

государственное областное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»

Программа
формирования экологической культуры, здорового
и безопасного образа жизни обучающихся ГОБОУ ЦППК
1-4 класс

Великий Новгород
2016

Пояснительная записка

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

Нормативно-правовая база Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся ГОБОУ ЦППРК на ступени начального общего образования:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 21.07.2014).
- Новая современная модель российского образования на период до 2020 года.
- Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».
- Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (утверждён приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1598).
- Методические рекомендации по вопросам внедрения ФГОС НОО ОВЗ.
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11 марта 2016 г. № ВК-452/07 "О введении ФГОС ОВЗ".
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья".
- Национальная стратегия действий в интересах детей на 2012-2017 годы, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 года № 761.
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. N 996-р.
- Стратегия действий в интересах детей в Новгородской области на 2012-2017 годы, 01.10.2012 № 329-рз.
- Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам (утвержден приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. N 1008).
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № 03-470 от 09.07.2012г «О методических материалах».
- письмо Минобрнауки России от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».
- письмо Минобрнауки России от 29 марта 2010 г № 06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся».
- Письмо Департамента государственной политики в сфере общего образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 27.11.15 №08-2228 «О направлении методических рекомендаций по профилактике травматизма на занятиях физической культурой и спортом в общеобразовательных организациях Российской Федерации».

Программа формирования экологической культуры разработана на основе системно-деятельностного и культурно-исторического подходов, с учётом этнических, социально-экономических, природно-территориальных и иных особенностей Новгородской области.

запросов семей и других субъектов образовательного процесса и конкретизирует задачи, содержание, условия, планируемые результаты, а также форм ее реализации, взаимодействия с семьёй, учреждениями дополнительного образования и другими общественными организациями.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни вносит вклад в достижение требований к личностным результатам освоения АООП НОО обучающихся с ЗПР ГОБОУ ЦППРК: формирование представлений о мире в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий; овладение начальными навыками адаптации в окружающем мире; формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности обучающихся с ЗПР ГОБОУ ЦППРК действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

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

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, которые приводят к ухудшению здоровья обучающихся;
- чувствительность к различным воздействиям при одновременной инертности реакции на них, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, между начальным и существенным проявлением неблагоприятных сдвигов в здоровье обучающихся;
- формируемые в младшем школьном возрасте правила поведения, привычки;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у обучающихся опыта «нездоровья» (за исключением обучающихся с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием обучающимся состояния болезни главным образом как ограничения свободы;
- неспособность прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

При выборе стратегии реализации настоящей программы мы исходим из того, что формирование культуры здорового и безопасного образа жизни — необходимый и обязательный компонент здоровьесберегающей работы ГОБОУ ЦППРК, требующий создание соответствующей инфраструктуры, благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса.

Цель:

Сбережение и укрепление здоровья участников образовательного процесса, формирования основ экологической культуры через внедрение в педагогическую практику на начальной ступени образования ГОБОУ ЦППРК эффективных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих педагогических технологий, а также технологий развития экологической компетентности обучающихся начальной школы.

Задачи:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и в природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;

- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- формирование установок на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с ЗПР с учетом их возрастных, психофизических особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся;
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование у обучающегося потребности 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 умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся с целью конкретизации мы сгруппировали по трем уровням в соответствии с Программой формирования УУД:

1) в области формирования личностной культуры

- сформировать умения противостоять в пределах возможностей действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни, физического и нравственного здоровья;
- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на 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;
- научить ребенка составлять, анализировать и контролировать режим дня;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- расширять знания и навыки по экологической культуре;

2) в области формирования социальной культуры:

- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
- 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;
- сформировать основы позитивного коммуникативного общения;
- формировать умение безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

3) в области семейной культуры:

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности;
- 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.

Учитывая, что одним из компонентов формирования ценности здоровья и здорового образа жизни является просветительская работа с родителями обучающихся, в программе предусмотрены мероприятия по привлечению родителей к совместной работе по формированию у детей устойчивого навыка здорового и безопасного образа жизни.

Планируемые результаты:

К личным результатам обучающихся относятся:

- готовность и способность обучающихся к развитию (саморазвитию) в сфере здоровья и безопасности;
- сформированность мотивации к познанию путей формирования и сохранения здоровья человека;
- сформированность представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- наличие ценностно-смысловых установок на здоровый и безопасный образ жизни;
- активная позиция в отношении сохранения собственного здоровья и здоровья окружающих;
- развитие способности к преодолению трудностей, целеустремленности и настойчивости в достижении результата;
- оложительная внутренняя позиция при самостоятельном выборе стиля поведения в повседневной и экстремальной ситуации.

К межпредметным результатам относятся:

- освоенные на базе одного, нескольких или всех учебных предметов универсальные способы деятельности (познавательные, регулятивные и коммуникативные), позволяющие сохранять здоровье в процессе обучения и других видах деятельности;
- усвоенные межпредметные понятия, формирующие целостное представление о человеке, его здоровье, культуре здорового и безопасного образа жизни, нормах поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся, как фактора, способствующего развитию ребенка и достижению планируемых результатов общего образования.

К предметным результатам относятся:

- освоенный начальный опыт специфической для данного учебного предмета деятельности по получению нового знания в области экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, а также система основополагающих элементов научного знания в сфере здоровья и безопасности, лежащая в основе современной научной картины мира;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично меняющемся и развивающемся мире на основе наблюдений в природе, постановки опытов и т.д.;
- овладение основами грамотного поведения в природе и социуме, правил безопасного образа жизни;
- овладение навыками проведения наблюдений и постановки простейших опытов, использования оборудования и измерительных приборов, выполнения инструкций и правил техники безопасности;
- использование знаний о строении и функционировании организма человека для сохранения и укрепления своего здоровья.

