

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МАОУ СШ №55 г.Липецка  
«Лингвист»

Т.Д.Тихонова

«09»01.2019 года

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

Муниципального автономного общеобразовательного учреждения  
средней школы с углубленным изучением отдельных предметов  
№55 города Липецка «Лингвист»



ЛИПЕЦК, 2019

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

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих 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.

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;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков, и всего населения страны в целом;
- 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.

### **Цель и задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

*Цель программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:*

- становление человека гармоничного через радость развития, познания, творчества, совершенствования для постижения все более высоких уровней красоты, гармонии, любви;
- формирование ответственного отношения к окружающей среде, которое проявляется в трех аспектах:
  1. ответственность за сохранение естественного природного окружения;
  2. ответственность за свое здоровье и здоровье других людей как личную и общественную ценность;
  3. развитие и гармонизация личности, как экологически оптимальный путь сохранения духовного и физического здоровья общества.

*Задачи формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:*

- формировать представления об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- формировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- сформировать представление о безопасном поведении в окружающей среде и простейшие умения поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях;
- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять 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;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- 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;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- 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.

## **Направления реализации программы**

### **1. Формирование основ экологической культуры обучающихся.**

Успех экологического воспитания и образования зависит от использования разнообразных форм работы, их разумного сочетания.

Первое важнейшее условие – экологическое воспитание учащихся должно проводиться в системе, с использованием местного краеведческого материала, с учетом преемственности, постепенного усложнения и углубления отдельных элементов.

Второе непереносимое условие – активное вовлечение младших школьников в посильные для них практические дела по охране местных природных ресурсов. Таких дел очень много: это внутреннее и внешнее озеленение школы, уход за цветниками, охрана и подкормка птиц, охрана муравейников и т.д.

Существуют различные технологии экологического воспитания:

1. Исследовательские (составление экологического паспорта школы, выпуск экологического бюллетеня, изучение состава воздуха, состояния воды, почвы и др.);
2. Проектные (разработка и реализация различной степени сложности проектов, т.е. использование метода проектов);
3. Конкурсные (выставки плакатов, рисунков, сбор макулатуры и батареек, проведение экологических олимпиад и др.);
4. Игровые (эко – случай, подвижные игры, ролевые игры, игры -драматизации и др.);
5. Познавательные (уроки-лекции, уроки-семинары, «круглые столы», анализ научной литературы, дебаты, экскурсии, походы и др.);
6. Продуктивные (практические) (посадка цветов, деревьев, озеленение школьных кабинетов и др.).

При выборе форм и методов воспитательной работы нужно помнить, что большое место в младшем школьном возрасте продолжает занимать **игра**. Игра как феномен культуры обучает, развивает, социализирует, развлекает, является уникальным средством формирования духовных потребностей и раскрытия творческого потенциала личности ребенка, ученика. Она требует и вызывает у участников инициативу, настойчивость, творческий подход, воображение, устремленность; позволяет решать вопросы передачи знаний, навыков, умений; добиваться глубинного личностного осознания участниками законов природы и общества; позволяет оказывать на них воспитательное воздействие.

В экологическом образовании младших школьников используются разнообразные игры экологического содержания: подвижные игры, игровые обучающие ситуации, сюжетно-ролевые игры, дидактические игры.

Развить творческое мышление у воспитанников, умение предвидеть последствия природообразующей деятельности человека помогают **беседы, наблюдения** за объектами природы, проведение простейших **опытов**.

В работе по формированию знаний воспитанников о правилах поведения в природе широко используется **метод творческих заданий**. Дети получают задания по группам с учетом творческих способностей: одной группе учеников надо написать мини-сочинение «За что я хочу сказать спасибо

растениям» или «Планета без растений», другой – нарисовать рисунок «Мой любимый цветок», третьей – придумать памятки-инструкции о поведении в природе и т.д.

Помимо традиционных форм экологического образования и воспитания младших школьников, в настоящее время используются такие инновационные формы, как **природоохранительные акции и экологические проекты**.

Акции – это социально значимые, комплексные мероприятия, которые, как правило, приурочены к каким-либо датам, событиям, имеющим общественное значение, поэтому они имеют широкий резонанс, большое воспитательное воздействие на детей, служат эффективной экологической пропагандой среди родителей. Доступные и понятные для детей природоохранительные акции чаще всего проводятся к значительным международным датам, как Всемирный день воды (22 марта), Всемирный день здоровья (7 апреля), день Земли (22 апреля) и др.

Вовлечь воспитанников в практическую деятельность по решению проблем окружающей среды местного значения – помогает пропаганда экологических знаний – лекции, беседы, праздники, конференции.

Развить исследовательские навыки, умения, принятие экологически целесообразных решений (проблемный подход в процессе обучения-воспитания) - помогает использование метода проектов.

Используется в работе **метод экологических проектов для младших школьников**, цель которых – получение информации на основе наблюдений, исследовательской и практической деятельности детей в природе и с её объектами. Проекты инициируют размышления, побуждают к действиям, в которых проявляется гражданская позиция по отношению к окружающей среде. Они нацеливают на межпредметность, самостоятельность, осмысление действий

Название проекта	Цель проекта
«Покормите птиц зимой», «Кормушка»	Развивать у детей представления о зимующих птицах, развивать у них интерес к птицам и ответственность за все живое; развивать коммуникативные способности
«Разработка экологических знаков»	Составить, создать с детьми экологические знаки, при помощи которых взрослые и дети научатся правильно вести себя в окружающей их природе; развивать творческое мышление, воображение.
«Школа чистюль»	Сформировать представление о чистоте окружающей среды как о важной составляющей здоровья человека и всего живого на Земле; заложить основы навыка поддержания чистоты в различных местах: в природе, дома, в школе.
«Красная книга – сигнал опасности»	Развивать у учащихся представления о назначении Красной книги; развивать бережное отношение к исчезающим видам растений и животных.

Оценка деятельности происходит в несколько этапов: оцениваются подготовительный, аналитический, обобщающий и заключительный (защита) этапы деятельности детей.

Приобщение младших школьников к исследовательской деятельности нацелено, прежде всего, не на результат, а на воспитательный процесс. Главное – заинтересовать ребенка, вовлечь в атмосферу деятельности, и тогда результат будет закономерен.

На процесс формирования социально-экологических представлений у младших школьников большое влияние оказывает **экологическая развивающая среда** образовательного учреждения. Разнообразие растительного на участке образовательного учреждения и на прилегающей территории, составляют развивающую экологическую среду.

Одно из важнейших условий формирования экологических знаний в школе – непосредственные наблюдения обучающихся за объектами природы. В школе определён состав объектов и явлений, доступных для наблюдения младшими школьниками в ближайшем природном окружении. Проводятся экскурсии в разные времена года, с целью наблюдений за изменениями в природе, сбора гербария, сбора листьев, шишек, корней, сучков для различных поделок из природного материала.

