

СОГЛАСОВАНО
Председатель Совета
школы

 **А.И.Пьянков**
“ 22 ” августа 2013 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ СОШ №1
г.Свирска
 **Л.А.Пазникова**
“ 10 ” августа 2013 г.



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА №1 г.СВИРСКА»**

**ПРОГРАММА
ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ ПЛОЩАДКИ**

**«ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ
О ФОРМИРОВАНИИ ПОНЯТИЯ ЦЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ
И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»**



г.СВИРСК, 2014г

Оглавление

1. Пояснительная записка _____	3
2. Цель программы _____	5
3. Задачи программы _____	5
4. Методические принципы в реализации программы _____	6
5. Основопологающие принципы построения программы _____	7
6. Прогнозируемая модель личности ученика _____	8
7. Ожидаемые результаты программы _____	8
8. Тематическое планирование 1 класс _____	13
9. Тематическое планирование 2 класс _____	14
10. Тематическое планирование 3 класс _____	16
11. Тематическое планирование 4 класс _____	17
12. Тематическое планирование 5-6 класс _____	19
13. Ожидаемые результаты работы педагогического лектория _____	26
14. Организация мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения _____	26
15. Литература _____	27

Пояснительная записка

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающая: формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и в природе, безопасного для человека и окружающей среды; пробуждения в детях желания заботиться о своем здоровье 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; формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая необходимые 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 ситуациях; сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

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

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

· Гигиенические требования к условиям реализации основной образовательной программы начального общего образования (2009 г.);

· Основная образовательная программа начального общего образования (2010 г.).

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

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- активно формируемые в младшем школьном возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;
- особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Время обучения в школе совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда организм наиболее чувствителен к воздействию благоприятных и неблагоприятных условий окружающей среды.

Современный ребенок проводит в школе до 70% всего активного времени. Именно в этот период интенсивно формируются и развиваются все системы организма. Любые неблагоприятные воздействия могут вызвать нарушения адаптации, которые приводят к постепенной утрате ребенком того физического и энергетического запаса прочности, которое и принято называть здоровьем.

В практике существует множество определений понятия "здоровье". Мы в своей деятельности руководствуемся определением данного понятия, предложенным ВОЗ: "Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов".

Соматический компонент включает в себя генотип, обмен веществ, уровень физического развития, тип конституции, функционирование систем организма.

Индивидуально-психический компонент включает в себя эмоционально-волевую и интеллектуальную сферы личности, доминантность полушария, темперамент и другие свойства психики.

Социально-личностный компонент включает в себя социально обусловленные свойства психики человека, обеспечивающие выполнение различных социальных ролей, социальную адаптацию (целевые установки,

актуальные потребности, уровень и степень притязаний. **Духовно-нравственный компонент** ученые не обозначают как личностный, так как духовное состояние человека выходит за рамки личности.

Анализ данных о состоянии здоровья школьников позволяет сделать следующие выводы:

В состоянии здоровья детей преобладают ученики, отнесенные ко 2-й и 3 группам здоровья, достаточно большое количество ребят, подверженных хроническим заболеваниям.

Ослабление зрения детей свидетельствует о большом объеме зрительных нагрузок и необходимости регулярного контроля остроты зрения в течение учебного года.

Большое количество обучающихся с нарушениями осанки требует проведения регулярного подбора мебели, физкультминуток, прогулок, смены видов деятельности на уроке, постоянного контроля и самоконтроля за правильной осанкой во время занятий.

Для того чтобы улучшить состояние здоровья учеников, необходимо объединение усилий педагогов, врачей, психологов.

Для обеспечения сохранения и укрепления здоровья субъектов образовательного процесса необходимо реализовать в программе развития школы три направления:

- Обеспечение сохранения и укрепления здоровья ученика,
- Обеспечение формирования здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- Обеспечение здоровьесохраняющей деятельности педагога.

Цели программы:

- Создание единого пространства для формирования и воспитания гармонично развитой личности, физического и психического комфорта в условиях школы.
- Формирование у школьников знаний о здоровом образе жизни и привитие навыков ответственного отношения к нему, профилактика вредных привычек.
- Обеспечить учащихся необходимой информацией для формирования собственных стратегий и технологий, позволяющих сохранять и укреплять здоровье.