Уровни сформированности экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

Высокий уровень: у обучающегося выражены ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих, постоянный интерес и мотивация к изучению вопросов здорового и безопасного образа жизни. Присутствует динамичная система знаний по вопросам здоровья и безопасности, экологической культуре, логически взаимосвязанная с системами социальных, психологических и гуманитарных знаний. Сформирован комплекс умений и навыков высокопродуктивной деятельности и самоконтроля в сфере формирования здорового и безопасного образа жизни. Обучающийся проявляет инициативу и принимает активное участие в здоровьесберегающем образовательном процессе, способен к продуктивной творческой, поисковой, проектной деятельности по данному направлению.

Средний уровень: позволяет обучающемуся выполнять большинство стандартных требований в сфере здоровьесбережения, экологической культуры и безопасности в образовательном процессе. Ценности здорового и безопасного образа жизни сформированы наряду с ценностями другого порядка, ответственное отношение к сохранению собственного здоровья и жизни, здоровья и жизни окружающих проявляется не всегда. Мотивация к деятельности в области здоровьесбережения и безопасности носит чаще прагматический характер. Отмечается преобладание периодического интереса к проблемам здорового и безопасного образа жизни, владение знаниями, умениями и навыками сохранения здоровья и безопасности, среднепродуктивная деятельность по данному направлению.

Низкий уровень характеризуется преимущественно начальной степенью развития ее компонентов, преобладанием ситуативного интереса к проблемам здорового образа жизни. Отмечаются фрагментарные, узкоприкладные знания в области здоровья, экологической культуры не развитые: самоорганизация, самоконтроль и самооценка. Обучающийся этого уровня может признавать важность проблемы формирования здорового и безопасного образа жизни, но не проявляет собственной активности в этом процессе.

Программа обеспечивает формирование **ценностных ориентиров** к здоровью и здоровому образу жизни через урочную и внеурочную деятельность, а также систему внеклассной работы с обучающимися, а именно:

- приобретение знаний о здоровье, здоровом образе жизни, возможностях человеческого организма, об основных условиях, способах укрепления здоровья;
- практическое освоение методов и форм физической культуры, здоровьесбережения, простых элементов спортивной подготовки;
- составление здоровьесберегающего режима дня и контроль его выполнения, соблюдения санитарно-гигиенических норм труда и отдыха;
- получение навыков личной гигиены, рационального использования природных факторов, экологически грамотного питания;
- получение элементарных представлений о взаимосвязи, взаимозависимости физического, психического, психологического, нравственного и социального здоровья личности;
- получение знаний о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека;
- понимание значения занятий физическими упражнениями, активного образа жизни, спорта для укрепления своего здоровья.

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.

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 удаётся достигать желаемого - он учится надежде;
- если ребёнок живёт в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся с ЗПР ГОБОУ ЦППРК реализуется по следующим направлениям:

I. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательной организации с целью реализации необходимых условий для сбережения здоровья обучающихся с ЗПР.

Задачи:

1) Оценить степень соответствия организации *режима дня детей, учебной нагрузки, питания и условий образовательной среды требованиям СанНиП;

2) оценить уровень физического развития и функциональной готовности обучающихся;

3) оценить уровень сформированности ценностной ориентации младших школьников на здоровый образ жизни (ЗОЖ);

4) оценить уровень сформированности правил гигиены и навыков физкультурно-оздоровительной деятельности;

5) определить приоритеты в работе ГОБОУ ЦППРК с учётом результатов проведённого анализа;

6) коллегиально (учителя, медицинские работники, обучающиеся, родители, социальные партнеры) выработать и согласовать цели, задачи, содержание и формы работы по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни;

7) выявить неиспользованные резервы, формировать новые образовательные задачи для достижения более высокого качества здоровьесформирующего образования;

8) корректировать здоровьесформирующий образовательный процесс в соответствии с выявленными несоответствиями и новыми задачами;

9) анализировать эффективность деятельности социально-педагогического комплекса в области организации здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

Содержание:

Здание ГОБОУ ЦППРК типовое 4-х этажное. ГОБОУ ЦППРК работает с 1965 года, за этот период ни разу не было капитального ремонта. В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья обучающихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. В 2015-16 году проведены работы по Программе «Доступная среда».

Работает столовая, позволяющая организовывать бесплатное качественное горячее питание обучающихся с ОВЗ в урочное время. Обучающиеся начальных классов питаются после первого урока (1 смена) -завтрак, после 4-го урока – обед, для организации питания предусмотрена большая перемена 20 минут.

Функционирует спортивный, тренажерный зал с раздевалками для мальчиков и девочек, оборудованными душевыми кабинами. Оснащение зала игровым и спортивным оборудованием и инвентарём составляет: баскетбольные кольца, баскетбольные мячи, волейбольные мячи, волейбольная сетка, гимнастические коврики, гимнастические маты, резиновые мячи, футбольные мячи. гантели, шведская стенка, тренажеры.

Занятия проводится в теплое время на открытом воздухе (на спортивной площадке), холодное время в зале, оборудованном всем необходимым для проведения уроков физической культуры.

Работает лицензированный медицинский кабинет: смотровой и прививочный. Проводятся ежегодные углубленные медицинские осмотры по параллелям, выполняется график профилактических прививок по возрасту. Медицинский работник школы оказывает первую помощь в случае травмирования или недомогания обучающихся и сотрудников, осматривает обучающихся на педикулез, ведет медицинские карты. На базе ГОБОУ ЦППРК ведет прием врач-психиатр.

