающего мира даётся наиболее систематизированное представление о валеологических знаниях, дети знакомятся с элементарными анатомо-физиологическими сведениями при изучении темы «Организм человека и охрана его здоровья».

Практические задания:

- измерить температуру воздуха с помощью термометра в классной комнате и соотнести её с нормами;
- правильно организовать свой режим дня;
- выполнять необходимые правила личной гигиены;
- оберегать себя от простудных заболеваний;
- закаляться.

4. На уроках физической культуры обучающиеся получают сведения об образовательном значении тех или иных физических упражнений, о двигательном режиме.

5. На уроках технологии обучающиеся знакомятся с правилами безопасности на учебных занятиях.

Примерная тематика валеологических бесед для обучающихся начальной школы (в соответствии со спецификой изучаемых предметов):

- Режим дня.
- Правильная посадка за партой.
- Личная гигиена, уход за телом.
- Уход за зубами.
- Закаливание.
- Классная комната обучающихся.
- Двигательная активность.
- Рациональный отдых.
- Предупреждение простудных заболеваний.
- Физический труд и здоровье.
- Как сохранить хорошее зрение.
- Предупреждение травм и несчастных случаев.
- Общее понятие об организме человека.
- Чем человек отличается от животного.
- Роль витаминов для роста и развития человека.

Здоровьесберегающая инфраструктура включает:

- соответствие состояния и содержания здания и помещений образовательного учреждения 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 физической культуры, социальный педагог, медицинские работники).

Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормально 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 общего образования;
- организацию динамической паузы в 1-4 классах между 2-м и 3-м уроками , а также между 3- м и 4-м уроками продолжительностью 20 минут;
- введение 3-го урока физкультуры;
- проведение классными руководителями больших перемен при максимальном использовании свежего воздуха, в подвижных играх;
- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и кружков с соблюдением интервала 45 минут от конца учебных занятий, создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов, годовой школьной спартакиады и т. п.).

### **Структура комплекса оздоровительных физкультурных мероприятий**

Оздоровительные физкультурные мероприятия применяемые			
в ходе учебного процесса		в ходе внеклассной и внеурочной работы	
Физическое воспитание школьников	Вне уроков физкультуры: 1)утренняя зарядка до занятий; 2)подвижные перемены; 3)физкультминутки: - дыхательная гимнастика; - локальная гимнастика для различных частей тела; - элементы самомассажа; 4)элементы валеологического образования в ходе уроков образовательного цикла	Проведение 1)Дней Здоровья 2) соревнования «Мама, папа, я - спортивная семья» 3) «Весёлые старты»	В кружках и секциях: 1) пропаганда занятий физкультурой и спортом

### **Физкультминутки.**

Это проведение здоровьесберегающих минуток на уроках общеобразовательного цикла. Обучающимся необходимы двигательные минутки на уроке, которые позволят им размять своё тело, передохнуть и расслабиться. Они хороши тем, что предполагают активность разных анализаторов и актуализируют разные способности детей. В результате восстанавливается энергия класса, внимание снова привлекается к учителю, дети, получившие улучшение психоэмоционального состояния, снова чувствуют себя включённым в работу.

**Спортивные соревнования, праздники** являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы. Они содействуют сплочиванию детского коллектива, повышают физическую подготовленность учеников. Каждое соревнование проводится в соответствии с положением, в котором указываются цели и задачи соревнования, руководство, время и место проведения, участники, программа, условия проведения, форма заявки, порядок награждения лучших участников.

1. Спортивные соревнования «Весёлые старты»
2. Спортивные соревнования по мини футболу, баскетболу и пр.
3. Спортивный праздник «Мама, папа и я – спортивная семья» и др.

### **Профилактика употребления психоактивных веществ обучающимися**

Создание в школьной среде условий, препятствующих распространению наркотиков (снюсов), становление активно отрицающей позиции по отношению к наркотикам у большинства учащихся.

Технологии профилактики употребления ПАВ в школе

Профилактика зависимости от ПАВ использует разнообразные виды технологий - социальные, педагогические, психологические.

Социальные технологии направлены на обеспечение условий эффективной социальной адаптации обучающихся и воспитанников образовательных учреждений, а также формирование и развитие в обществе ценностных ориентиров и нормативных представлений, которые могут выступать в качестве альтернативы ценностям и нормам субкультуры, пропагандирующей использование ПАВ.