Задачи программы:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье через привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы;

- научить младших школьников делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье;
- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе ее использования самостоятельно поддерживать свое здоровье;
- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах; обеспечение системы полноценного сбалансированного питания детей с учетом особенностей состояния их здоровья;
- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учебы и отдыха, двигательной активности, научить ребенка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня; гигиеническое нормирование учебной нагрузки, объема домашних заданий и режима дня;
- дать представление с учетом 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 пагубного влияния на здоровье;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, телевидением, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни; формирование здоровьесохраняющих культурных традиций семьи.
- сформировать потребность ребенка безбоязненного обращения к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе, связанным с особенностями роста и развития.

Методические принципы в реализации программы:

1. При реализации программы обучения здоровью необходимо ориентироваться не на передачу собственно знаний, а именно на формирование соответствующих представлений. При этом надо иметь в виду, что на формирование системы представлений школьников о здоровье и здоровом образе жизни может повлиять только та информация, которая в их сознании имеет прямое и непосредственное отношение к их собственной жизни.
2. Без целенаправленной работы с системой субъективных отношений школьников все усилия педагогов по формированию у них представлений о

здоровье и здоровом образе жизни, а также по обучению необходимым стратегиям и технологиям поведения окажутся малоэффективными. Для этого необходимо, чтобы транслируемая информация была в сознании школьников тем или иным образом связана с удовлетворением их потребностей.

3. При реализации программы обучения здоровью и здоровому образу жизни преимущество должно быть отдано стратегиям по сравнению с технологиями. При этом необходимо обеспечить школьникам возможность приобрести опыт переживания тех эмоциональных состояний, которые возникают в процессе различных деятельности, связанных со здоровьем. А поскольку оно приобретается только в процессе самой деятельности, успешная реализация программы без достаточно большого количества практических занятий не представляется возможной.

4. При работе с программой необходимо решать одновременно три задачи:

- 1) формировать у школьников систему представлений о здоровье и здоровом образе жизни,
- 2) способствовать возникновению соответствующего субъективного отношения,
- 3) обеспечивать их адекватными стратегиями и технологиями. Нельзя акцентироваться на одной из них в ущерб остальным!

5. Критерием эффективности работы педагога является не усвоение школьниками тех или иных знаний, умений и т.д., не демонстрация определенного отношения к проблемам здоровья и здорового образа жизни, а реальное изменение их поведения.

6. Педагогу нужно быть готовым к тому, что при реализации программы он столкнется различными психологическими сопротивлениями со стороны школьников, которые являются обычной и совершенно нормальной реакцией людей на попытку изменить структуру их сознания. Эти сопротивления носят различный характер в разном возрасте, поэтому педагогу обязательно необходимо иметь достаточно полное представление о них, чтобы наиболее адекватно выстроить систему преподавания. Реализация программы обучения здоровью может быть успешной только в том случае, когда она является целостной системой и охватывает все возрасты.

Основополагающие принципы построения программы:

- Поддержание интереса к двигательной и познавательной активности.
- Учёт познавательной активности в двигательной деятельности.
- Единство физического и психического развития.
- Наглядность.
- Принцип целостности человека, его психосоматического, социокультурного единства. При этом приоритетными компонентами

деятельности должны выступать самореализация, саморазвитие и творчество, находящиеся в гармонии с двигательной активностью человека.

- Принцип непрерывности физического воспитания и образования личности на всех этапах жизнедеятельности.
- Принцип дифференцированного подхода к организации мероприятий по развитию физической культуры.
- Учёт возрастно-половых особенностей учащихся в содержании учебного материала.

Прогнозируемая модель личности ученика:

- Физически, нравственно, духовно здоровая личность, со сформированным ценностным отношением к своему здоровью, здоровью окружающих людей.
- Осознание себя как биологического, психического и социального существа.
- Осознание необходимости здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности как условий благополучного существования человека.
- Правильная организация своей жизнедеятельности, с позиции здоровьесбережения и знания о возможном негативном влиянии компьютерных игр, рекламы, телевидения, вредных привычек.
- Стойкий интерес и потребность к познавательной и двигательной деятельности.
- Первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества, устойчивый интерес к регулярным занятиям физическими упражнениями.
- Самоконтроль, личностное саморазвитие, творческая продуктивность.

Ожидаемые результаты программы:

- Сохранение психофизиологического здоровья подрастающего поколения в социальных условиях современного общества.
- Повышение функциональных возможностей организма учащихся.
- Рост уровня физического развития и физической подготовленности школьников.
- Повышение приоритета здорового образа жизни.
- Повышение мотивации к двигательной деятельности, здоровому образу жизни.
- Повышение уровня самостоятельности и активности школьников в двигательной деятельности.