Создана психолого-педагогическая служба сопровождения детей имеющих трудности в социальной адаптации, сниженную работоспособность, быструю утомляемость (социальный педагог, педагоги-психологи, учителя-логопеды, учитель-дефектолог). Работает ПМПк, структурное подразделение - ТПМПк.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры поддерживают высокопрофессиональные классные руководители и квалифицированный состав специалистов:

Специалисты	Квалификационные категории	Количество специалистов
педагог-психолог	первая/ без категории	1/1
Учитель физкультуры	высшая	1/2
учитель-дефектолог	высшая	1
учитель-логопед	высшая	2
Социальный педагог	высшая	1
учителя начальных классов	высшая / первая	5/4

II. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности при использовании программного материала, формирующего у обучающихся с ЗП установку на безопасный, здоровый образ жизни, предусматривающего обсуждение проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализовано с помощью предметов Учебного плана.

Система учебников «Школа России», используемая в 1-4 классах, формирует установку обучающихся на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с экологической культурой, безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом.

Умения, относящиеся к экологической культуре, безопасности жизнедеятельности, формируются целевым образом на уроках по базовым дисциплинам и во внеурочной деятельности

Типические свойства УМК «Школа России» несут в себе значительный здоровьесберегающий потенциал:

- воспитание экологической и физической культуры: осознания ценности здорового образа жизни, понимания вреда алкоголя и наркотиков, повышения осведомленности в разных областях экологической и физической культуры, развития навыков обеспечения безопасности жизнедеятельности;

- социально-нравственное воспитание: развитие чувства сострадания и сопереживания ближнему; формирование умения различать и анализировать собственные эмоциональные переживания и переживания других людей; воспитание уважения к чужому мнению; обучение правилам поведения в обществе и семье; ознакомление с

этическими нормами, их культурно-исторической обусловленностью и формирование осознанного понимания их ценности и необходимости.

Реализуется гуманистическое убеждение: обучение и развитие каждого ребенка в школе может быть успешным, если создать для них необходимые условия. Одно из основных условий - личностно-ориентированный подход к ребенку с опорой на его жизненный опыт и вариативность требований, учитывающих: уровень подготовки обучающихся к школе; общие способности к обучению; уровень доступной ребенку самоорганизации; жизненный опыт.

Обеспечены: отбор содержания, включающего систему заданий разного уровня трудности (с соблюдением меры трудности); сочетание различных методов, средств, форм обучения и контроля; возможность сочетания индивидуальной деятельности ребенка с его работой в малых группах и участием в клубной работе.

Программа предусматривает разные формы организации занятий, в том числе интеграцию в базовые образовательные дисциплины.

Основная цель изучения курса «Окружающий мир» в начальной школе – формирование исходных представлений о природных и социальных объектах и явлениях как компонентах единого мира, практико-ориентированных знаний о природе, человеке, обществе, метапредметных способов действий (личностных, познавательных, коммуникативных; регулятивных).

Предмет «Окружающий мир» способствует осмыслению личностных универсальных действий, в результате которых у выпускника начальной школы должны быть сформированы:

- ценностно-смысловая ориентация (осознание ценности природы и необходимости нести за нее ответственность; понимание необходимости соблюдать правила экологического поведения в быту и на природе; стремление к сохранению и укреплению своего здоровья);

- любовь к Родине, выраженная в интересе к ее природе, культуре, истории, вероисповеданиям, в желании участвовать в делах и событиях по охране природных и культурных памятников;

Основные содержательные линии предмета «Окружающий мир» определены ФГОС НОО для обучающихся с ОВЗ и представлены в программе тремя содержательными блоками «Человек и природа», «Человек и общество», «Правила безопасной жизни».

Окружающий мир изучает устройство человеческого организма, опасности для здоровья в поведении людей, питании, в отношении к природе, способы сбережения здоровья. 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?».

Математическое развитие младшего школьника: использование математических представлений для описания окружающей действительности в количественном и пространственном отношении; формирование способности к продолжительной умственной деятельности, основ логического мышления, пространственного воображения, математической речи и аргументации, способности различать верные и неверные высказывания, делать обоснованные выводы;

Воспитание критичности мышления, интереса к умственному труду, стремления использовать математические знания в повседневной жизни.

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.

Программа по технологии в соответствии с требованиями стандартов предусматривает решение следующих задач:

- развитие сенсорики и моторики рук, пространственного воображения, технического и логического мышления, глазомера, умений работать с различными источниками информации;

- при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.

Курс «Физическая культура» способствует укреплению здоровья, гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению; формированию первоначальных умений саморегуляции, формированию установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни.

В курсе «Английский язык» в учебниках содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к природе, к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях. Обучающиеся приобретают первоначальные представления о роли физической культуры, знакомятся с понятием «Олимпийские игры», с символами и талисманами летних и зимних Олимпийских игр.

III. Организация физкультурно-оздоровительной работы, направленной на обеспечение рациональной организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся с ЗПР, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья в различных формах (на уроках физкультуры, в секциях, при проведении динамических пауз на уроках, при проведении дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.).

Система физкультурно-оздоровительной работы в ГОБОУ ЦППРК 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. Реализация этого блока зависит от администрации образовательного учреждения, учителей физической культуры, медицинских работников, психологов, а также всех педагогов.

Задачи:

- 1) конструирование индивидуальных программ развития физических качеств в зависимости от уровня физического развития обучающегося;

- 2) анализ эффективности деятельности социально-педагогического комплекса в области организации физкультурно-оздоровительной работы.

Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, занятиях объединений дополнительного образования и т. п.);

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

- организацию физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- проведение теоретических уроков по физической культуре, смысл которых заключается в том, чтобы создать у обучающихся целостное представление о физической культуре как виде общей культуры общества, позволяющий выработать устойчивый интерес обучающихся к двигательной деятельности;
- проведение тематических дней, классных часов, бесед, родительских собраний, акций декад, месячников;
- совместные мероприятия обучающихся с родителями «Папа, мама, я – спортивная семья», «Веселые старты», лыжные прогулки, катание на санях, игры в футбол);
- пропаганду здорового образа жизни детей и подростков;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий: Осенний кросс, веселые старты, участие в военно-спортивной игре и т.п

IV. Формирование экологической культуры в процессе усвоения элементарных представлений об экокультурных ценностях, о традициях этического отношения к природе, нормах экологической этики, об экологически грамотном взаимодействии человека с природой в ходе экскурсий, прогулок, туристических походов и путешествий по родному краю; приобретения первоначального опыта участия в природоохранной деятельности (в школе и на пришкольном участке, в ходе экологических акций и т.д.); совместной экологической деятельности родителей (законных представителей), обучающихся и педагогов ГОБОУ ЦППРК, обеспечивающей расширение опыта общения с природой.

Задачи:

- 1) подробно информировать педагогов, родителей и обучающихся о современном состоянии, проблемах, перспективах и результатах здоровьесформирующего образования в ГОБОУ ЦППРК;
- 2) обеспечить рациональную организацию учебной и внеучебной деятельности, направленную на повышение эффективности учебного процесса на основе мониторинга режима дня обучающихся и организации образовательного процесса;
- 3) обеспечить межпредметную интеграцию в области рациональной организации учебной и внеучебной деятельности, освоение педагогами смежных предметных областей, создание и деятельность творческих групп учителей, непрерывное повышение квалификации;
- 4) диагностировать возможности обучающихся и учителей в сфере культуры здоровья и безопасности, выявление информационных потребностей школьников в вопросах рациональной организации учебной и внеучебной деятельности;
- 5) анализировать эффективность социально-педагогического комплекса в области организации условий рациональной организации учебной и внеучебной деятельности

Содержание.

Организация образовательного процесса в ГОБОУ ЦППРК строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в объединениях). Проводятся тематические педагогические советы, данные вопросы рассматриваются на административных и методических советах, вырабатываются единые валеологические требования.

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

Используемый учителями УМК 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.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности индивидуальные особенности развития обучающихся: темпа развития и темп деятельности. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов педагоги используют 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.

Применяются здоровьесберегающие технологии в учебном процессе (дифференцированное обучение, проектное обучение, развивающее обучение, модульное обучение, игровые технологии).

Реализация этого блока создает условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повышает эффективность учебного процесса, предотвращая при этом чрезмерное функциональное напряжение и переутомление:

Оптимальный годовой календарный учебный график, позволяющий равномерно чередовать учебную деятельность и отдых первоклассников (обучение только в первую смену, продолжительность уроков не более 35 минут, пятидневная учебная неделя, дополнительные каникулы).

Нами организованы в режиме дня школы:

1) Гимнастика до занятий.

Общее руководство проведением гимнастики осуществляет дежурный учитель. Для проведения гимнастики в школе используется коридор. Обучающиеся занимаются в течение 10 минут. Проводят занятия учителя начальных классов, физорг класса (дежурный). Основной материал гимнастики – общеразвивающие упражнения без предметов.

2) Подвижная (динамическая) перемена (20 минут).

Подвижные перемены имеют большое оздоровительное значение в режиме дня обучающихся и предполагают проведение подвижных игр на большой перемене. Игры – хороший отдых между уроками, они снимают чувство усталости, тонизируют нервную систему, улучшают эмоциональное состояние и повышают работоспособность. Как правило, игры и развлечения несложные. Используются такие игры, правила которых разрешают детям, не нарушая хода, вступать в игру и выходить из неё.

3) Физкультминутки, или упражнения – энергизаторы.

Это проведение здоровьесберегающих минуток на уроках общеобразовательного цикла. Обучающимся необходимы двигательные минутки на уроке, которые позволят им размять своё тело, передохнуть и расслабиться. Энергизаторы

хороши тем, что предполагают активность разных анализаторов и актуализируют разные способности детей. В результате использование энергизатора восстанавливается энергия класса, внимание снова привлекается к учителю, дети, получившие улучшение психо-эмоционального состояния, снова чувствуют себя включённым в работу.

Соблюдаются все требования к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств. ВГОБОУ ЦППРК имеется современный компьютерный класс с доступом в Интернет, кабинеты учителей начальных классов обеспечены техническими средствами.

V. Просветительская работа с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья обучающихся направлена на повышение уровня их знаний, привлечения родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований, ведения Дневников здоровья с обучающимися с ЗПР, прошедшими саногенетический мониторинг и получивших рекомендации по коррекции различных параметров здоровья.

Задачи:

1) актуализировать способности, обеспечивающие информационное взаимодействие по вопросам формирования культуры здорового и безопасного образа жизни как учителей и медицинских работников со школьниками и родителями, так и внутри школьного коллектива;

2) обучить педагогов и родителей организационным, методическим и дидактическим основам внедрения требований к результатам освоения основных общеобразовательных программ с позиции формирования у обучающихся культуры здорового и безопасного образа жизни и соответствующих поведенческих стереотипов;

3) ознакомить педагогов и родителей со структурой и алгоритмом создания индивидуальных систем здоровьесформирующей деятельности обучающихся;

4) обучить педагогов и родителей проведению анализа эффективности индивидуальной здоровьесформирующей деятельности обучающихся.

Складывающаяся система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- изучение условий жизни ребенка в семье, собеседование с родителями накануне учебного года (классные руководители составляют социальный паспорт класса); при необходимости рейды в семьи.