На таких занятиях учащиеся познают:

- значение природы в жизни человека,
- законы об охране природы,
- природа в народном творчестве, произведениях художников, писателей, композиторов.

Перечисленные «экологические пространства» являются эффективным средством и необходимым условием формирования социально-экологических представлений у детей.

Работая над проблемой «Формирование экологической культуры личности» и используя все вышеуказанные формы и методы работы, метапредметный подход в формировании экологической культуры школьников, систематичность и непрерывность изучения экологического материала, единство интеллектуального и эмоционального, волевого начала в деятельности учащихся по изучению природы, можно сделать вывод: обучающиеся усваивают нормы и правила экологически-обоснованного взаимодействия с окружающим миром, ощущают потребность в приобретении экологических знаний; самовыражаются в творческой деятельности, проявляют инициативу в решении экологических проблем, тем самым расширяется кругозор воспитанников, возрастает интерес к занятиям, повышается качество образования.

В результате у воспитанников развиваются эмоциональная, интеллектуальная, действенно-практическая сферы. Дети становятся эмоционально отзывчивыми не только по отношению к природе, но и друг к другу. У них развиваются такие черты характера, как отзывчивость, доброта, ответственность за свои поступки, воспитываются высокие моральные качества: трудолюбие, дисциплинированность, коллективизм.

## ***2. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.***

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся.

### Все школьные помещения соответствуют:

- санитарным и гигиеническим нормам (СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»).
- нормам пожарной безопасности (ППБ 01 – 03).
- требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся (СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»).

### **Материально-технические условия**

В качестве источника финансирования можно рассматривать имеющуюся материально-техническую базу школы.

В школе создана хорошая материально-техническая база, обеспечивающая оптимальные условия для сохранения и укрепления здоровья обучающихся:

- 2 спортивных зала
- 1 хореографический зал
- 1 актовый зал
- медицинский кабинет
- школьная столовая
- учебные кабинеты.

Данные ресурсы являются стартовой базой для реализации программы, но, тем не менее, материально-техническая база школы нуждается в дополнительной модернизации. Необходимо обновить спортивный инвентарь школы, исходя из растущей потребности учащихся заниматься различными видами спорта. Так же необходимо оборудовать спортивную площадку на улице.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовать горячие завтраки и обеды, полдники в урочное время и время работы ГПД. Работники столовой самостоятельно готовят горячую пищу.

Время работы столовой: с 7.30 до 15.00 часов ежедневно.

Большое внимание в школе уделяется качественной организации горячего питания. Технологический процесс приготовления пищи соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям. Питание учащихся разнообразно, соответствует возрастным потребностям. Поэтому в школе высок процент охвата горячим питанием. Питание осуществляется по графику в перемены. Особое значение приобретает качественная санитарная обработка столовой посуды. Санитарная обработка производится по установленным требованиям.

В школе организована работа **буфета**, где учащиеся и педагоги школы могут приобрести: свежую выпечку, соки, салаты из свежих овощей.

В школе работает оснащенный **спортивный зал**, оборудованный необходимым игровым и спортивным инвентарем.

Повышению уровня физической культуры способствует высокое качество проводимой физкультурно-оздоровительной работы.

Проведение уроков физической культуры, а также организация спортивно-массовой внеурочной деятельности осуществляется высококвалифицированными педагогами. Педагогический коллектив учителей целенаправленно работает над формированием у учащихся практических навыков здорового образа жизни. Этому способствует спортивные секции, курсы внеурочной деятельности, хорошая материально-техническая база.

Для реализации спортивных и физкультурных программ, проведения уроков физкультуры созданы следующие условия:

1. Зал оснащен гимнастическими стенками, гимнастическими матами, навесными перекладинами, гимнастическими скамейками, используется инвентарь для прыжков в высоту, мячи (волейбольные, баскетбольные, теннисные, для метания), баскетбольные кольца, волейбольная сетка, обручи, скакалки.

2. Во внеурочное время ученики пользуются гимнастическими ковриками, обручами, скакалками.

Показателем успешности (индикатором) проводимой физкультурно-массовой и оздоровительной работой является положительная динамика участия в массовых спортивных акциях, а так же победы в городской Спартакиаде школьников..

В школе работает **медицинский кабинет**.

Часы работы кабинета: понедельник – пятница, с 9.00 до 17.00.

Прием ведут квалифицированный медицинский персонал (врач, медсестра).

### ***3. Рациональная организация учебной и внеурочной деятельности обучающихся.***

Сохранение и укрепление здоровья учащихся средствами рациональной организации их деятельности достигается благодаря систематической работы педагогического коллектива над вопросами повышения эффективности учебного процесса, снижения функционального напряжения и утомления детей, создания условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха.

В школе существует комплексный подход к организации здоровьесберегающего обучения:

- рациональное расписание уроков;
- урок с развивающим - оздоровительным содержанием в его структуре;
- психолого-педагогическая поддержка учащихся «группы риска».

Организация образовательного процесса строится с учетом **гигиенических норм и требований** к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях).

Данные требования анализируются после проведения открытых школьных мероприятий. В методическом кабинете школы находится папка с различными анализами уроков и внеклассных мероприятий, в т.ч. анализом урока с позиций здоровьесбережения; проводятся заседания МО по вопросам нормирования домашней работы учащихся, замеры объема времени, расходуемого учащимися на выполнение тех или иных заданий, ежегодная диагностика «Домашнее задание».

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

В школе строго соблюдаются все **требования к использованию технических средств обучения**, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности **индивидуальные особенности развития учащихся**: темпа развития и темп деятельности. Каждый год в школе оформляются уголки по ПДД в начальных классах.

Школа участвует в реализации программы «Разговор о правильном питании».

### ***4. Организация физкультурно-оздоровительной работы***

Система физкультурно-оздоровительной работы в школе 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. Сложившаяся система включает:

- *рациональную организацию уроков физкультуры и занятий спортивно-двигательного характера;*
- *полноценную и эффективную работу с обучающимися специальной группы здоровья;*
- *организацию динамических пауз и физкультминутки на уроках;*

- деятельность СК «ОЛИМПИАДА»;
- физкультурные соревнования в начальной школе по различным видам спорта (по параллелям), спортивные праздники в школе, «игры по станциям», Дни здоровья, и т.д.;
- традиционное проведение Дня защиты детей в конце мая;

### 5. Реализация дополнительных общеобразовательных программ

В школе созданы и реализуются дополнительные общеобразовательные программы, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни: «Баскетбол», «Футбол», «Волейбол», «Азбука футбола», «Скалодром», «Юнитур», «Тхеквондо».