- Сформировать осознанное отношение детей и их родителей, членов педагогического коллектива к состоянию здоровья через пропаганду здорового образа жизни.

Учащиеся должны знать:

- Правила бережного отношения к зрению, к органам зрения, к зубам.
- Специальные упражнения при плоскостопии.
- Правила ухода за кожей.
- Органы пищеварения.
- Золотые правила питания, полезные продукты.
- Правила здорового сна, хорошего настроения.
- Правила для поддержания правильной осанки
- Признаки здорового и закаленного человека.
- Правила безопасности на воде.
- Правила хорошего тона.
- Задачи оздоровительных пауз.
- Правила гигиены и питания, закаливания.

Учащиеся должны уметь:

- Правильно умываться, мыть зубы, чистить уши.
- Специальные упражнения при плоскостопии (катание валика, хождение босиком, массаж стопы и др.).
- Следить за кожей, ногтями.
- Оказывать первую помощь при порезах, ожогах
- Соблюдать режим дня.
- Выполнять комплекс упражнений для поддержания правильной осанки.
- Выполнять комплекс упражнений для глаз.
- Выполнять несколько комплексов утренней гимнастики.
- Выполнять комплекс дыхательной гимнастики.
- Выполнять несколько комплексов для динамической паузы.
- Выполнять различные оздоровительные упражнения.

Наименование технологий	Формы воспитательной деятельности	Компетенции и УУД, на формирование которых направлено использование технологий в воспитательной работе
Технология воспитания общественного творчества в условиях	Дежурные команды по системе И.П. Иванова со сменными поручениями	Общекультурные, социально-трудовые компетенции

коллективной творческой деятельности И.П. Иванова	(группы санитаров, группы чистоты, группы порядка)	
Технология деятельностного метода	Работа в парах, группах при освоении новых знаний	Способность к саморазвитию и саморазменению; умение планировать, анализировать свою работу, рефлексия
Технология дифференцированного обучения	Индивидуальный подход	Умения ставить цель и достигать ее; умение пояснить свою цель
Технология проблемного обучения	Выдвижение и доказательство гипотез, работа в парах, группах	Умение оценивать свою учебно-познавательную деятельность; умение вести диалог
Информационно-коммуникационные технологии	Индивидуальная работа, работа в парах и малых группах. Создание презентаций, видеороликов, фотоколлажей. Организация выставок	Владение навыками использования информационных устройств. Умение искать, анализировать и отбирать необходимую информацию, организовывать, преобразовывать, а и передавать ее
Технология групповой проблемной работы	Диспуты, дискуссии, обсуждения ситуаций, разработки проектов по предметам	Учебно-познавательные, ценностно-смысловые компетенции
Технология свободного воспитания	Предоставление свободы выбора и самостоятельности	Информационные, учебно-познавательные, ценностно-смысловые, здоровьесберегающие компетенции
Личностно ориентированные технологии воспитания	КВН, шоу, викторины, конкурсы, позволяющие обеспечить комфортные,	Креативные, коммуникативные, культуроведческие,

	бесконфликтные условия развития личности и реализацию ее природных потенциалов	общекультурные компетенции
Технология правового и патриотического воспитания	Кружок «Правовое воспитание от А до Я»	Формирование социального здоровья. Развитие толерантности, правовой грамотности. Коммуникативные, информационные компетенции; компетенции личностного самосовершенствования и самопознания
Технология здорового гармонично-раскрепощенного развития детей в учебно-познавательном процессе (В.Ф. Базарный)	Физкультминутки, хоровое пение	Личностные компетенции: поведенческие, эмоциональные
Физкультурно-оздоровительные технологии: «Ритмическая мозаика» А.И. Бурениной, «Детская аэробика» СВ. Колесниковой	Уроки физической культуры, физкультминутки, внеклассные мероприятия, закаливание	Личностные компетенции, направленные на физическое развитие
Экологические технологии: цветотерапия, флор-дизайн	Кружки, внеклассные мероприятия	Исследовательские компетенции
Технология звуковой психорегуляции дыхания М.Л. Лазарева	Музыкальные занятия	Здоровьесберегающие компетенции
Методика игрового обучения С.С. и Е.С. Железновых	Кружки, внеклассные мероприятия	Личностные компетенции, направленные на физическое