- коллективные и индивидуальные консультации для родителей;

- проведение родительских собраний, родительского лектория соответствующих лекций, семинаров, круглых столов (тематика по проблемам сохранения здоровья детей с участием работников ГОБОУ ЦППРК, с приглашением специалистов по здоровьесохранению; разработка анкет (сбор информации о формах организации здоровьесберегающего семейного досуга) ;

- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований, занятий по профилактике вредных привычек;

- создание библиотеки детского здоровья, доступной для родителей и т.п.

- выпуски школьной газеты, организации выставок методической литературы для родителей по вопросам здоровьесбережения ;

- разработка соответствующей страницы школьного сайта.

Родительский лекторий тематический блок «Школа здоровья»

1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
<p>* Физиология и психология младшего школьника.</p> <p>* Трудности адаптации первоклассников к школе.</p> <p>Здоровье и личная гигиена.</p> <p>Компьютер и здоровье.</p> <p>Предупреждение детских неврозов</p> <p>*</p>	<p>Влияние режима дня на здоровье ребёнка.</p> <p>Учите детей быть здоровыми.</p> <p>Причины и последствия детской агрессивности.</p>	<p>Физическое воспитание в семье.</p> <p>Внутрисемейные отношения и эмоциональное состояние ребёнка.</p> <p>Активный отдых младших школьников.</p> <p>*</p>	<p>Безопасность на каждый день.</p> <p>Физиологические и психологические особенности детей 10-11 лет.</p> <p>Разговор на трудную тему (профилактика вредных привычек).</p>

Совместные мероприятия

- Спортивный праздник «Мама, папа, я – спортивная семья»
- туристические походы
- Соревнования «Весёлые старты»
- Семейный Фестиваль. Праздник День Матери, День Семьи.

Выпуск памяток для родителей

- Как проводить оздоровительные минутки при выполнении домашних заданий.
- Как сделать зарядку любимой привычкой ребёнка.
- Что делать родителям, чтобы помочь ребёнку не попасть в беду.
- Как сформировать у детей правильное отношение к своему здоровью.
- Организация безопасного взаимодействия ребёнка с компьютером.
- Упражнения для тренировки зрения.
- Упражнения для коррекции плоскостопия.
- Упражнения для красивой осанки.
- Упражнения для глаз при работе с компьютером.
- Схема режима дня младших школьников.
- Правила поведения детей перед сном.

Встречи, консультации со специалистами, медицинскими работниками.

Выставки литературы.

Просмотр и обсуждение тематических фильмов

Модель организации работы школы по формированию обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Модель организации работы по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся на ступени начального общего образования разработана на основе анализа имеющейся образовательной среды и учитывает сложившиеся традиции ГОБОУ ЦППРК в воспитании у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью и и называется «**Экология, здоровье, безопасность жизни**».

При выборе типа модели нами была учтена выстроенная структура здоровьесберегающей среды, обеспечивающая эффективную работу педагогического коллектива, Советов родителей и взаимодействия с социумом.

Данная модель соответствует методологии системно-деятельностного подхода. В рамках этой общей модели используются следующие организационные модели:

- организационная модель физкультурно-спортивной работы;
- модель организации работы по формированию экологически-сообразного поведения;
- модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике употребления психоактивных веществ;
- модель организации работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

Данные модели предусматривают систему управления работой, функционал отдельных её звеньев, их взаимодействие, сочетание малых и больших, индивидуальных и массовых форм работы, связи с родительской общественностью, дополнительным образованием, мониторинг результатов; обновление содержания, методов и форм работы; может включать опытно-экспериментальную деятельность.

Организационная модель физкультурно-спортивной работы реализуется через такие формы работы, как уроки, занятия ДЮ, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, спортивные соревнования; предполагает охват обучающихся различными видами деятельности через включение их в занятия подвижными играми, баскетболом, волейболом, пионерболом, беговыми упражнениями, прыжками, метанием мяча, участие в президентском тестировании.

Модель организации работы по формированию экологически-сообразного поведения реализуется через урочную и внеурочную деятельность: урок-экскурсия, урок-путешествие, викторины, проведение недели экологии, экологические праздники, прогулки, походы, выставки. Виды деятельности: беседы, решение экологических задач, моделирование экологических ситуаций, проектная деятельность.

Модель организации работы по формированию здорового и безопасного образа жизни и профилактике психоактивных веществ на уроках реализуется через проведение физкультминуток, соблюдение режима труда и отдыха, применение здоровьесберегающих технологий, соблюдение санитарно-гигиенических требований и норм. Во внеурочной деятельности организуются подвижные игры во время перемен, дни здоровья, недели здорового образа жизни, тематические беседы, выпуск газет, организация встреч с медицинским работником, беседы с родителями о соблюдении режима дня школьников.

Организационная модель по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма реализуется через встречи с инспекторами дорожного движения, беседы, праздники, конкурс «Безопасное колесо», оформление информационных стендов, выпуск стенгазет, проведение конкурсов рисунков.

В рамках Модели проводятся:

1) анкетирование, тестирование обучающихся, родителей и учителей, мониторинговое обследование функциональной готовности (уровень физического развития и физической подготовленности) обучающихся;

2) мониторинг гигиенических условий реализации основной образовательной программы начального общего образования:

- требований к воздушно-тепловому режиму;
- требований к водоснабжению и канализации;
- требований к естественному, искусственному освещению и инсоляции;
- требований к расстановке мебели, организации учебного места и учебным доскам;
- требований к организации учебного процесса;
- требования к учебным и книжным изданиям, компьютерным средствам обучения;
- требования к организации питания;
- требований к организации медицинского обеспечения.