### 6. Просветительская работа с родителями (законными представителями).

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

- проведение соответствующих лекций, круглых столов, индивидуальных консультаций и т. п.;
- привлечение родителей (законных представителей) к необходимой работе по проведению мероприятий по поддержанию здоровья их детей, постоянного медицинского контроля, обследований и т.п.;
- создание памяток и рекомендаций для родителей («Правильное питание – залог здоровья школьника», «Режим дня школьника», «Осень – сезон простуд», «Бессонница: взрослая проблема вашего ребёнка», «Как выполнять домашнее задание», «Гимнастика для глаз»);
- проведение родительских собраний «Как помочь ребёнку адаптироваться в школе», «Трудности адаптации ребенка к обучению в 1-ом классе», «Успех семейного воспитания. От чего он зависит?», «Тепло семьи», «Готовность к школе».

**Виды деятельности и формы занятий с обучающимися по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни.**

<b>Форма деятельности</b>	<b>Содержание мероприятий</b>	<b>Сроки</b>	<b>Исполнители</b>
<b>1. Формирование у обучающихся установки на здоровое питание</b>			
Урочная	Уроки-утренники на темы: «В гости у Айболита», «Бал витаминов», «Королевство Зубной Щётки», беседа «Умеем ли мы правильно питаться?», «Я выбираю кашу», «Витамины и здоровый организм», «Здоровая пища», «Грибы съедобные и несъедобные», использование здоровьесберегающих технологий, предупреждение случаев травматизма, проведение мониторинга состояния питания	Систематически	Учителя, воспитатели
	Проведение мероприятий совместно с работниками столовой: конкурсы, викторины.	По плану	Учителя
Работа с семьёй	Беседы на темы: «Мы за здоровое питание», «Питание и здоровье», конкурс «Рецепты наших бабушек», на лучший бутерброд, «Овощ вырасти сам» - конкурс на лучшую поделку из овощей совместно с родителями, «Обеспечение здорового питания» (сотрудничество со школьной столовой) Родительские собрания на темы: «Правильное питание – залог здоровья	По плану	Учителя

	школьника» и т.п.		
<b>2. Обеспечение оптимального двигательного режима для детей</b>			
Урочная	Физкультминутки, ритмические перемены, прогулки на свежем воздухе, пионербол, подвижные народные игры.	Систематически	Учителя
Внеурочная	Проведение мониторинга состояния здоровья, выявление хронических заболеваний, «Веселые старты», соревнования по лыжам, «Клуб веселых спортсменов» (командная игра), совместных мероприятий с Домом детского и юношеского творчества, конкурс «Мои спортивные достижения».	По плану	Учителя
Работа с родителями	Совместные спортивные мероприятия «Папа, мама, я – спортивная семья», «Спорт в нашей семье», игра «Неразлучные друзья, взрослые и дети», просветительские родительские собрания «Как взрослеют девочки», «Как взрослеют мальчишки», «Чего нельзя мальчишкам», конференции, обучающие семинары.	По плану	Учителя и родители
<b>3. Обеспечение рекомендуемого врачами режима дня обучающихся</b>			
Урочная	Уроки окружающего мира совместно с медицинскими работниками, беседы на классных часах о режиме дня, «Рациональное распределение свободного времени», профилактика сохранения зрения, зубов, «Берегите зубы», гимнастика для глаз, опорно-двигательного аппарата. Составление расписания согласно требованиям СанПиН	По плану	Учителя, администрация
Работа семьей	Родительские собрания на темы: «Мы за здоровый образ жизни», «Закаливание организма», «Профилактика простудных заболеваний», анкетирование, беседы «Наследственность и здоровье» «Как помочь ребенку адаптироваться в школе», «Трудности адаптации ребенка к обучению в 1-ом классе».	По плану	Учителя, администрация
<b>4. Формирование у обучающихся знаний о факторах риска для их здоровья</b>			
Урочная	Беседы на уроках окружающего мира, классных часах, уроках физкультуры на темы: «Возрастные изменения», «Поговорим о личном», «Взаимоотношения человека и окружающей среды», «Медицинская помощь и обеспечение безопасности жизнедеятельности», «Основные виды травм и первая помощь при них», «Когда кусают насекомые. О	По плану	Учителя

	клещах», «Как уберечь себя и окружающих от инфекционных болезней».		
Внеурочная	Посещение детской поликлиники, стоматологической клиники	По плану	Учителя
Работа с социальными партнёрами	Сотрудничество с поликлиникой, спортивными организациями, диспансеризация учащихся	По плану	Администрация
<b>5. Профилактика вовлечения учащихся в табакокурение, употребление алкоголя и других наркотических веществ</b>			
Урочная	Профилактические беседы о вреде курения, других вредных привычек: «Не начинай курить!», «Пассивное курение», «Правда об алкоголе. Не пробуй спиртного».	Систематически	Учителя
Внеурочная	Инсценирование и конкурс рисунков «За здоровый образ жизни», «Формирование здорового образа жизни младшего школьника» - родительское собрание.	По плану	Учителя
<b>6. Формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам собственного роста и развития, состояния здоровья</b>			
Урочная	Беседы на уроках (окружающий мир, физическая культура, изобразительное искусство) на темы: «Жизнедеятельность человека», «Общение и уверенность в себе», «Личность и внутренние ресурсы человека», «Правильно лечись», «Умей предупредить болезни».	Систематически	Учителя
Внеурочная	Викторины на темы: «Я и мир вокруг меня», «В здоровом теле – здоровый дух», выставка «Будь здоров!», игра «Навыки здорового образа жизни», беседа «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний», конкурс рисунков и плакатов «Здоровый образ жизни», «Спорт и моя семья», «Мы чистюли», «Я здоровье сберегу- сам себе я помогу» (праздник 3-4 классы), «Наше здоровье» (командная игра).	По плану	Учителя
<b>7. Формирование экологической культуры школьников.</b>			
Урочная	Беседы на уроках «Окружающий мир»: «Животные и растения Красной книги», «Планета без растений», «Птицы зимой», «Поведение в природе», «Не загрязняй водоемы», «Природные богатства и их роль в жизни человека», «За что я хочу сказать спасибо растениям» и др.	По программе	Учителя
Внеурочная	Конкурсы рисунков и презентации: «Мой любимый цветок», «Мой домашний питомец», «Животные Ладожского озера», «Растения –	По плану	Учителя, родители

	зеленая одежда Земли», «Мир глазами юного эколога». Акции: «Подкорми птиц зимой». Экологический паспорт школы, озеленение школьных кабинетов. Экскурсии в музей воды, в музей почвоведения, в Зоологический музей, Токсовский заповедник. Экологическая игра «Природные зоны» и др.		
--	--	--	--

### **Планируемые результаты реализации программы**

Выпускник начальной школы имеет мотивацию к занятию физкультурой и спортом, сохранению своего здоровья, обладает первоначальными гигиеническими навыками и знаниями физиологии и гигиены своего тела.

#### *Личностные УУД:*

- оценивать важность бережного отношения к здоровью человека и к природе;
- понимать важности образования, здорового образа жизни, красоты природы и творчества;
- вырабатывать в противоречивых конфликтных ситуациях правила поведения, способствующие ненасильственному и равноправному преодолению конфликта;

#### *Регулятивные УУД:*

- определять и формулировать цель деятельности, составлять план действий по решению проблемы (задачи);
- использовать информацию в проектной деятельности по формированию ЗОЖ под руководством учителя-консультанта.