		развитие
Массаж биологически активных зон по А.А. Уманской	Занятия в группах	Личностные компетенции, направленные на физическое развитие и повышение сопротивляемости организма
Пальчиковые игры	Уроки физической культуры, физкультминутки, внеклассные мероприятия	Речевые и коммуникативные компетенции
Арт-технологии	Уроки изо, музыки, технологии, внеклассные мероприятия	Личностные компетенции, направленные на развитие эмоционального восприятия

1 класс. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока
Дружи с водой (2 ч)	
1	Советы доктора Вода
2	Друзья Вода и Мыло
Забота о глазах (1ч)	
3	Глаза — главные помощники человека
Уход за ушами (1ч)	
4	Чтобы уши слышали
Уход за зубами (3 ч)	
5	Почему болят зубы
6	Чтобы зубы были здоровыми
7	Как сохранить улыбку красивой
Уход за руками и ногами (1ч)	
8	«Рабочие инструменты» человека
Забота о коже (3 ч)	
9	Зачем человеку кожа
10	Надежная защита организма
11	Если кожа повреждена
Как следует питаться (2 ч)	
12	Питание - необходимое условие для жизни человека
13	Здоровая пища для всей семьи
Как сделать сон полезным (1ч)	
14	Сон - лучшее лекарство
Настроение в школе (1ч)	
15	Как настроение?
Настроение после школы (1ч)	
16	Я пришел из школы
Поведение в школе (1ч)	
17,18	Я — ученик
Вредные привычки (1ч)	
19,20	Вредные привычки
Мышцы, кости и суставы (2 ч)	
21	Скелет — наша опора
22	Осанка — стройная спина!
Как закаляться. Обтирание и обливание (1ч)	
23	Если хочешь быть здоров

Как правильно вести себя на воде (1ч)	
24	Правила безопасности на воде
Игры и упражнения на воде (1ч)	
25-29	Обучение плаванию
Народные игры (1ч)	
30	Русская игра «Городки»
Подвижные игры (2 ч)	
31	Подвижные игры
32,33	Доктора природы (обобщение)

2 класс. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока
Почему мы болеем (3 ч)	
1	Причины болезни
2	Признаки болезни
3	Как здоровье?
Кто и как предохраняет нас от болезней (2 ч)	
4	Как организм помогает себе сам
5	Здоровый образ жизни
Кто нас лечит (1ч)	
6	Какие врачи нас лечат
Прививки от болезней (2 ч)	
7	Инфекционные болезни
8	Прививки от болезней
Что нужно знать о лекарствах (2 ч)	
9	Какие лекарства мы выбираем
10	Домашняя аптечка
Как избежать отравлений (2 ч)	
11	Отравление лекарствами
12	Пищевые отравления
Безопасность при любой погоде (2 ч)	
13	Если солнечно и жарко
14	Если на улице дождь и гроза
Правила безопасного поведения в доме, на улице, в транспорте (2 ч)	
15	Опасность в нашем доме
16	Как вести себя на улице

Правила поведения на воде (1ч)	
17	Вода — наш друг
Правила обращения с огнем (1ч)	
18	Чтобы огонь не причинил вреда
Как уберечься от поражения электрическим током (1ч)	
19	Чем опасен электрический ток
Как уберечься от порезов, ушибов, переломов (1ч)	
20	Травмы
Как защититься от насекомых (1ч)	
21	Укусы насекомых
Предосторожности при обращении с животными (1ч)	
22	Что мы знаем про собак и кошек
Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом (2 ч)	
23	Отравление ядовитыми веществами
24	Отравление угарным газом
Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении (2 ч)	
25	Как помочь себе при тепловом ударе
26	Как уберечься от мороза
Первая помощь при травмах (3 ч)	
27	Растяжение связок и вывих костей
28	Переломы
29	Если ты ушибся или порезался
Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос (1ч)	
30	Если в глаз, ухо, нос или горло попало постороннее тело
Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек (1ч)	
31	Укусы змей
Сегодняшние заботы медицины (3 ч)	
32	Растить здоровым
33	Воспитаю себя
34	Я выбираю движение