Социальные технологии реализуют следующие направления воздействия:

Информационно-просветительское направление (антинаркотическая, антиалкогольная и антитабачная реклама, реклама здорового образа жизни в СМИ, телевизионные и радиопрограммы, посвященные проблеме профилактики; профилирующие Интернет-ресурсы);

Социально-поддерживающее направление (деятельность социальных служб, обеспечивающих помощь и поддержку группам несовершеннолетних с высоким риском вовлечения их в употребление ПАВ; детям и подросткам, испытывающим трудности социальной адаптации).

Организационно-досуговое направление (деятельность образовательных и социальных служб, обеспечивающих вовлечение несовершеннолетних в содержательные виды досуга: клубы по интересам, спортивная деятельность, общественные движения).

Педагогические технологии профилактики направлены на формирование у адресных групп профилактики (прежде всего, у обучающихся, воспитанников) представлений, норм поведения, оценок, снижающих риск приобщения к ПАВ, а также на развитие личностных ресурсов, обеспечивающих эффективную социальную адаптацию.

Педагогические технологии: беседы, лекции, тренинги, ролевые игры, проектная деятельность и т.д. Они служат основой для разработки профилактических обучающих программ, обеспечивающих специальное целенаправленное системное воздействие на адресные группы профилактики.

Психологические технологии профилактики направлены на коррекцию определенных психологических особенностей у обучающихся, воспитанников, затрудняющих их социальную адаптацию и повышающих риск вовлечения в систематическое употребление ПАВ. Целью психологического компонента программной профилактической деятельности в школе также является развитие психологических и личностных свойств субъектов образовательной среды, препятствующих формированию зависимости от ПАВ; формирование психологических и социальных навыков, необходимых для здорового образа жизни; создание благоприятного доверительного климата в коллективе и условий для успешной психологической адаптации.

Педагогическая профилактика как основной структурный и содержательный компонент системы профилактики. Реализация педагогической профилактики осуществляется за счет формирования у обучающихся и воспитанников негативного отношения ко всем формам употребления ПАВ как опасного для здоровья и социального статуса поведения, а также посредством формирования у них универсальных знаний, умений и навыков, обеспечивающих возможность реализовывать свои потребности социально значимыми способами с учетом личностных ресурсов.

Основные направления педагогической профилактики:

- непосредственное педагогическое воздействие на несовершеннолетних и молодежь с целью формирования у них желаемых свойств и качеств;
- создание благоприятных условий для эффективной социальной адаптации. Для реализации педагогической профилактики используются разнообразные превентивные технологии и формы организации воздействия на адресные группы.

К ним относятся:

- интеграция профилактического содержания в базовые учебные программы,
- воспитательная внеурочная работа (тренинговые занятия, ролевые игры, дискуссии, индивидуальная работа с обучающимися),
- разработка и внедрение образовательных программ для родителей (законных представителей).

**Реализация программ внеурочной деятельности предусматривает:**

- внедрение программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, предусматривают разные формы организации занятий, в частности «Расти здоровым»;
- интеграцию в базовые образовательные дисциплины;
- проведение дней здоровья;
- проведение акций за здоровый образ жизни;
- проведение досуговых мероприятий: конкурсов, праздников, викторин, экскурсий и т. п.;
- организацию годовой школьной спартакиады в рамках деятельности школьного спортивного клуба.

**Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма**

**Задачи:** воспитать из сегодняшних школьников грамотных и дисциплинированных участников дорожного движения; воспитывать культуру поведения на дорогах.

Достижение положительных и долгосрочных эффектов в организации профилактики детского дорожно-транспортного травматизма возможно на основе комплексного подхода в решении вопросов детской безопасности на дорогах и профилактики травматизма. Такой подход включает в себя учебную и внеурочную деятельность, работу с родителями, информационное и материально-техническое обеспечение и контроль со стороны администрации

Учебный процесс:

- проведение занятий и бесед с обучающимися в рамках программы учебных предметов «Окружающий мир», «Литературное чтение», «Изобразительное искусство», «Технология»

- изучение Правил дорожного движения по программе «Безопасность дорожного движения»;

- проведение учебных экскурсий;

- показ учебных видеофильмов, кинофрагментов, использование учебных компьютерных программ.

Внеурочная деятельность

- проведение тематических классных часов;

- беседы инспекторов ГИБДД с обучающимися;

- участие в мероприятиях по Правилам дорожного движения, проводимых на районном и региональном уровне;

- участие в мероприятиях по безопасности дорожного движения, проводимых в рамках Всероссийской операции "Внимание - дети!"

- обсуждение с обучающимися конкретных примеров дорожно-транспортных происшествий с участием несовершеннолетних, произошедших на территории района или области;

- проведение бесед с обучающимися-нарушителями Правил дорожного движения;

- ведение журнала проведения инструктажей перед выходами в общественные места;

- создание и работа отряда юных инспекторов движения (при наличии возможностей).