3) педагогические советы, советы Центра, методические совещания с социальными партнерами

4) прогнозирование и планирование вариантов дальнейшего совершенствования развития здоровьесформирующего образовательного процесса;

5) распространение накопленного опыта формирования культуры здорового и безопасного образа жизни школьников;

6) мониторинг качества формирования у педагогов и родителей культуры здорового и безопасного образа жизни;

7) дополнительное профессиональное образование в области здоровьесбережения (методические семинары, индивидуальные консультации администрации, медицинских работников, методистов, обмен опытом с другими ОУ, обучение на базе НИРО, дистанционное обучение, самообразование).

Критерии, показатели эффективности деятельности ГОБОУ ЦППРК в части формирования здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости обучающихся и т.п.

Развиваемые у обучающихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках и классных часах в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности (проведение викторин, конкурсов, праздников, фестивалей, спортивных мероприятий).

Критериями эффективности реализации программы на ступени начального общего образования является овладение обучающимися умениями:

- следовать социальным установкам экологически культурного, здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям), самостоятельно планировать его;
- сравнивать свое поведение с образцом, обращаться за помощью к взрослым, принимать её;
- оценивать соответствие мотива и результата поведения с позиции экологической культуры, взаимосвязи здоровья человека и здоровья природы.

Реализация программы позволит:

- усовершенствовать созданную в ГОБОУ ЦППРК модель развивающего, здоровьесберегающего, безопасного образовательного пространства в соответствии с требованиями ФГОС НОО для обучающихся с ОВЗ;
- улучшить качество образования на начальной ступени на основе эффективного функционирования здоровьесберегающей среды и применения здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий образования;
- снизить заболеваемость и уровень функциональных нарушений у обучающихся и педагогов;
- повысить уровень физического развития и физической подготовленности школьников;
- оптимизировать адаптационные процессы на всех этапах обучения;
- повысить успешность обучающихся в процессе обучения и овладения различными видами деятельности за счет снижения заболеваемости;
- снизить количество детей группы социального риска с девиантными формами поведения.

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

Для отслеживания достижения планируемых результатов в части экологической грамотности и формирования элементов модели здорового и безопасного образа жизни у обучающихся ГОБОУ ЦППРК используется методика и инструментарий, предусмотренный программами по отдельным учебным предметам. Мониторинг будет осуществляться педагогами и классными руководителями в форме педагогического наблюдения, анкетирования, опроса, тестирования.

Работа по формированию здорового образа жизни начинается с анкетирования обучающихся и их родителей, которое быстро выявит отношение детей к своему здоровью.

Анкета

(для выявления отношения детей к своему здоровью помогает)

- 1) Как ты считаешь, такие недомогания, как головокружение, головная боль, боли в спине, висках, ногах, усталость глаз, связаны:
 - a) с учебой в школе
 - b) большим количеством уроков и заданий?
 - c) длинной зимой?
 - d) началом какой – либо болезни, простуды

- 2) Посещаешь ли ты школу:
 - a) при насморке и головной боли
 - b) невысокой температуре
 - c) кашле и плохом самочувствии

3. При плохом самочувствии обращаешься к врачу?
А) да . Б) нет

4. Стараешься ли сидеть за партой:
А) всегда правильно Б) иногда В) сидишь как удобно

5. Режим дня ты соблюдаешь:
А) всегда Б) иногда, когда напоминают родители В) встаешь и ложишься, когда захочешь

6. Твой день начинается:
А) с зарядки Б) водных процедур В) просмотра телевизора

7. Как ты считаешь, чаще болеют:
А) полные люди Б) люди, которые едят много овощей и фруктов
В) люди, которые много двигаются и бывают на улице

8. Моешь ли ты руки перед едой?
А) да Б) нет

9. Ты чистишь зубы:
А) утром Б) утром и вечером В) всегда после еды Г) никогда

10. Ты предпочитаешь, есть каждый день:
А) бутерброды с чаем Б) чипсы и колу В) еду из «Макдоналдса»
Г) кашу и суп Д) больше фруктов и овощей

Анкета

Уважаемые родители!

Просим Вас ответить на предлагаемые вопросы. Эти сведения необходимы для **оценки состояния здоровья Вашего ребенка**, своевременного совета специалистов (психолога, медицинского работника, педагога), они будут учтены при индивидуальной организации учебной деятельности. Внимательно ознакомьтесь с содержанием анкеты и дайте ответы на вопросы. Правильность заполнения является основой для повышения заботы о состоянии здоровья школьников.

ФИО ребенка _____

Класс _____ Дата заполнения _____

1. Состоит ли Ваш ребенок на учете в диспансере?

- а) да _____ б) нет;
(указать заболевание); в) не знаю.

2. Сколько раз в год Ваш ребенок болеет?

- а) 1 раз в год; в) больше 3 раз в год;
б) 2-3 раз в год; г) не знаю.

3. Как Вы оцениваете состояние зубов Вашего ребенка?

- а) отличное; в) неудовлетворительное;
б) удовлетворительное; г) не знаю.

4. Как Вы оцениваете состояние зрения Вашего ребенка?

- а) отличное; в) неудовлетворительное;
б) удовлетворительное; г) не знаю.

5. Как Вы оцениваете состояние слуха Вашего ребенка?

- а) отличное; в) неудовлетворительное;
б) удовлетворительное; г) не знаю.

6. Имеется ли нарушение осанки у Вашего ребенка?

- а) да; б) нет; в) не знаю.

7. Имеется ли плоскостопие у Вашего ребенка?

- а) да; б) нет; в) не знаю.

8. В случае, если Ваш ребенок заболел, вы обращаетесь (возможны несколько вариантов ответов):

- а) в муниципальное учреждение (поликлинику); в) лечите самостоятельно;
б) к домашнему (частному) врачу; г) обращаетесь к народным целителям.