#### *Коммуникативные УУД:*

- оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учетом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ;
- при необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами;
- учиться критично относиться к собственному мнению;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.);
- предвидеть (прогнозировать) последствия коллективных решений.

### **Оценка эффективности реализации программы**

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

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья. Во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

#### **Ожидаемые результаты реализации программы**

Выпускник начальной школы имеет мотивацию к сохранению своего здоровья, обладает первоначальными гигиеническими навыками и знаниями физиологии и гигиены своего тела.

- стабильность показателей физического и психического здоровья детей;
- сокращение количества уроков, пропущенных по болезни;
- активизация интереса детей к занятиям физической культурой, ритмикой;
- 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 ЗОЖ.

### **Критерии и показатели эффективности деятельности образовательной организации**

ОУ самостоятельно разрабатывает критерии и показатели эффективности реализации программы формирования экологической культуры, безопасного образа жизни обучающихся, исходя из особенностей региона, контингента обучающихся, социального окружения, выбранного направления программы.

Основные результаты реализации программы формирования экологической культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур. Можно выделить следующие **критерии эффективной реализации** Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

- ✓ высокая рейтинговая оценка деятельности школы по данному направлению в городской или региональной системе образования;
- ✓ отсутствие нареканий к качеству работы школы со стороны органов контроля и надзора, органов управления образованием, родителей (законных представителей) и обучающихся, что является показателем высокого уровня деятельности управленческого звена школы;
- ✓ повышение уровня культуры межличностного общения обучающихся и уровня эмпатии друг к другу;
- ✓ снижение уровня социальной напряжённости в детской и подростковой среде;
- ✓ результаты экспресс-диагностики показателей здоровья школьников;
- ✓ положительные результаты анализа анкет по исследованию жизнедеятельности школьников, анкет для родителей (законных представителей) (экспресс-диагностика показателей здоровья первоклассников; анкеты для родителей «Здоровье ребенка», «Можно ли ваш образ жизни назвать здоровым?»; для учащихся «Значимость здоровья в системе ценностей», «Сформированность навыков личной гигиены»).
- ✓ полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях и т. п.);
- ✓ рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования
- ✓ организацию динамических пауз, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- ✓ организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- ✓ регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней здоровья, соревнований, олимпиад, походов и т. п.)

Предусматривается духовно-нравственное воспитание, развитие обучающихся в части формирования личности, *выполняющей правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни; имеющей целостный, социально ориентированный взгляд на мир в его органичном единстве и разнообразии природы; освоившей основы экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, нормы здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде.* Именно эти критерии составляют основу настоящей Программы.

Развиваемые у учащихся в образовательной деятельности 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).

Основным критерием эффективности работы по формированию экологической культуры школьников, формирования заинтересованного отношения детей к собственному здоровью является единство их экологического сознания и поведения.

В качестве *критериев эффективности реализации* Программы на уровне начального общего образования можно рассматривать овладение *обучающимися* такими умениями как:

- 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 ее;
- оценивать соответствие мотива и результата поведения с позиции экологической культуры, взаимосвязи здоровья человека и здоровья природы.

### **Уровни сформированности экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.**

**Высокий уровень:** у школьников 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. Школьники проявляют инициативу и принимают активное участие в здоровьесберегающем воспитательно-образовательном процессе, способны к продуктивной творческой, научно-исследовательской деятельности по данному направлению.

**Средний уровень** позволяет школьнику 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. Школьники этого уровня культуры здоровья могут признавать важность проблемы формирования здорового и безопасного образа жизни, но не проявляют собственной активности в этом процессе.

Методика и инструментальный мониторинг достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся.

В целях получения объективных данных о результатах реализации программы и необходимости её коррекции проводится систематический мониторинг в образовательной организации.

Мониторинг реализации программы включает:

- аналитические данные об уровне представлений обучающихся о проблемах охраны окружающей среды, своём здоровье, правильном питании, влиянии психотропных веществ на здоровье человека, правилах поведения в школе и вне школы, в том числе на транспорте;
- отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся: общего показателя здоровья, показателей заболеваемости органов зрения и опорно-двигательного аппарата;

- отслеживание динамики травматизма в образовательной организации, в том числе дорожно-транспортного травматизма;
- отслеживание динамики показателей количества пропусков занятий по болезни.
- наличие в образовательной программе школьных курсов, направленных на повышение уровня знаний по здоровьесбережению, экологической направленности.
- активное внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе.
- количественные и качественные показатели участия школьников в спортивных соревнованиях разных уровней.
- динамика изменений в состоянии психофизического здоровья обучающихся.
- стабильный положительный психологический микроклимат в педагогическом коллективе.
- постоянная и стабильная взаимосвязь и сотрудничество со всеми участниками образовательных отношений.

Для отслеживания **достижения планируемых результатов** используется **методика и инструментарий**, предусмотренный примерными программами по отдельным учебным предметам и материалы Портфолио.

Для осуществления мониторинга готовности обучающихся к соблюдению правил экологически целесообразного здорового и безопасного образа жизни целесообразно применять *педагогическое наблюдение в специально моделируемых ситуациях*.

Для неперсонифицированного мониторинга формирования мотивационно-ценностной сферы личности можно использовать имеющийся психологический инструментарий - *проективные методики, опросники, тесты*.

Основные результаты реализации программы учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, одна из которых школьный конкурс **"Быть здоровым и успешным"**, который предусматривает выявление динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся, а также проведение тестов учителями физической культуры по оценке физической подготовленности школьников, экспресс-анализа уровня физической подготовленности обучающихся т.п.

В мониторинг образовательной деятельности, на основе которого строится работа по здоровьесбережению, экологическому воспитанию также входят:

- ✓ контроль за соблюдением режима школьных занятий (продолжительностью урока, перемен, учебного дня, объема домашних заданий и т.п.);
- ✓ контроль за правильной организацией урока (его построением с учетом динамики работоспособности школьников, рационального использования ТСО, компьютерной техники);
- ✓ постоянное наблюдение за позой ребенка во время занятий и т.п.;
- ✓ контроль за выполнением гигиенических требований (световым, звуковым, температурным режимами, цветовым оформлением кабинетов и пособий);
- ✓ контроль состояния воздуха и питьевого режима учащихся;
- ✓ правильный подбор мебели, сменной обуви.

Развиваемые у учащихся в образовательной деятельности компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы:

- на уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья;
- во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности;

## Анкеты для учащихся и родителей

### Анкета «Режим дня»

(для учащихся)

*Цель:* выявить отношение школьников к своему здоровью, знание правильного составления и выполнения учащимися режима дня

Поставь красный кружок рядом с позицией, с которой ты согласен:

1. Знаешь ли ты что такое режим дня?