3 класс. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока
Чего не надо бояться (1ч)	
1	Как воспитывать уверенность и бесстрашие
Добрым быть приятнее, чем злым, завистливым и жадным (2 ч)	
2	Учимся думать
3	Спеши делать добро
Почему мы говорим неправду (2 ч)	
4	Поможет ли нам обман
5	Неправда, ложь в пословицах и поговорках
Почему мы не слушаемся родителей (2 ч)	
6	Надо ли прислушиваться к советам родителей
7	Почему дети и родители не всегда понимают друг друга
Надо уметь сдерживать себя (2 ч)	
8	Все ли желания выполнимы
9	Как воспитать в себе сдержанность
Не грызи ногти, не ковыряй в носу (2 ч)	
10	Как отучить себя от вредных привычек
11	Как отучить себя от вредных привычек (продолжение)
Как относиться к подаркам (2 ч)	
12	Я принимаю подарок
13	Я дарю подарки
Как следует относиться к наказаниям (1ч)	
14	Наказание
Как нужно одеваться (1ч)	
15	Одежда
Как вести себя с незнакомыми людьми (1ч)	
16	Ответственное поведение
Как вести себя, когда что-то болит (1ч)	
17	Боль
Как вести себя за столом (2 ч)	
18	Сервировка стола
19	Правила поведения за столом
Как вести себя в гостях (1 ч)	
20	Ты идешь в гости

Как вести себя в общественных местах (2 ч)	
21	Как вести себя в транспорте и на улице
22	Как вести себя в театре, кино, школе
«Нехорошие слова». Недобрые шутки (2 ч)	
23	Умеем ли мы вежливо общаться
24	Умеем ли мы разговаривать по телефону
Что делать, если не хочется в школу (1ч)	
25	Помоги себе сам
Чем заняться после школы (1ч)	
26	Умей организовать свой досуг
Как выбрать друзей (2 ч)	
27	Что такое дружба
28	Кто может считаться настоящим другом
Как помочь родителям (1ч)	
29	Как доставить родителям радость
Как помочь больным и беспомощным (2 ч)	
30	Если кому-нибудь нужна твоя помощь
31	«Спешите делать добро»
Повторение (3 ч)	
32	Огонек здоровья
33	Путешествие в страну здоровья
34	Культура здорового образа жизни (урок-соревнование)

4 класс. Тематическое планирование

№ урока	Тема урока
Наше здоровье (4 ч)	
1	Что такое здоровье
2	Что такое эмоции
3	Чувства и поступки
4	Стресс
Как помочь сохранить здоровье (3 ч)	
5	Учимся думать и действовать
6	Учимся находить причину и последствия событий
7	Умей выбирать
Что зависит от моего решения (2 ч)	
8	Принимаю решение

9	Я отвечаю за свое решение
Злой волшебник — табак (1ч)	
10	Что мы знаем о курении
Почему некоторые привычки называются вредными (5 ч)	
11	Зависимость
12	Умей сказать «нет»
13	Как сказать «нет»
14	Почему вредной привычке ты скажешь НЕТ
15	Я умею выбирать - тренинг безопасного поведения
Помоги себе сам (1ч)	
16	Волевое поведение
Злой волшебник — алкоголь (3 ч)	
17	Алкоголь
18	Алкоголь - ошибка
19	Алкоголь — сделай выбор
Злой волшебник — наркотик (2 ч)	
20	Наркотик
21	Наркотик - тренинг безопасного поведения
Мы — одна семья (2 ч)	
22	Мальчишки и девчонки
23	Моя семья
Повторение. Нестандартные уроки и уроки-праздники (11ч)	
24	Дружба
25	День здоровья
26	Умеем ли мы правильно питаться
27	Я выбираю кашу
28	Чистота и здоровье
29	Откуда берутся грязнули (игра-путешествие)
30	Чистота и порядок
31	Будем делать хорошо и не будем плохо
32	КВН «Наше здоровье»
33	Я здоровье берегу — сам себе я помогу
34	Будьте здоровы!

