***ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ***

***Пояснительная записка***

**Цель программы:**

- реализация всех возможностей школы для формирования психически
здорового, социально-адаптированного, физически развитого человека,
обладающего ценностным отношением к своему здоровью, имеющего
привычку к активному образу жизни и регулярным занятиям физической
культурой.

**Задачи программы:**

-пропаганда позитивного опыта сотрудничества родителей и школы в области формирования здорового образа жизни;

-снижение заболеваемости за счет своевременной диагностики и коррекции отклонений в состоянии здоровья;

-выявление школьных трудностей, их анализ на основе закономерности развития ребёнка и поиск путей их преодоления;

-формирование мотивации к здоровому образу жизни;

-организация спортивно-оздоровительной работы;

-повышение квалификации педагогов по вопросу сохранения здоровья детей и формирования здорового образа жизни;

-внедрение современных здоровьесберегающих технологий;

- проведение комплексных мероприятий по формированию практических
навыков здорового образа жизни.

Современный уровень культуры безопасности жизнедеятельности начинает формироваться при изучении курса «Окружающий мир», других базовых предметов начальной школы, а также во внеурочное время в кружках и факультативах, на занятиях в группах продленного дня.

Ожидается, что в результате освоения данного материала выпускники гимназии будут *знать:*

* правила перехода дороги, перекрестка;
* правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным и авиационным транспортом, обязанности пассажира;

- особенности жизнеобеспечения дома (квартиры) и основные причины,
которые могут привести к возникновению опасной ситуации;

- характеристики водоемов в местах своего проживания, их состояние в различное время года;

* способы и средства спасания утопающих, основные спасательные средства;
* правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема;
* меры пожарной безопасности при разведении костра;
* правила личной безопасности в различных криминогенных ситуациях, которые могут возникнуть дома, на улице, в общественном месте;
* наиболее характерные для региона проживания чрезвычайные ситуации, причины их возникновения и последствия;
* систему обеспечения безопасности жизнедеятельности населения в местах проживания;
* опасные погодные явления, наиболее характерные для региона проживания;

места с неблагоприятной экологической обстановкой в районе проживания и правила безопасного поведения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой;

- основные термины и понятия, относящиеся к здоровью и здоровому
образу жизни;

*помнить:*

* основные правила безопасности при использовании электроприборов и других бытовых приборов, бытового газа, а также препаратов бытовой химии;
* рекомендации по соблюдению мер безопасности при купании, отдыхе у водоемов;

- порядок и правила вызова милиции, «скорой помощи», пожарной
охраны;

*обладать навыками:*

*-* по организации безопасной переправы через небольшую водную преграду (ручей, овраг, канава);

- завязывать 1-2 вида узлов;

* разводить и гасить костер;
* ориентирования на местности;
* действовать в неблагоприятных погодных условиях, в том числе в лесу, в поле, у водоема;
* действовать в условиях возникновения чрезвычайной ситуации в регионе проживания;
* по оказанию первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечении из носа, попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при отравлении пищевыми продуктами.

У учащихся будут сформированы индивидуальные навыки здорового образа жизни, а также убеждения о пагубном влиянии вредных привычек на личное здоровье.

Поскольку в начальной школе один преподаватель ведет занятия по большинству предметов, то умения, относящиеся к культуре безопасности жизнедеятельности, ученики могут осваивать как на занятиях по интегративному курсу «Окружающий мир», так и на уроках, факультативах и в кружках по любым другим предметам (прежде всего практической направленности: физкультура, технология) при выполнении отдельных видов заданий.

*К ним. относятся:*

 - задания, требующие поиска дополнительных сведений в справочниках, энциклопедиях, учебниках и прочих изданиях, в том числе по другим предметам;

* задания, при выполнении которых в конкретных ситуациях ученик должен делать самостоятельные выводы на основе сообщаемых сведений;
* игровые задания, при выполнении которых происходит взаимодействие ученика с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыка коллективной работы на достижение положительного результата;
* ролевые игры, в которых происходит взаимодействие ученика с двумя или более учащимися, формирование и отработка навыков безопасности в повседневной жизни, чрезвычайных и экстремальных ситуациях;

- задания, требующие самостоятельного выбора способа организации
получаемой

информации, определения последовательности действий, относительного

расположения

объектов;

* задания, предполагающие выполнение самостоятельных действий с техникой для приема или передачи информации об экстремальных ситуациях: безопасный разговор по телефону с незнакомым человеком, вызов службы спасения МЧС, «скорой помощи» и т. д.;
* задания, предполагающие выполнение самостоятельных действий после оповещения населения о чрезвычайных ситуациях (сообщения по радио, телевидению и т. д.).

Кроме того, умения, относящиеся к культуре безопасности жизнедеятельности, формируются целевым образом на уроках по базовым дисциплинам и во внеурочной деятельности. Представленный ниже материал составлен на основе примерных программ по базовым дисциплинам, а также по материалам кружков и факультативов.

*Русский язык*

Соблюдение правил речевого общения в школе, в классе, со взрослыми, с детьми. Слушание ответа одноклассников, высказывание своей точки зрения, комментирование ситуации, выражение согласия или несогласия с мнением одноклассников и учителя, способность задавать разные вопросы: на уточнение информации, на понимание услышанного.

Упражнение в выборе языковых средств, соответствующих цели и условиям общения. Накопление опыта уместного использования средств устного общения в разных речевых ситуациях, во время монолога и диалога.

Оценка и взаимооценка правильности выбора языковых и неязыковых средств устного общения на уроке, в школе, в быту, с незнакомыми людьми разного возраста.

Составление рассказа по теме или по сюжетным картинкам индивидуально, в паре или в группе.