а) да, знаю;                      б) нет, не знаю;                      в) имею представление.

2. Как ты считаешь, с чего должен начинаться твой день?

а) с завтрака;                      б) с зарядки ;                      в) с водных процедур;

3. Завтракаешь ли ты утром?

А) нет                      Б) да

4. Занимаешься на уроке физкультуры

а) с полной отдачей;    б) без желания;                      в) лишь бы не ругали.

5. Занимаешься ли спортом дополнительно?

а) в школьной секции;                      б) в спортивной школе;

6. Проводишь ли ты время, играя на свежем воздухе после уроков?

А) да                      Б) нет

7. В какое время ты обычно ложишься спать

А) 21 час                      Б) 23 часа

### Анкета «Режим дня»

(для родителей)

*Цель опроса* - изучение влияния учебной нагрузки и режима дня на состояние здоровья ребенка. С Вашей помощью мы надеемся решить ряд проблем, возникающих в условиях школы и семьи.

Класс, пол ребенка \_\_\_\_\_

1. В какое время Ваш ребенок обычно встает в учебный день? \_\_\_\_\_

2. Делает ли ребенок утреннюю зарядку? (отметьте знаком «+»)  
да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_ иногда \_\_\_\_\_ считаю это лишним \_\_\_\_\_

3. Делает ли ребенок закаливающие процедуры? (отметьте знаком «+»)  
да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_ иногда \_\_\_\_\_ считаю это лишним \_\_\_\_\_

4. Завтракает ли ребенок перед школой? (отметьте знаком «+»)  
да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_ если нет, то почему? \_\_\_\_\_

5. Завтракает ли Ваш ребенок в школе? (отметьте знаком «+»)  
да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_ если нет, то почему? \_\_\_\_\_

6. Сколько времени затрачивает ребенок на дорогу в школу? \_\_\_\_\_

7. Каким транспортом он пользуется? \_\_\_\_\_

8. Сколько времени в среднем проводит ребенок на воздухе:  
в учебный день \_\_\_\_\_

в выходные и каникулярные дни? \_\_\_\_\_

9. Какие спортивные секции посещает ребенок? \_\_\_\_\_

10. Сколько раз в неделю? \_\_\_\_\_

11. Какие кружки, студии и т.п. посещает ребенок? \_\_\_\_\_

12. Сколько раз в неделю? \_\_\_\_\_

13. Сколько времени в среднем затрачивает ребенок на подготовку домашних заданий:  
в учебный день \_\_\_\_\_  
в выходные дни? \_\_\_\_\_
14. Какой из учебных предметов, как правило, требует большего времени на подготовку? \_\_\_\_\_
15. Сколько ребенок имеет часов в неделю на дополнительные занятия тем или иным предметом (в школе или вне ее)? \_\_\_\_\_
16. Читает ребенок ежедневно внепрограммную литературу? Сколько на это отводится времени в день? \_\_\_\_\_
17. Сколько времени ребенок тратит на просмотр телепередач:  
в учебный день \_\_\_\_\_  
в выходной день? \_\_\_\_\_
18. Сколько времени ребенок тратит на занятия с компьютером и игровыми приставками:  
в учебный день \_\_\_\_\_  
в выходной день? \_\_\_\_\_
19. В какое время ребенок обычно ложится спать:  
в учебный день \_\_\_\_\_  
в выходной день? \_\_\_\_\_
20. Бывают у ребенка жалобы на:  
головную боль \_\_\_\_\_  
головокружение \_\_\_\_\_  
расстройства сна? \_\_\_\_\_
21. Часто у ребенка появляются:  
слезливость \_\_\_\_\_  
капризы \_\_\_\_\_  
плохое настроение \_\_\_\_\_
22. апатия? \_\_\_\_\_

### Анкета «Бережное отношение к природе»

(для учащихся)

Методика «Альтернатива» (проводится индивидуально с каждым ребенком).

Цель. Определить тип взаимодействия с природными объектами

Инструкция к проведению. Педагог предлагает ребенку выбрать наиболее подходящий для него вариант ответа.

- Для нашего аквариума ты бы хотел завести новых рыбок:

А) с красивой окраской?

Б) С интересным поведением?

- Гуляя в лесу с родителями ты пойдешь:

А) Проложишь новую дорожку, зато нарвешь красивый букет?

Б) По хорошей тропинке, не вредя растениям?

- После отдыха с родными в лесу ты:

А) Оставишь мусор там, ведь и так его много вокруг?

Б) Попытаешься собрать мусор и вместе с родителями выбросишь его потом в урну?

- Какие цветы ты выбрал бы для посадки на клумбу:

А) Яркие красивые растения, которые не требуют особого ухода?

Б) Растения, за которыми необходимо постоянно следить и ухаживать?

- Как ты думаешь, что ты можешь сделать для охраны природы:

А) Ничего, я еще маленький.

Б) Не сорить, не обижать животных, вешать кормушки, собирать мусор в лесу.

### *Оценка результатов деятельности*

За каждый ответ А – 1 балл, за ответ Б – 2 балла. **Высокий**

#### **уровень (9 - 10 баллов)**

\* Ребенок осознанно на первое место ставит интересы природы. Полными предложениями отвечает на поставленные вопросы. Проявляет интерес к вопросам. Интересуется охраной природы и бережным отношением к ней.

#### **Средний уровень (7 - 8 баллов)**

\* Ребенок отвечает на поставленные вопросы. Не проявляет особого интереса к бережному отношению, природой больше интересуется с эстетической точки зрения.

#### **Низкий уровень (5 - 6 баллов)**

\* Ребенок затрудняется отвечать на поставленные вопросы. Больше занимают свои интересы, а не вопросы охраны природы. Интересуется красотой природы, а не чистотой.

**Наблюдение за поведением и эмоциями детей на природе.** Цель. Выявить уровень взаимодействия детей с природными объектами. Оценка результатов деятельности

#### **Высокий уровень (13 - 15 баллов)**

\* Ребенок старается не вредить растениям во время игр. Увлеченно наблюдает за растениями и животными, интересуется способами ухода за ними. Самостоятельно ухаживает за растениями в уголке природы. Выполняет простейшие функции по уходу за растениями. Проявляет инициативу.

#### **Средний уровень (8 - 12 баллов)**

\* Ребенок не причиняет вреда растениям, но не проявляет к ним особого интереса. Животные ребенка привлекают, но очень быстро интерес к ним пропадает. В совместной деятельности с педагогом выполняет необходимые функции по уходу за природными объектами, но старается поскорее закончить свою деятельность.

#### **Низкий уровень (5 - 7 баллов)**

\* Ребенок в ходе прогулок не обращает внимание на растения. Может повредить их, не придав этому значения. Не прислушивается к советам педагога в отношении охраны растений. Декоративные растения интереса не вызывают. Животные привлекают только в качестве объекта, с которым можно поиграть. Природные явления не интересны.