5-6 класс. Тематическое планирование

Примерные темы, раскрывающие данный раздел программы	Основное содержание по темам	Характеристика основных видов деятельности учащихся
Раздел 1. Как обнаружить экологическую опасность: учусь экологическому мышлению (10 ч)		
Развиваем экологическую зоркость	Экология как область научного знания. Экологическое мышление как метод научного познания мира, выявления и решения экологических проблем. Необходимость экологического мышления для каждого человека. Потребность человека в экологически благоприятной среде жизни. Экологические опасности в окружающем мире. Природные источники экологической опасности, их неустранимый характер. Источники экологической опасности, связанные с деятельностью человека. Экологическое мышление - условие развития экологической зоркости, умения обнаруживать экологическую опасность. Экологический риск как вероятность опасности. Выявление экологических рисков в повседневной жизни. Зависимость величины экологического риска от экологической грамотности	Называть предмет изучения науки экологии. Давать определение понятиям «экологический риск», «экологическая безопасность». Объяснять смысл экологического мышления как способности научного познания взаимосвязей живого с окружающей средой. Приводить примеры применения экологического мышления для обнаружения экологической опасности. Называть источники экологических опасностей для человека в своей местности (природные и вызванные деятельностью человека). В ролевой игре обоснованно выбирать стратегию поведения: избегание опасности, приспособление к ней, устранение её. Приводить доказательства относительности величины экологического риска для разных людей в зависимости

	человека, его жизненных ценностей, образа жизни (характера питания, наличия вредных привычек и др.). Экологическая безопасность. Модели поведения: избегание экологической опасности, приспособление к ней или её устранение	от их экологической грамотности, образа жизни, наличия вредных привычек
Способы предупреждения населения об экологической опасности	Роль средств массовой информации, телевидения, Интернета, радио, рекламы, средств оповещения гражданской обороны. Трудности нахождения необходимой экологической информации, проблемы понимания информации, правильного её использования в целях экологической безопасности. Круг «Экологический следопыт» и редакция классной газеты «ЭКООКО» как формы получения опыта поиска, сбора, проверки, обработки и публичного представления необходимой экологической информации. Правила работы в малых группах сотрудничества	Называть источники информации, из которых можно узнать об экологических опасностях в своей местности (телевидение, радио, Интернет, система гражданской обороны и др.); формы оповещения о ней (сигналы гражданской обороны, объявление, выпуск новостей и др.). Анализировать личный опыт поиска необходимой информации, её понимания, правильного использования. Называть и оценивать личные затруднения при работе с информацией. Формулировать индивидуальные учебные задачи по освоению способов поиска, сбора, проверки, обработки и публичного представления информации. Доказывать преимущества работы с информацией в группах сотрудничества. Называть правила совместной работы в кружке

		«Экологический следопыт», редколлегия классной газеты «ЭКООКО»
Раздел 2. Экологическая грамотность: уроки прошлого (8 ч)		
Полезная информация из прошлого	Источники информации об экологической культуре разных народов: традиции, музеи, библиотеки, Интернет, кинофильмы, диалог поколений. Сбор, фиксация информации, её обобщение и преобразование в популярный текст	Называть источники получения информации об экологической культуре разных времён и народов. Называть и применять способы фиксации информации. Выделять главную мысль, пересказывать её своими словами
Народная мудрость об экологической безопасности	Экологические традиции и обычаи народов России, отражённые в предметах быта, произведениях народных промыслов, фольклоре. Экологическая культура коренных народов своего региона. Особенности питания, жилища, хозяйствования, народного творчества. Отношение к вредным привычкам, расточительному природопользованию, случаям экологического вандализма. Возможность использования традиций прошлого в современном мире	Анализировать традиции и обычаи народов России с точки зрения их вклада в экологическую безопасность. Высказывать аргументированное мнение о значении этой информации в сегодняшней жизни и в будущем. Приводить примеры здорового и экологически безопасного образа жизни коренных народов своего региона (традиции природопользования, питания, устройства жилища и др.), их отношения к расточительному природопользованию, вредным привычкам, экологическому вандализму. Представлять полученную информацию своими словами

Раздел 3. Экологическая безопасность в школе и дома: учусь предосторожности (12 ч)

Достоверная и ложная экологическая информация	Важность достоверности информации («предупреждён - значит вооружён»). Причины недостоверности или заведомой ложности экологической информации. Признаки ложной информации. Информация о качестве потребляемой питьевой воды, воздуха, питания, используемых бытовых приборов, мебели, стройматериалов и др. Способы её проверки на достоверность, представление проверенной информации в кратком виде без искажения её смысла для использования при оповещении населения об экологических рисках	Высказывать мнение о важности свободного доступа к достоверной информации об экологических опасностях и способах экологически безопасного поведения. Описывать признаки ложной информации. Называть способы проверки экологической информации на достоверность
Предосторожность в принятии решения о направлении действия	Принцип предосторожности как готовность отказаться от действия при неполноте или ненадёжности информации о возможных его последствиях («не навреди»). Надёжные способы снижения экологического риска при экологически опасном качестве питьевой воды, воздуха, питания, бытовых приборов, мебели, стройматериалов, рекомендуемые наукой. Публичное представление информации с разделением достоверных объективных сведений (фактов) и	Объяснять своими словами смысл принципа предосторожности. Применять его в работе с экологической информацией. Перечислять проверенные способы снижения экологических рисков от продуктов питания, питьевой воды, окружающего воздуха, бытовых приборов, мебели, стройматериалов. Различать достоверные знания (факты) и мнения о них. Взаимодействовать в группе сотрудничества по созданию популярных экологических