Понимание и сравнивание текстов (например, оповещения населения), написанных разным стилем.

Составление списков (учеников класса, группы, необходимых предметов). Применение знания алфавита при пользовании каталогами (справочниками, словарями) для поиска необходимых сведений по заданной преподавателем тематике.

*Литературное чтение*

Выбор книги в библиотеке (по рекомендованному учителем списку); чтение и пересказ литературных произведений, иллюстрирующих безопасное поведение людей в экстремальных ситуациях. Создание (устно) текста (небольшого рассказа-пояснения, отзыва) по заданной учителем тематике и с учетом особенностей слушателей.

*Окружающий мир*

Проведение наблюдений явлений природы (на примере своей местности). Наблюдение простейших опытов по изучению свойств воздуха. Наблюдение погоды и описание ее состояния. Измерение температуры воздуха, воды с помощью термометра. Наблюдение простейших опытов по изучению свойств воды. Наблюдение простейших опытов по изучению свойств полезных ископаемых. Измерение температуры тела человека. Измерение веса и роста человека.

Экскурсия в краеведческий музей (ознакомление с природой родного края). Экскурсия по школе (учимся находить класс, свое место в классе и т. п.). Экскурсия по своему району или городу (путь домой). Экскурсия по своему району или городу (безопасное поведение на дороге). Экскурсии в краеведческий музей с целью ознакомления с прошлым и настоящим родного края (при наличии условий), к местам исторических событий и памятникам истории и культуры родного региона. Экскурсия на одно из подразделений службы спасения МЧС с целью ознакомления с трудом спасателей.

Беседы с родителями, старшими родственниками, местными жителями о семье, домашнем хозяйстве, профессиях членов семьи, занятиях людей в родном городе (селе). Сбор материала на основании бесед с родными о праздничных днях России и родного города. Беседы учеников с родными о поколениях в семье, родословной семьи. Беседы со старшими членами семьи, земляками о прошлом родного края, известных людях, об обычаях, праздниках народов, населяющих край. Беседа - актуализация сведений, полученных

учеником из источников массовой информации о родной стране, героях -защитниках Отечества, патриотизме.

Подготовка небольших рассказов по иллюстрациям учебника, описание (реконструкция) важнейших изученных событий из истории Отечества.

Различение предметов и выделение их признаков. Сравнение и различение разных групп живых организмов по признакам. Группировка по названиям известных дикорастущих и культурных растений, диких и домашних животных (на примере своей местности).

Сравнение и различение природных объектов и изделий (искусственных предметов). Сравнение и различение объектов живой или неживой природы. Сравнение погоды и климата. Сравнение хвойных и цветковых растений. Лекарственные растения. Съедобные и ядовитые грибы, ягоды.

Сравнение насекомых, рыб, птиц, зверей. Сравнение способов питания, размножения, обмена информацией у животных. Сравнение и различение диких и домашних животных.

Установление связи между сменой дня и ночи, времен года и движениями Земли вокруг своей оси и вокруг Солнца. Основы ориентирования на местности. Ориентир. Компас.

Изготовление (по возможности) наглядных пособий из бумаги, пластилина и других материалов - одежды, макетов памятников архитектуры и др.

*Технология. Информационные технологии*

Знакомство с правилами безопасности при работе с компьютером. Выполнение правил поведения в компьютерном классе. Знакомство с основными устройствами компьютера, компьютерными программами, рабочим столом. Работа с компьютерной мышью и клавиатурой. Включение и выключение компьютера. Запуск программы. Завершение выполнения программы. Выполнение операций с файлами и папками (каталогами).

Применение разных способов поиска информации: просмотр подобранной по теме информации, поиск с помощью файловых менеджеров, использование средств поиска в электронных изданиях, использование специальных поисковых систем. Уточнение запросов на поиск информации. Сохранение результатов поиска. Поиск изображений. Сохранение найденных изображений.

**Структура системной работы**

**по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни на**

**ступени начального общего образования МОУСОШ№3.**

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни представлена в виде пяти взаимосвязанных блоков:

 -по созданию здоровьесберегающей инфраструктуры,

-рациональной организации учебной и внеучебной деятельности обучающихся,

-эффективной организации физкультурно-оздоровительной работы, -реализации образовательной программы и просветительской работы с родителями (законными представителями)

 и должна способствовать формированию у обучающихся ценности здоровья, сохранению и укреплению у них здоровья.

1. *Здоровьесберегающая инфраструктура МОУСОШ№3 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 питания учащихся горячими завтраками;

-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 (логопеды, учителя физической культуры, психологи, медицинские работники).

Ответственность и контроль за реализацию этого блока возлагается на администрацию образовательного учреждения.

2. *Рациональная организация учебной и в внеурочной деятельности обучающихся,*

направленная на повышение эффективности учебного процесса, снижение при этом чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, включает:

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

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

-введение любых инноваций в учебный процесс только под контролем специалистов;

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

-индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования.

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности каждого педагога.

3. *Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы,* направленная на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья, *включает:*

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

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

Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, а также всех педагогов.

4. *Реализация дополнительных образовательных программ предусматривает:*

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

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

В качестве образовательной программы может быть использован:

 -учебно-методический комплект «Все цвета, кроме чёрного», который включает рабочие тетради для учащихся 2 классов («Учусь понимать себя»), 3 классов («Учусь понимать других»), 4 классов («Учусь общаться»),

-пособие для педагогов «Организация педагогической профилактики вредных привычек среди младших школьников»

-книгу для родителей.

- «Основы здорового пиатния»

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

-интеграцию в базовые образовательные дисциплины;

-проведение часов здоровья;

-факультативные занятия;

-проведение классных часов;

-занятия в кружках;

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

-организацию дней здоровья.

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

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

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

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