### **Опросник «Отношение к природе»**

(проводится индивидуально с каждым ребенком).

Цель. Определить уровень развития личностного отношения к природе.

Инструкция к проведению. Педагог предлагает ребенку вопрос, требующий однозначного ответа:

- Тебе на день рождения подарили котенка, хомячка или другое домашнее животное. Ты обрадуешься?
- Твой друг сломал ветку дерева. Ты укажешь на его неправильное действие?
- Воспитатель выбирает помощника для уборки на участке. Ты попросишь взять тебя в помощники?
- Ты любишь смотреть по телевизору передачи о животных или о природе?
- Тебе нравится слушать рассказы о природе и животных?
- Воспитатель предлагает тебе убираться в уголке природы или быть дежурным. Ты выберешь уборку в уголке природы?
- Ты считаешь неправильным бросать мусор там, где хочется?
- Тебе жалко бездомных собак и кошек?
- Ты хотел бы взять одного из таких животных себе

домой? Оценка результатов деятельности За каждый ответ ДА – 2 балла, за ответ НЕТ – 1 балл.

#### **Высокий уровень (16 -18 баллов)**

\* Ребенок осознанно отвечает на поставленные вопросы, на большинство из них отвечает положительно. Отношение к природе у ребенка исключительно положительное,

объекты природы вызывают познавательную потребность. У ребенка есть стремление к взаимодействию с природой, не ставящее цели получить от природы что то «полезное».

### **Средний уровень (13 – 15 баллов)**

\* Ребенок не проявляет особого интереса к природе, восприимчив к чувственно - выразительным элементам природы. У ребенка нет потребности в действиях, связанных с уходом за природными объектами, не испытывает особой «любви» к животным и растениям.

### **Низкий уровень (9 - 12 баллов)**

\* Ребенка мало интересуют происходящие перемены в природе, его больше занимают игровая, самостоятельная деятельность. Больше предпочтение отдает бытовой деятельности, а не природоохранной. На большинство вопросов ответил отрицательно.

### **Анкета «Здоровое питание» для родителей**

1. Сколько раз в день питается ваш ребенок? (Два, три, четыре, пять, более).
  2. Завтракает ли ваш ребенок дома? (Да, нет)
  3. Завтракает ли ваш ребенок в школе? (Да, нет)
  4. Ужинает ли ваш(а) сын (дочь): перед сном, за один час до сна, за два часа
  5. Часто ли ест ваш ребенок:
    - Каши (да, нет)
    - Яйца (да, нет)
    - Молочную пищу (да, нет)
    - Сладости (да, нет)
    - Соленья (да, нет)
    - Жирную и жареную пищу (да, нет)
  6. Сколько раз в день ваш ребенок употребляет молоко, кефир, йогурт?
  7. Сколько видов свежих овощей и фруктов ваш ребенок съедает ежедневно?
  8. Какие напитки чаще всего пьет ваш ребенок? (Газированные, соки, молоко, воду, чай, кофе, компот, настой из трав, минеральную воду)
  9. Считаете ли вы, что пища, которую употребляет ваш ребенок разнообразна и полезна для здоровья? (Да, нет)
  10. Каков, по вашему мнению, вес вашего ребенка? (Нормальный, недостаточный, избыточный)
  11. Удовлетворены ли Вы организацией школьного питания? \_\_\_\_\_
  12. Ваши пожелания по организации школьного питания.
- 

### **Анкета "Питание в школе глазами родителей"**

1. Удовлетворяет ли Вас система организации питания в школе?
2. Считаете ли Вы рациональной организацию горячего питания в школе?
3. Удовлетворены ли Вы работой школьной комиссии по питанию?
4. Удовлетворены ли Вы санитарным состоянием столовой
5. Удовлетворены ли Вы качеством приготовления пищи?

### **Анкета «Здоровое питание» (Для учащихся)**

1. Что ты ел на завтрак?
2. Считаешь ли ты завтрак необходимым?
3. Какие твои любимые овощи?
4. Какие овощи ты не ешь?
5. Сколько раз в день ты ешь овощи?
6. Любишь ли ты фрукты?
7. Какие фрукты твои любимые?
8. Сколько раз в день ты ешь свежие фрукты?
9. Что ты ешь чаще всего между основными приемами пищи?
10. Что ты пьешь чаще всего?

11. Считаешь ли ты продукты, которые употребляешь полезными для себя?
12. Считаешь ли ты, что твой вес: нормальный, избыточный, недостаточный?
13. Любишь ли ты чипсы, газировку, сухарики? Как Часто ты их употребляешь?
14. Считаешь ли ты, что чипсы, газировка и сухарики полезны для твоего организма?

#### **Анкета "Питание в школе глазами детей»**

1. Нравится ли тебе питаться в школьной столовой?
2. Устраивает ли тебя ежедневное меню?
3. Вкусную ли пищу готовят в столовой?
4. Считаешь ли ты, что горячее питание повышает твою успеваемость?
5. Что бы ты хотел изменить в школьной столовой?

#### **Анкета «Мое здоровье»**

*(для учащихся)*

**Цель:** выявить отношение школьников к своему здоровью, понимание ими важности физического совершенствования.

Поставь соответствующий кружок рядом с позицией, с которой ты согласен: 3 – зеленый; 2 – частично; 1 – нет.

1. Часто ли ты пропускаешь занятия по болезни а) из-за простудных заболеваний; б) из-за отсутствия закаливания; в) по другим причинам.
2. Делаешь ли ты утреннюю зарядку?
3. Регулярно ли посещаешь уроки физкультуры?
4. Занимаешься на уроке физкультуры а) с полной отдачей; б) без желания; в) лишь бы не ругали.
5. Занимаешься ли спортом дополнительно? а) в школьной секции; б) в спортивной школе;
6. Оцени степень своей успешности сегодня на уроке: а) математики; б) физкультуры; в) русском языке; г) литературном чтении; д) английском языке; е) ИЗО; ж) технологии; з) музыке
7. Были ли физкультурные паузы на ваших уроках?

#### **Анкета «Школьный режим»**

*(для родителей)*

**Цель:** изучить мнение родителей о влиянии школьного режима на здоровье ребенка. Оцените баллами 1, 2, 3 (низкий, допустимый, оптимальный уровень).

1. Как часто болеет ваш ребенок? а) каждый месяц; б) один раз в четверть; в) раз в год и реже.
2. Оцените значимость (важность) утренней зарядки для здоровья вашего ребенка:
3. Оцените выполнение зарядки вашим ребенком:
4. Оцените соблюдение им режима дня в школе:
5. Оцените соблюдение ребенком режима дня дома:
6. Оцените влияние уроков физкультуры на здоровье вашего ребенка:
7. Оцените участие вашего ребенка во внеклассных спортивных занятиях:

### Анкета «Домашнее задание»

(изучение мнения родителей о дозировке домашнего задания)

Обведите количество баллов один раз по каждому вопросу.