9. Обучаете ли Вы ребенка правилам здорового образа жизни?

- а) да; б) нет.

10. Как часто Ваш ребенок жалуется на головные боли?

- а) не жалуется; в) жалуется больше 2-х раз в неделю.
б) жалуется 1-2 раза в неделю;

11. Как часто Ваш ребенок, вернувшись со школы, жалуется на усталость?

- а) не жалуется; в) жалуется больше 2-х раз в неделю.
б) жалуется 1-2 раза в неделю;

12. Проводите ли Вы какие-либо профилактические мероприятия по предупреждению заболеваний?

- | | |
|---------------------|----------------------------|
| а) витаминотерапию; | д) массаж; |
| б) фитотерапию; | е) другие _____ (указать). |
| в) закаливание; | ж) не проводим. |
| г) йога | |

13. Сколько раз в неделю Ваш ребенок употребляет в пищу:

- | | |
|-----------------------------|--------------------------|
| - овощи: | |
| а) 1-2 раза в неделю; | в) ежедневно; |
| б) 3-4 раза в неделю; | г) затрудняюсь ответить. |
| - мясо: | |
| а) 1-2 раза в неделю; | в) ежедневно; |
| б) 3-4 раза в неделю; | г) затрудняюсь ответить. |
| - фрукты: | |
| а) 1-2 раза в неделю; | в) ежедневно; |
| б) 3-4 раза в неделю; | г) затрудняюсь ответить. |
| - макароны, мучные изделия: | |
| а) 1-2 раза в неделю; | в) ежедневно; |
| б) 3-4 раза в неделю; | г) затрудняюсь ответить. |

14. Ваш ребенок занимается физической культурой:

- | | | |
|------------------------------------|------------------------------|-----------|
| а) только в школе (3 ч. в неделю); | в) ежедневно дома, зарядкой; | г) другое |
| б) занимается в секции _____ | | |

_____ (указать вид и сколько раз в неделю); _____ (указать вид и сколько раз в неделю).

15. Какую помощь Вы хотели бы получить со стороны медика, психолога, педагогического коллектива Вашей школы? _____

СПАСИБО!

Подпись

Анкета

Цель: определение уровня сформированности экологической культуры младших школьников.

1. Что такое природа?
2. Что природа дает человеку?
3. Как вы оцениваете состояние окружающей среды в вашей местности?
4. Каким образом человек разрушает природу?
5. Какие насекомые появляются весной первыми?
6. Какие животные занесены в "Красную книгу" нашей страны?
7. Назовите охраняемые растения вашей местности.
8. Что такое фотоохота?
9. Что могут сделать дети для охраны природы?

Анкета для учащихся 3-4 классов

«Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни»

Внимательно прочитай и ответь на вопросы.

1) Представь, что ты приехал в летний лагерь. Твой лучший друг, который приехал вместе с тобой, забыл дома сумку с вещами и просит тебя помочь ему. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с самым лучшим другом:

Мыло, зубная паста, мочалка, зубная щетка шампунь тапочки, полотенце для тела

2) На дверях столовой вывесили два варианта расписания приема пищи: одно расписание – правильное, другое неправильное. Определи и отметь правильное расписание

Завтрак 8.00

Обед 13.00

Полдник 16.00

Ужин 18.00

Завтрак 9.00

Обед 15.00

Полдник 18.00

Ужин 21.00

3) Оля, Вера и Таня не могут решить, сколько раз в день нужно чистить зубы. Отметь тот ответ, который тебе кажется верным:

Оля: зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.

Вера: зубы чистят утром и вечером.

Таня: лучше чистить зубы по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.

4) Ты назначен дежурным и должен проследить за тем, как твои друзья соблюдают правила гигиены. Отметь, в каких случаях ты посоветуешь им вымыть руки:

Перед чтением книги перед едой

Перед посещением туалета, перед тем как идешь гулять

После посещения туалета после игры в баскетбол

После того как заправил постель после того как поиграл с кошкой.

5) Как часто ты посоветуешь своим друзьям принимать душ?

Каждый день, 2-3 раза в неделю, 1 раз в неделю

6) Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?

Положить палец в рот

Подставить палец под кран с холодной водой

Помазать ранку йодом

Помазать кожу вокруг ранки йодом

7) Какие из перечисленных условий ты считаешь наиболее важными для счастливой жизни? Выбери 4 из них:

- Иметь много денег
- Иметь интересных друзей
- Много знать и уметь
- Быть красивым и привлекательным
- Быть здоровым
- Иметь любимую работу
- Быть самостоятельным
- Жить в счастливой семье

8) Какие условия для сохранения здоровья ты считаешь наиболее важными? Выбери 4

- Регулярные занятия спортом
- Деньги, чтобы хорошо питаться и отдыхать
- Хороший отдых
- Знания о том, как заботиться о здоровье
- Хорошие природные условия
- Возможность лечиться у хорошего врача
- Выполнение правил ЗОЖ

9) Что из перечисленного присутствует в твоём распорядке дня? Отметь цифрами: «1»-ежедневно; «2»- несколько раз в неделю; «3»-очень редко или никогда.

- Утренняя зарядка, пробежка
- Прогулка на свежем воздухе
- Завтрак
- Сон не менее 8 часов
- Обед
- Занятия спортом
- Ужин
- Душ, ванна

10) Какие мероприятия по охране здоровья проводятся в классе? «1»-проводятся интересно; «2»-проводятся неинтересно; «3»- не проводятся:

- Уроки, обучающие здоровью
- Спортивные соревнования
- Классные часы о том, как заботиться о здоровье
- Викторины, конкурсы, игры
- Показ фильмов о том, как заботиться о здоровье
- Праздники на тему здоровья.