Информационное и материально-техническое обеспечение

- оформление и размещение стендов по безопасности дорожного движения, план-схемы безопасного подхода к образовательному учреждению, уголков по безопасности дорожного движения в начальной школе;

- наличие индивидуальных схем у обучающихся начальной школы;

- инструктаж учителей, классных руководителей на методических объединениях, совещаниях классных руководителей, педагогических советах.

Работа с родителями

- обсуждение вопросов безопасности дорожного движения на родительских собраниях;

- обсуждение вопросов по профилактике и предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма на заседаниях родительского комитета;

- проведение бесед с родителями по сообщениям о дорожно-транспортных происшествиях с участием детей и подростков и нарушений правил дорожного движения несовершеннолетними.

Контроль со стороны администрации

- проверка правильности и систематичности заполнения журналов;

- обсуждение вопросов по профилактике и предупреждению детского дорожно-транспортного травматизма на совещаниях при директоре, педагогических советах и т.п.;

- посещение учебных занятий и внеклассных мероприятий представителями администрации образовательного учреждения, ответственных за организацию работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

**Просветительская работа с родителями (законными представителями) по вопросам формирования здорового и безопасного образа жизни включает:**

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

- приобретение для педагогов, специалистов 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.

Тематические вопросы родительских собраний по укреплению здоровья школьников:

1. «Здоровье ребенка в руках взрослых».
2. «На контроле здоровье детей».
3. «Вопросы, которые нас волнуют».
4. «Физическое развитие школьника и пути его совершенствования».
5. «Молоко - источник здоровья». б
- . «Питание — основа жизни» и др.

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

- внедрение в систему работы программ внеурочной деятельности, 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, профилактики вредных привычек;

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

**Управление реализацией программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни заключается** в организации психолого-медико-педагогического сопровождения и осуществляется через:

-мониторинг здоровья субъектов образовательного процесса;

-мониторинг морально-психологического климата в коллективах;

-мониторинг родительской грамотности по здоровью;

-коррекционную работу (занятия, тренинги, консультации);

-противоэпидемиологическую и профилактическую работу медицинских работников;

-обучение гигиеническим навыкам;

-диспансерное наблюдение по разным группам обучающихся, профилактические прививки работникам образовательного учреждения и обучающимся.

-ежегодные профосмотры работников и диспансеризацию.



- оказание социальной поддержки детям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации, через работу структурных подразделений медико-психолого-педагогической и социальной служб, Совета профилактики.

Медицинское и психолого-педагогическое сопровождение осуществляется на основе:  
– договора о сотрудничестве с ГБУЗ ЛО «Лужская МБ».

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

Критерий	Показатели	Методика и инструментарий
1. Наличие желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью)	Положительная динамика результативности по данному вопросу.	Анкетирование. Результаты медицинских осмотров
2. Установка на правильное (здоровое) питание.	Положительная динамика результативности по данному вопросу	Наблюдение за питанием в школе. Положительная динамика охвата обучающихся горячим питанием
3. Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом.	Положительная динамика результативности анкетирования по данному вопросу. Положительная динамика числа занимающихся в спортивных кружках и секциях	Анкетирование, наблюдение. Анализ внеурочной деятельности. Анализ результативности спортивных соревнований различных уровней
4. Значение негативных факторов риска здоровью школьников (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания).	Положительная динамика результативности по данному вопросу	Анкетирование. Увеличение количества участников акций, мероприятий по данной тематике.
5. Формирование навыков эмоциональной разгрузки, позитивного коммуникативного общения.	Отрицательная динамика конфликтных ситуаций, обращений к психологам по депрессивно-стрессовым ситуациям	Наблюдение. Тестирование
6. Формирование экологической культуры	Устойчивое положительное отношение к природе, человеку, окружающему миру	Наблюдение Анкетирование

Анкетирование проводится по критериям 6, 3 проводится на уровне конца 1 и 4 класса, проводится сравнительный анализ, принимаются управленческие решения.

По критериям 1-3 результаты сравниваются по итогам учебного года на основании статических данных и данных медосмотров.

По остальным направлениям в зависимости от конкретной задачи и необходимости могут проводиться анкетирование и тестирования в разных классах.