1. Как ваш ребенок выполняет домашнее задание? а) самостоятельно (3 балла); б) с помощью (2 балла); в) не выполняет (1 балл).
2. Домашнее задание способствует развитию вашего ребенка? а) всегда (3 балла); б) иногда (2 балла); в) нет (1 балл).
3. Сколько времени затрачивает ваш ребенок на выполнение домашнего задания:  
а) 2,5 – 3 часа  
б) 2 – 2,5  
в) 1 – 2 часа  
г) меньше 1 часа
4. Соответствует ли режим работы школы уровню физического здоровья вашего ребенка?  
а) да – 3 балла; б) частично – 2 балла; в) нет – 1 балл.
5. Соответствует ли расписание учебных занятий уровню физического здоровья вашего ребенка?  
а) да – 3 балла;  
б) частично – 2 балла;  
в) нет – 1 балл.

### АНКЕТА «ЗОЖ» 3-4 класс

(для учащихся)

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. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?

- А) Мыло
- Б) Мочалка
- В) Зубная щётка
- Г) Зубная паста
- Д) Полотенце для рук
- Е) Полотенце для тела
- Ж) Тапочки
- З) Шампунь

2. На дверях столовой вывесили 2 расписания приёма пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.

	1 расписание (А)	2 расписание (Б)
Завтрак	8.00	9.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00

3. Оля, Вера и Таня не могут решить – сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь правильный ответ:

- А) Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи.
- Б) Зубы надо чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день.
- В) Зубы надо чистить утром и вечером.

4. Отметь, в каких случаях надо обязательно мыть руки:

- А) После прогулки

- Б) После посещения туалета
- В) После того, как заправил постель
- Г) После игры в баскетбол
- Д) Перед посещением туалета
- Е) Перед едой
- Ж) Перед тем, как идёшь гулять
- З) После игры с кошкой или собакой

5. Как часто ты принимаешь душ?

- А) Каждый день Б) 2-3 раза в неделю В) 1 раз в неделю

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

- А) Положить палец в рот.
- Б) Подставить палец под кран с холодной водой
- В) Намазать палец йодом и накрыть чистой салфеткой
- Г) Намазать кожу вокруг ранки йодом и накрыть чистой салфеткой

### КЛЮЧ К АНКЕТЕ «ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

#### ВОПРОС № 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. Отметь, какими из перечисленных предметов не стоит делиться даже с лучшим другом?

Мыло (0)      Зубная щётка (2)      Полотенце для рук (0)      Тапочки (2)  
 Мочалка (2)      Зубная паста (0)      Полотенце для тела (2)      Шампунь (0)

Показатель: Знание правил пользования средствами личной гигиены.

#### ВОПРОС № 2.

На дверях столовой вывесили 2 расписания приёма пищи – одно из них правильное, а другое содержит ошибки. Отметь правильное расписание.

	1 расписание (4)	2 расписание (0)
Завтрак	8.00	9.00
Обед	13.00	15.00
Полдник	16.00	18.00
Ужин	19.00	21.00

Показатель: Осведомлённость о правилах организации режима питания.

#### ВОПРОС № 3.

Оля, Вера и Таня не могут решить – сколько раз в день нужно чистить зубы. Как ты думаешь, кто из девочек прав. Отметь правильный ответ:

- Зубы нужно чистить по вечерам, чтобы удалить изо рта все скопившиеся за день остатки пищи

- Зубы надо чистить по утрам, чтобы дыхание было свежим весь день (0)

- Зубы надо чистить утром и вечером (4)

Показатель: Осведомлённость о правилах личной гигиены.

#### ВОПРОС № 4.

Отметь, в каких случаях надо обязательно мыть руки:

После прогулки (2)      Перед посещением туалета (0)

После посещения туалета (2)      Перед едой (2)

После того, как заправил постель (0)      Перед тем, как идёшь гулять (0)

После игры в баскетбол (2)      После игры с кошкой или собакой (2)

Показатель: Осведомлённость о правилах личной гигиены.

#### ВОПРОС № 5.

Как часто ты принимаешь душ?

Каждый день (4)      2-3 раза в неделю (2)      1 раз в неделю (0)

Показатель: Осведомлённость о правилах личной гигиены.

## ВОПРОС № 6.

Твой товарищ поранил палец. Что ты ему посоветуешь?

- Положить палец в рот (0)
- Подставить палец под кран с холодной водой (0)
- Намазать рану йодом и накрыть чистой салфеткой (4)
- Намазать кожу вокруг ранки йодом и накрыть чистой салфеткой (6)

Показатель: Осведомлённость о правилах оказания первой помощи.

### ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ

Подсчитывается общее количество баллов, набранных учащимся:

- 30-36 – высокий уровень осведомлённости о требованиях ЗОЖ
- 24-29 – достаточная осведомлённость о требованиях ЗОЖ
- 18-23 – недостаточная осведомлённость о требованиях ЗОЖ
- 18 – низкий уровень осведомлённости о требованиях ЗОЖ

### Анкета «Вредные привычки

*(Для учащихся)*

#### 1 класс

1. Видели ли вы на улице пьяного человека?
2. О чем вы думаете, когда видите пьяного человека на улице?
3. Пьют ли ваши родители?
4. Как часто выпивают ваши родители?
5. Как вы относитесь к пьянству родителей?
6. Какие меры предосторожности нужно предпринимать при общении с пьяным?
7. Какие меры наказания вы знаете и считаете ли их справедливыми?
8. Многие ли твои друзья курят?
9. Как ты к этому относишься?
10. Пробовал ли ты курить?

### Анкета «Вредные привычки

*(Для родителей)*

Цель: Изучить отношение родителей к курению

1. В каком возрасте Вы впервые попробовали закурить?
2. С кем и в каких обстоятельствах это произошло?
3. Курите ли вы сейчас?
4. Сколько лет Вы уже курите систематически, ежедневно?
5. Сколько штук в день примерно выкуриваете?
6. Подсчитайте, сколько это стоит на протяжении года (365 дней).
7. Курят ли в Вашей семье, кто: отец, мать, брат и др.?
8. Курят ли в Вашей комнате, в доме или курящие выходят на улицу?
9. Есть ли среди Ваших друзей, подруг курящие?
10. Кого в Вашем кругу родных и друзей больше – курящих или не курящих?
11. Кого среди знакомых курящих больше – мужчин или женщин?
12. Хотели ли Вы бросить курить?
13. Пробовали Вы бросить курить и сколько раз?
14. Какие средства могут помочь бросить курить?
15. В каких обстоятельствах Вам более всего хочется закурить?
16. Почему возникает такая сильная тяга к табаку?
17. Сколько раз на протяжении текущего года Вы болели?
19. Ухудшилось ли ваше здоровье с тех пор, как Вы начали курить?
20. Улучшилось ли ваше здоровье с тех пор, как Вы бросили курить?
21. Какие болезни человека прямо связаны с курением табака?

### Анкета «Отношение к прививкам»

*(для родителей)*

1 Как вы относитесь к прививкам, вакцинации?

