



**Авторы-составители:**  
учителя начальных классов  
Кузьмина Н.В.,  
Потанина Е.В.  
учитель физической  
культуры  
Мерзлов А.Н.

**ПРОГРАММА**  
**формирования культуры здорового и**  
**безопасного образа жизни**  
**«ШКОЛА №1 - ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»**  
**(начальное общее образование)**  
**2011 – 2015 гг.**

**Муниципальное образовательное учреждение**  
**средняя общеобразовательная школа №1 г.Павлово**

## **Цель .**

**Создание здоровьесберегающей среды посредством формирования условий, способствующих саморазвитию и самовыражению ребенка, использования интерактивных методов обучения культуре здоровья.**

## **Задачи :**

- а) сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;**
- б) Сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, полезных продуктах;**
- в) дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач;**
- г) сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;**

## Организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

«Окружающий мир» (разделы): «Ты – первоклассник», «Ты и здоровье», «Кто ты такой», «Человек – биологическое существо», «Мы – жители Земли»

«Технология»: при первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним.

«Английский язык»: информация, направленная на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях.

«Физическая культура»: выработка установки на безопасный, здоровый образ жизни.



- Учет гигиенических норм и требований.
- Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям.
- Соблюдение требований к использованию технических средств обучения.
- Учет индивидуальных особенностей развития.

# Дополнительная образовательная деятельность.

Программа кружка *дополнительного образования детей «Уроки здоровья»* позволяет выстроить принципы и правила здоровья и здорового образа жизни, безопасного поведения в природной и социальной среде;

Программа кружка *дополнительного образования детей «Веселые старты»* особое внимание уделяет укреплению осанки и разностороннему физическому развитию;

Программа кружка *дополнительного образования детей «Играем в баскетбол»* способствует формированию у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, развитию физических и психических качеств.



# Просветительская работа с родителями обучающихся.

- Проведение тематических лекций, семинаров, круглых столов.
- Привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- Создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей
- Общешкольные родительские собрания, родительский лекторий, обзоры и выставки литературы, индивидуальные консультации по вопросам здоровья, здорового образа жизни.
- Диагностика отношения родителей к здоровому образу жизни.



**Формирование устойчивых стереотипов безопасного поведения.**

**Обучение всех участников образовательного процесса методикам самодиагностики, самооценки, самокоррекции, самоконтроля и саморазвития индивидуальных резервных возможностей организма.**

## Тематические родительские собрания

**1 класс:** Здоровье ребенка – основа успешности в обучении (проблемная лекция). Режим дня в жизни школьника (семинар-практикум).

**2 класс:** Путь к здоровью (собрание-калейдоскоп).

**3 класс:** Спортивные традиции нашей семьи (круглый стол).

**4 класс:** Как уберечь от неверного шага. (Профилактика вредных привычек).

**Ежегодно:** Итоговое собрание «Неразлучные друзья – родители и дети». Парад достижений учащихся.

## Тематические консультации для родителей

Гигиенические требования к организации домашней учебной работы. Комплекс микропауз при выполнении домашней работы. От чего зависит работоспособность младших школьников. Утомляемость младших школьников, способы предупреждения утомляемости. Профилактика близорукости. Профилактика нарушения осанки. Упражнения на развития внимания. Упражнения на развитие зрительной и слуховой памяти. Упражнения на развитие логического мышления.



## ПРЕДПОЛАГАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- стабильность показателей физического и психического здоровья детей;
- сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;
- активизация интереса детей к занятиям физической культурой;
- рост числа учащихся, занимающихся в спортивных секциях, кружках по интересам;
- высокий уровень сплочения детского коллектива;
- активное участие родителей в делах класса;
- способность выпускника начальной школы соблюдать правила здорового и безопасного образа жизни.

# **Критерии результативности.**

**Результативность программы оценивается по результатам диагностик: экспресс-диагностика показателей здоровья первоклассников; анкеты для учащихся «Значимость здоровья в системе ценностей», «Сформированность навыков личной гигиены»); анкеты для родителей «Здоровье ребенка», «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?».**



**Здоровый образ жизни** не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять своё здоровье; если мы будем личным примером демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически.