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

Основные направления деятельности	Уровень сформированности компетенций	Критерии оценки уровней сформированности компетенций
Организация внеклассной деятельности: - факультативы, классные часы, - викторины, конкурсы, - Дни здоровья, - экскурсии, - беседы по ПДД и ППБ, - проектная работа	1 уровень (выраженный) 2 уровень (слабовыраженный) 3 уровень (невыраженный)	Активно участвует в акциях по защите природы, в экопроектах, проявляет инициативу в организации походов, викторин и других мероприятий, выполняет правила ППБ и ПДД. - Принимает участие в мероприятиях под влиянием (давлением) одноклассников, недостаточно бережлив,

		<p>может иногда нарушать правила ППБ и ПДД. - Расточителен, причиняет ущерб природе, равнодушен к делам класса, нарушает</p>
<p>Организация физкультурно-оздоровительной работы: - соревнования, - классные часы, - викторины, конкурсы, - динамические паузы, - весёлые перемены</p>	<p>1 уровень (выраженный) 2 уровень (слабовыраженный) 3 уровень (невывраженный)</p>	<p>- 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. - 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. - 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</p>

<p>Диагностика и мониторинг состояния здоровья учащихся и учителей</p>	<p>Ежегодные углубленные медосмотры, осмотр специалистами, анализ состояния здоровья учащихся. Отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся, воспитанников (общего показателя здоровья; показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата; травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожно-транспортного травматизма; показателя количества пропусков занятий по болезни; эффективности оздоровления часто болеющих обучающихся, воспитанников). Диагностика развития обучающихся: регулятивных, личностных, коммуникативных, познавательных качеств личности. Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни у обучающихся, воспитанников. Включение в ежегодный отчет образовательного учреждения, доступный широкой общественности, обобщенных данных о сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся, воспитанников. Наличие инструментария мониторинга здоровья и физического развития обучающихся, воспитанников образовательного учреждения; Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, воспитанников, родителей (законных представителей), педагогических и научнопедагогических работников образовательного учреждения, социальных партнеров образовательного учреждения комплексностью и системностью работы образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья; а также на предмет наличия благоприятного мнения об образовательном учреждении</p>
<p>Коррекция состояния здоровья учащихся</p>	<p>Приобретение физиотерапевтических приборов для мед.кабинета, витаминизация рациона питания и т.д. Наличие изолятора.</p>
<p>Поддержка санитарногигиенического режима, профилактика травматизма</p>	<p>Постоянный контроль за выполнением санитарных норм и предписаний органов надзора и контроля. Своевременный ремонт здания и оборудования. Внедрение режима проветривания. Световой и тепловой режим ОУ.</p>
<p>Усиление двигательного режима</p>	<p>Проведение физкультминуток (2-3 и более при необходимости за урок) Увеличение количества уроков физкультуры до 3-х раз в неделю. Оборудование дополнительного гимнастического зала (имеется), тренажерного зала (в перспективе). Приобретение спортивного инвентаря. Организация для детей занятий по корректирующей гимнастике, ОФП. Проведение ежедневной утренней гимнастики. Организация подвижных перемен. Организация спортивных часов. Проведение спортивных праздников, Дней здоровья. Организация</p>

	работы со специальной медицинской группой классов коррекционно-развивающего обучения, проведение ЛФК
Валеологическое психологическое сопровождение учебного процесса.	Снятие стрессовых ситуаций. Проведение тренингов для учителей. Психологическое сопровождение учащихся «группы риска». Методические рекомендации учителю, родителям по работе с детьми группы риска. Разработка МОУ «СОШ № 4» совместно с МДОУ № 4, 7 рекомендаций по преемственности «Формирование коммуникативных компетенций уч-ся». «Орфографический режим», «Адаптация обучающихся, поступающих в 1 класс», Эффективное использование кабинета психолога
Здоровьесберегающая деятельность	Диспансеризация учащихся 1, 4 классов. Оценка состояния здоровья детей, выявление детей группы риска, длительно и часто болеющих, находящихся на диспансерном учете. Разделение детей по группам на основании медицинских карт и консультации врача. Определение состояния зрения учащихся. Проведение витаминотерапии. Проведение гимнастики для глаз. Работа кабинета психологической разгрузки Организация групп корригирующей гимнастики. Оздоровление и закаливание детей в летний период в пришкольном лагере «Цветочный город» Организация горячего питания (2-3 разового)
Анализ динамики текущих и хронических заболеваний	Мониторинг результатов по данным медосмотра Разработка мероприятий по уменьшению количества текущих и хронических заболеваний