- а) положительно

- б) отрицательно
2. Даете ли вы согласие на то, чтобы вашему ребенку делали прививки?
- а) да
- б) нет
3. Если нет, то укажите причину \_\_\_\_\_
4. Как вы считаете для чего необходимо ставить прививки?

### **Анкета «Отношение к прививкам»**

*(для учащихся)*

1. Заешь ли ты, для чего нужны прививки?
- а) да
- в) нет
2. Делали ли тебе прививки?
3. Испытываешь ли ты страх перед прививкой?
- а) да
- в) нет
4. Как ты думаешь нужны ли прививки для здоровья человека?
- а) да в) нет

### **Анкета «Правила безопасного поведения»**

*(для учащихся)*

Правила безопасного поведения на автомобильных дорогах:

- 1 Где можно переходить улицу?
- 2 Где нельзя переходить улицу?
- 3 Можно ли играть на проезжей части дороги?
- 4 Можно ли кататься на велосипеде, санках лыжах, коньках вблизи проезжей части?

Правила безопасного поведения в поездах и на железных дорогах:

- 1 Где можно переходить железнодорожные пути?
- 2 Можно ли во время движения поезда высовываться из окон, стоять на подножках, открывать наружные двери?
- 3 Можно ли играть вблизи железнодорожных путей?

Правила личной безопасности дома и на улице:

- 1 Можно ли открывать дверь незнакомому человеку, даже если он в форме врача, милиционера, почтальона?
- 2 Можно ли разговаривать на улице с незнакомыми людьми, особенно, если они что-нибудь предлагают (покататься на машине, подвезти до дома, съездить за конфетами, в кино и др.).
- 3 Если незнакомый человек пытается открыть дверь, что нужно сделать?
- 4 Можно ли впускать в дом людей, которые говорят, что они пришли по просьбе родителей.

### **Анкета «Безопасное поведение в окружающей среде»**

*(для родителей)*

Уважаемые родители!

Просим Вас заполнить анкету и откровенно ответить на вопросы.

Ваши ответы позволят оценить актуальность проблемы безопасности жизнедеятельности вашего ребенка и целесообразность проведения специально организованных занятий по ОБЖ.

- 1 Попадал ли ваш ребенок в опасную ситуацию дома, на улице, на природе? (Приведите пример)

- 
- 2 Если бы ребенок заранее знал о последствиях своего поведения, смог бы он избежать опасности? \_\_\_\_\_
  - 3 Знакомите ли вы своего ребенка с правилами обращения с опасными предметами? (Пример) \_\_\_\_\_
  - 4 Говорите ли вы с ребенком о правилах поведения при контактах с незнакомыми людьми? (Пример) \_\_\_\_\_
  - 5 Как вы воспитываете бережное отношение к природе?  
\_\_\_\_\_
  - 6 Занимаетесь ли вы физическим развитием своего ребенка? (Каким образом?)  
\_\_\_\_\_
  - 7 Знает ли ваш ребенок некоторые правила дорожного движения? (Какие?)  
\_\_\_\_\_
  - 8 Формируя безопасное поведение ребенка, вы действуете:  
а) путем прямых запретов: «не трогай», «отойди», «нельзя»; б) пытаетесь подробно объяснить ситуацию;  
в) поступаете иначе \_\_\_\_\_
  - 9 Поощряете ли вы ребенка за соблюдение правил безопасного поведения? Чем?  
\_\_\_\_\_
  - 10 Придерживаетесь ли вы сами данных правил? (всегда, часто, иногда, редко, никогда) \_\_\_\_\_
  - 11 Целесообразно ли проводить специально организованные занятия по основам безопасности жизнедеятельности в школе? \_\_\_\_\_
  - 12 Какие темы занятий по ОБЖ вы считаете наиболее актуальными?
    - Ребенок и другие люди
    - Ребенок дома
    - Ребенок и природа
    - Здоровье и эмоциональное благополучие ребенка
    - Ребенок на улице
  - 13 Готовы ли вы принимать участие в обсуждении данной темы, проведении различных мероприятий, а также поддерживать и закреплять навыки безопасного поведения вне школы?  
\_\_\_\_\_
  - 14 Ваши пожелания  
\_\_\_\_\_
- 

### Анкета

*(для выявления отношения детей к своему здоровью)*

1. Как ты считаешь, такие недомогания, как головокружение, головная боль, боли в спине, висках, ногах, усталость глаз, связаны:

- а) с учебной работой в школе
- б) большим количеством уроков и заданий?
- в) длинной зимой?
- г) началом какой – либо болезни, простуды

2. Посещаешь ли ты школу:

- А) при насморке и головной боли
- Б) невысокой температуре
- В) 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.



## 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?

### Тест–опросник «Строение и функции организма человека»

1. Как называется наука, изучающая строение тела человека?
  - Физиология
  - Зоология
  - анатомия
2. Скелет и мышцы образуют:
  - пищеварительную систему;
  - кровеносную систему;
  - опорно-двигательную систему.
3. Мышцы прикрепляются к костям при помощи: а) сухожилий; б) суставов; в) хрящей.
4. Главную опору нашего организма составляет: а) копчик; б) позвоночник; в) скелет ног.
5. Сколь органов чувств ты знаешь?  
А) 7 Б) 6 В) 5
6. Соедини линиями

Глаза	Орган осязания
Уши	Орган вкуса
Нос	Орган зрения
Кожа	Орган обоняния
Язык	Орган слуха
7. С помощью какого органа ты узнаешь, что запел соловей, залаяла собака?
  - Уши
  - Глаза
  - Нос
  - мозг
8. При помощи какого органа ты отличаешь солёную пищу от горькой?
  - Зубы
  - Нос
  - Язык
  - Глаза

- губы
9. Кожа – это ...
- а) наружный покров человека;
- б) внутренний орган;
- в) это обёртка человека
10. Какой орган отвечает за дыхание человека?
- Сердце
- Легкие
- Почки
11. Какой орган контролирует работу твоего тела?
- Печень
- Сердце
- Мозг
12. Какой орган отвечает за переваривание пищи?
- Сердце
- Легкие
- 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		
		полн ость ю	част ичн о	не влад ею
1	Принимать или намечать учебную задачу, ее конечную цель			
2	Прогнозировать результаты работы			
3	Готовить рабочее место в соответствии с заданием			
4	Планировать порядок выполнения задания			
5	Выбирать рациональный путь выполнения задания			
6	Осуществлять самоконтроль и самооценку своей работы			
7	Руководить работой группы или коллектива			
8	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			
9	Умение участвовать в учебном диалоге			
10	Умение включаться в коллективное обсуждение проблемы			
11	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			
12	Работать со справочной и дополнительной литературой			
13	Усваивать информацию со слов учителя			
14	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-органи- зационные (Уо)	Учебно-коммуни- кативные (Ук)	Учебно-инфор- мационные (Ui)	Итог о
	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