	субъективных мнений о них	текстов, содержащих факты и мнения. Публично представлять экологическую информацию, разделяя в ней факты и мнения (урок). Представлять достоверные знания (факты) в кратком виде, без искажения их смысла
Раздел 4. Экономное потребление: учусь быть взрослым (10 ч)		
Чувство меры как признак взрослости	Ценность экономности, нерасточительности, рачительности, скромности, бережного отношения к природным ресурсам в фольклоре, художественных произведениях, верованиях разных народов, в международной Хартии Земли. Причины формирования сходных ценностей у разных народов. Ограниченность природных ресурсов на планете. Экономное потребление как проявление экологической ответственности, экологической грамотности человека, условие его здоровья и долголетия	Приводить примеры (из фольклора, художественных произведений, религиозных текстов) нерасточительного отношения к природным ресурсам. Своими словами пересказывать смысл рекомендаций Хартии Земли по бережному отношению к природе. Объяснять необходимость экономии природных ресурсов, рационального природопользования, чувства меры в повседневном потреблении для здоровья окружающей среды, здоровья человека и его долголетия
Ресурсосбережение его виды	Энергосбережение, экономное использование изделий из дерева, бережное расходование пресной воды и др. Готовность к самоограничению в целях сохранения качества окружающей среды, здоровья человека и безопасности жизни. Хартия Земли	Выполнять проект в области ресурсосбережения: энергосбережения, бережного расходования пресной воды, изделий из дерева и др. Обосновывать роль ресурсосбережения для безопасности государства, развития экономики, роста

		благополучия населения, его здоровья. Высказывать своё мнение по вопросам самоограничения при потреблении материальных благ в целях сохранения качества окружающей среды, здоровья человека, безопасности жизни. Представлять результаты проектов в классной газете
Раздел 5. Экологическая безопасность в природной среде (10 ч)		
Безопасность общения с природой для человека	Экологическая безопасность человека в условиях местной природы (кровососущие насекомые, ядовитые змеи, состояние питьевых источников и др.)	Доказывать, что природные ресурсы являются источником удовлетворения не только материальных, но и духовных потребностей человека. Выразить своё отношение к красоте природы как к источнику творческого вдохновения, эмоционального благополучия, духовного самосовершенствования. Описывать возможности духовного общения с природой у разных народов. Высказывать аргументированные суждения о роли природы в сохранении и укреплении психологического и нравственного здоровья человека
Природа в жизни человека	Роль природы в сохранении и укреплении здоровья человека. Природные ресурсы как источник удовлетворения материальных запросов человека; его духовных	Составлять инструкцию по экологически грамотному поведению в природной среде, учитывающему местные экологические риски (кровососущие насекомые,

	потребностей в красоте, чувственно-эмоциональном общении с живым, познании. Духовное общение с природой, его культурные традиции у разных народов. Чувство единения с природой. Ценность эстетической привлекательности природной среды. Отсутствие следов пребывания человека в природе как показатель его экологической культуры	ядовитые змеи, состояние питьевых источников и др.). Обосновывать целесообразность такого поведения с точки зрения экологической безопасности личности и сохранения экологического качества окружающей среды
Раздел 6. Мой вклад в экологическое просвещение (6 ч)		
Просвещение как средство повышения экологической грамотности человека	Просвещение и его формы (личный пример, плакат, буклет, листовка, театр, выступления и др.). Правила экологически грамотного поведения в школе, дома, в городской, сельской местности, природной среде	Называть цели просветительской работы и её формы. Формулировать правила экологически грамотного поведения в школе, дома, в городской, сельской местности, природной среде. Описывать личный опыт экологически грамотного поведения. Участвовать в просветительских акциях (публичные выступления; уроки для школьников, родителей; выпуск газеты, изготовление плакатов, листовок, коллективное обсуждение кинофильмов)

Ожидаемые результаты работы педагогического лектория:

Реализация лектория будет способствовать:

- осознанию личной причастности родителей к состоянию своего здоровья и здоровья своих детей
- включению в деятельность по приобретению навыков и опыта в формировании положительного отношения к здоровому образу жизни
- знанию основных способов укрепления и сохранения здоровья
- улучшению физического и духовного состояния
- умению предупреждать у ребенка выработку вредных привычек

Организация мониторинга здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения

Мониторинг здоровьесберегающей деятельности - это комплексное системное изучение состояния здоровья школьников, учебной и внеучебной нагрузки, а также анализ организации здоровьесберегающих технологий.