№ п/п	План действий	Ответственные	Полезный эффект
1	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	Зам. директора по безопасности	Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни у обучающихся
2	Отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся, (общего показателя здоровья; показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата; травматизма в образовательном учреждении, в том числе дорожнотранспортного травматизма; показателя количества пропусков занятий по болезни; эффективности оздоровления часто болеющих обучающихся)	Зам. директора по безопасности, мед.работник	Наличие механизмов (диагностики) для планирования целенаправленной деятельности по вопросам КЗ и БОЖ
3	Включение в ежегодный отчет образовательного учреждения, доступный широкой общественности, обобщенных данных о сформированности культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся	Директор, члены администрации	Открытость деятельности ОУ, в т.ч. в вопросах формирования КЗ и БОЖ
4	Мониторинг здоровья и физического развития обучающихся	Зам. директора по безопасности, мед.работник	Наличие Инструментария работы
5	Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, родителей (законных представителей), педагогических и научнопедагогических работников образовательного учреждения, социальных партнеров образовательного учреждения комплексностью и системностью работы образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья; а также на предмет наличия благоприятного мнения об	Зам. директора по безопасности	Открытость деятельности ОУ, в т.ч. в вопросах формирования КЗ и БОЖ; компетентный подход к вопросу формирования ЭКЗ и БОЖ высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в муниципальной или региональной системе

	образовательном учреждении	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).
--	----------------------------	--

#### **Требования к уровню подготовки выпускников начальной школы.**

Считаем, что результаты реализации Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 4» целесообразно формулировать в деятельностной форме.

Учащиеся должны научиться:

описывать простейшие экологические причинно-следственные: связи в окружающем мире, анализировать их, объяснять:

называть экологические проблемы в жизни природы и человека; опасности для окружающей среды и здоровья человека: способы их предотвращения; правила экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; правила научной организации учебного труда;

объяснять смысл закона экологии «Все связано со всем»; связи здоровья природы со здоровьем человека, его умением учиться и экологической грамотностью; как следует заботиться о здоровье человека и здоровье природы: правила сохранения зрения, слуха, обоняния; роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешности учебного труда;

опасность для здоровья и учебы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний;

приводить примеры связей здоровья человека и здоровья природы, здоровья природы и поведения человека; разнообразия окружающего мира - природного, мира людей, рукотворного мира: цепочек экологических связей; экологически предосторожного поведения в окружающей среде; основам здоровьесберегающей учебной культуре; здоровьесозидающему режиму дня, двигательной активности, здоровому питанию; противостоянию вредным привычкам; необходимости экономии в быту, предвидения последствий своего поведения для природы и человека; следования законам природы;

формулировать своими словами, что такое «экологическая культура», «биологическое разнообразие»; «экология», «здоровый образ жизни», «безопасность»;

разыгрывать экологически проблемные ситуации с обращением за помощью к врачу, специалистам, взрослому;

планировать и организовывать экологически направленную деятельность в окружающей среде по образцу (инструкции); планировать безопасное поведение в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях, типичных для места проживания;

рефлексировать результаты своих действий для здоровья человека, состояния окружающей среды (как получилось сделать, что и как следует исправить);

оценивать результаты по заранее определенному критерию:

делать выводы о том, в чем причины экологических проблем; какие качества в себе надо воспитывать, чтобы сохранить здоровье свое, окружающих людей, природы, как поступать стыдно;

рассуждать о взаимосвязях здоровья человека и здоровья природы, если.... то...;

о правилах экологически безопасного поведения в окружающей среде, индивидуальных особенностях здоровьесберегающего поведения в ситуациях учебы, общения, повседневной жизни;

высказывать свое отношение к проблемам в области экологии, здоровья и безопасности;

организовывать здоровьесберегающие условия учебы и общения, выбирать адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;

самостоятельно выполнять домашние задания с использованием индивидуально эффективных, здоровьесберегающих приемов.

#### **Портрет выпускника МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 4»**

Умение	Качество	Компетенция
Выполнять требования учителя, проявлять интерес к учебе	Активность, прилежание, дисциплинированность, свободное владение приемами организации своего учебного труда, самообучения, основами компьютерной грамотности;	Прочные знания образовательной программы начального общего образования и успешность обучения в основной школе, способность к творческой самореализации
Выполнять правила обучающегося  Умение действовать в соответствии со своими убеждениями в современных условиях	Адаптивность, сознательная нравственная позиция, наделённость чувством собственного достоинства – основой верного образа действий, здоровой гражданственности, творческого правопорядка; знакомый с лучшими образцами отечественной и мировой культуры, способный жить по законам красоты	Социальная: способность полноценно жить и способность нравственно жить в обществе
Говорить и слушать	Коммуникабельность, владение основами грамотной и выразительной устной и письменной речи	Коммуникативная
Соблюдать режим и правила личной гигиены	Чистоплотность, готовность к сохранению своего здоровья и здоровья окружающих, социализации в обществе.	Психологическая: мотивация к всестороннему познанию, стремление самостоятельно добывать знания