Тест–опросник «Строение и функции организма человека»

- 1) Как называется наука, изучающая строение тела человека?
 - a) Физиология;
 - b) Зоология;
 - c) Анатомия.
- 2) Скелет и мышцы образуют:
 - a) пищеварительную систему;
 - b) кровеносную систему;
 - c) опорно-двигательную систему.
- 3) Мышцы прикрепляются к костям при помощи:
 - a) сухожилий;
 - b) суставов;

- с) хрящей.
- 4) Главную опору нашего организма составляет:
 - а) опчик;
 - б) позвоночник;
 - с) скелет ног.
- 5) Сколь органов чувств ты знаешь?
 А) 7 Б) 6 В) 5
- 6) Соедини линиями
 - а) Глаза Орган осязания
 - б) Уши Орган вкуса
 - с) Нос Орган зрения
 - д) Кожа Орган обоняния
 - е) Язык Орган слуха
- 7) С помощью какого органа ты узнаешь, что запел соловей, залаяла собака?
 - а) Уши
 - б) Глаза
 - с) Нос
 - д) Мозг
- 8) При помощи какого органа ты отличаешь солёную пищу от горькой?
 - а) Зубы
 - б) Нос
 - с) Язык
 - д) Глаза
 - е) Губы
- 9) Кожа – это ...
 - а) наружный покров человека;
 - б) внутренний орган;
 - с) это обёртка человека
- 10) Какой орган отвечает за дыхание человека?
 - а) Сердце
 - б) Легкие
 - с) Почки
- 11) Какой орган контролирует работу твоего тела?
 - а) Печень
 - б) Сердце
 - с) Мозг
- 12) Какой орган отвечает за переваривание пищи?
 - а) Сердце
 - б) Легкие
 - с) Желудок

За каждый правильный ответ дается один балл

12-16 баллов – высокий уровень знаний о строении и функциях организма человека.

8 - 11 баллов - удовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

Ниже 8 баллов – неудовлетворительный уровень знаний о строении и функциях организма человека.

Анкета для учащихся «Умеете ли Вы учиться?»

Инструкция и содержание анкеты

Ребята! Вам предлагается самостоятельно оценить, насколько хорошо за время обучения в школе вы овладели различными учебными умениями. Для этого постарайтесь определить степень овладения каждым из перечисленных ниже умений (полностью, частично владею, не владею совсем). В последней графе укажите предметы, на которых вы приобрели заявленные умения.

	Умения	Уровни овладения		
		олно стью	асти чно	е влад ею
	Принимать или намечать учебную задачу, ее конечную цель			
	Прогнозировать результаты работы			
	Готовить рабочее место в соответствии с заданием			
	Планировать порядок выполнения задания			
	Выбирать рациональный путь выполнения задания			
	Осуществлять самоконтроль и самооценку своей работы			
	Руководить работой группы или коллектива			
	Умение высказываться устно в виде: а) пересказа; б) рассказа; в) характеристики; г) сообщения или доклада; д) рецензии или аннотации к тексту; е) оценки ответа товарища			
	Умение участвовать в учебном диалоге			
0	Умение включаться в коллективное обсуждение проблемы			
1	Работать с учебником: а) понимать и пересказывать содержание статьи учебника (после объяснения учителя); б) находить нужную информацию в учебнике (по ранее изученному материалу); в) самостоятельно проработать пункт или параграф учебника; г) выделять главное в тексте; д) умение пользоваться иллюстративным и справочным материалом учебника; е) составить план пункта или параграфа учебника; ж) представить основное содержание текста в виде тезисов; з) конспектировать текст; и) составлять вопросы по тексту			
2	Работать со справочной и дополнительной литературой			
3	Усваивать информацию со слов учителя			
4	Усваивать информацию с помощью технических средств: а) кинофильма;			

	б) аудиозаписи; д) видеофильма; в) компьютерных программ; г) других средств (укажите каких)			
--	--	--	--	--

Методика обработки анкеты

1) Уровни владения различными видами общеучебных умений оцениваются в баллах:

полностью — 2 балла;

частично — 1 балл;

не владею — 0 баллов.

2) Число баллов для ученика подсчитывается в соответствии с группами общеучебных умений:

учебно-организационные умения — ответы на вопросы 1–7;

учебно-коммуникативные умения — ответы на вопросы 8–10;

учебно-информационные умения — ответы на вопросы 11–14.

3) Результаты анкетирования вносятся в сводную ведомость по форме, представленной в таблице.

п/п	Фамилия, имя	Умения			
		Учебно- организационные (Уо)	Учебно- коммуникативные (Ук)	Учебно- информационные (Уи)	того
	Бурик М.				

4) Для каждого класса вычисляется средний балл (Уср.), который может использоваться для выявления динамики развития обучающихся в течение года или нескольких лет.

С помощью данной анкеты возможно проведение диагностики индивидуальных достижений учащихся.

Анкета

«Оценка своего здоровья учениками 4-х классов»

- 1) Пропускаешь ли ты занятия по болезни?
 - часто
 - Нет
 - иногда
- 2) Делаешь ли ты утром зарядку?
 - Да
 - нет
 - иногда
- 3) Регулярно ли ты посещаешь уроки физкультуры?
 - Да
 - Нет
 - иногда
- 4) Занимаешься на уроках физкультуры
 - С полной отдачей
 - Без желания
 - Лишь бы не ругали
- 5) Занимаешься ли ты спортом?

- Систематически
- Нет
- Не систематически
- 6) Проводятся ли на уроках физические паузы?
- Да
- Нет
- Иногда