Задачи мониторинга:

- ✓ Изучение и анализ инфраструктуры общеобразовательных школ, обеспечивающей возможность рациональной организации учебного процесса и здоровьесберегающей деятельности
- ✓ Изучение и анализ учебной и внеучебной нагрузки школьников, их режима дня
- ✓ Изучение и анализ состояния здоровья школьников 1-2-х и 10—11-х классов.
- ✓ Анализ форм и методов здоровьесберегающих технологий, используемых в образовательных учреждениях

Литература

1. Валеология: Уч. пособие / Под ред. В.П. Соломина, Ю.Л. Варламова. СПб., 1995.
2. Зайцев Г.К. Уроки Айболита. СПб., 1997.
3. Зайцев Г.К. Уроки Мойдодыра. СПб., 1996.
4. Зайцев Г.К. Школьная валеология: научное обоснование и программное обеспечение. СПб., 1997.
5. Зайцев Г.К. Твои первые уроки здоровья. СПб., 1995.
6. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твое здоровье: укрепление организма. СПб., 1998.
7. Гринченко И.С. Игра в теории, обучении, воспитании и коррекционной работе. М., 2002.
8. Лаптев А.К. Тайны пирамиды здоровья. СПб., 1998
9. Латошина Л.И. Творим здоровье души и тела. СПб.. 1997
10. Макеева А.Г., Лысенко И.В. Организация педагогической профилактики наркотизма среди младших школьников / Под ред. М.М.Безруких. СПб., 1999.
11. Николаева А.Л., Колесов Д.В. Уроки профилактики и наркомании в школе. М., 2003.
12. Обухова Л.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. 135 уроков здоровья, или Школа докторов природы. 1-4 классы. – М.: ВАКО, 2013.
13. Ослепительная улыбка на всю жизнь: Методическое пособие по гигиене полости рта для начальной школы /Под ред. Г.М Королева. М., 1996.
14. Попов С.В. Валеология в школе и дома (о физическом благополучии мальчиков). СПб., 1997.
15. Сизанова А.М., Быкова В.М., Тюхлова И.Н., Смирнова Е.С. Безопасное и ответственное поведение: Цикл бесед, практических и тренинговых занятий с учащимися 1—11 классов о ВИЧ-инфекции и наркотической зависимости. Ч. 1 / Под ред. А.И. Сизанова. Мн.:Тесей, 1998.
16. Урунтаева Г.А., Афонькина Ю.А. Как я расту: Советы психолога родителям. М., 1996.
17. Глазачев С. Н. Экологическая культура: пробное учеб.пособие / С. Н. Глазачев, О. Н. Козлова. — М., 1997.
18. Дзятковская Е. Н. Методические рекомендации для учителя к рабочей тетради «Учусь общаться» / Е. Н. Дзятковская. — М.: Образование и экология, 2009.
19. Дзятковская Е. Н. Программы внеурочной деятельности. Моя экологическая грамотность. 5-6 классы. Экология общения/ Е. Н. Дзятковская, А.Н.Захлебный, А.Ю.Либеров. — М.: Просвещение, 2012.
20. Захлебный А. Н. Экологическое образование школьников во внеклассной работе / А. Н. Захлебный, И. Т. Суравегина. — М.: Просвещение, 1984.
21. Зыкова М. Н. Фольклоротерапия: учеб.пособие / М. Н. Зыкова. - М.: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2004.
22. Кавтарадзе Д. Н. Экологические игры / Д. Н. Кавтарадзе. - М., 1998.

23. *Литвинова Л. С.* Нравственно-экологическое воспитание учащихся: методика. Основные аспекты, сценарии мероприятий / Л. С. Литвинова, О. Е. Жиренко. — М., 2005.
24. *Гостюшин А.В.* Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник. 1-4 кл. М., 1997.