

ОБСУЖДЕНО
и принято
Советом школы
28.10.2019г.
протокол № 02

УТВЕРЖДЕНО
приказом МКОУ ДО
«Никольская МШ»
от 28.010.2019г.
№ 53о/д

Положение о сохранении и укреплении здоровья, безопасного образа жизни обучающихся

Пояснительная записка

Здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования, что находится в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации». Решение этой проблемы – сохранение и укрепление здоровья детей, требует совместных усилий и координации деятельности преподавателей и родителей. Основными целями школы является сохранение здоровья обучающихся и восстановление адаптационных возможностей организма ребенка, полноценное физическое и психологическое развитие обучающихся в соответствии с возрастом, обучение основам здорового образа жизни, формирование здоровье сберегающей культуры.

Успешность обучения в школе определяется уровнем состояния здоровья, с которым ребенок пришел в школу, что является исходным фоном на старте обучения.

Данное Положение формирования культуры здорового и безопасного образа жизни представляет собой комплексную программу формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся.

Положение обеспечивает:

- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);
- формирование установки на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- применение рекомендуемого врачами режима дня;
- формирование знаний негативных факторов риска здоровью детей (пониженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление навыков противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие

готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены.

Нормативно-правовой и документальной основой Положения формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся являются:

- Закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации»;
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы Сан ПиН 2.4.4. 1251-03 «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей»
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2010г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

Факторы, оказывающие существенное влияние на состояние здоровья детей:

Положение формирования ценности здоровья и здорового образа жизни с учётом **факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей**:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место, 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 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

В связи с развитием информационных технологий значительно возросла компьютерная нагрузка. Дети часами сидят за компьютером дома, много времени проводят у телевизора. Ухудшается зрение, дети жалуются на головные боли, усталость. Статичность позы приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата.

Многие дети увлечены компьютерными играми, пропагандирующими насилие, жестокость. Эти игры травмируют психику ребенка.

Цель:

Формирование 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.

Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся:

1. сформировать у обучающихся ценностное отношение к здоровью и здоровому образу жизни;
2. сформировать у обучающихся **потребность** безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья и **готовность** самостоятельно поддерживать свое здоровье;
3. сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье и дать представление о негативных факторах риска здоровью детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

4. научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;
5. научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
6. сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
7. сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
8. дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
9. обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
10. сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
11. развивать готовность самостоятельно поддерживать свое здоровье.

Принципы, которые легли в основу создания положения:

1.Принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех обучающихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помочи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником.

2. Учет возрастных особенностей обучающихся

3.Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

4.Обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок - субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.

5.Построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.

6.Рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы

7.Обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

Развиваемые у обучающихся 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 - на классных собраниях.

Направления реализации программы

Основные направления, ценностные установки и планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

Направление формирования здорового образа жизни	Ценностные установки	Планируемые результаты формирования культуры здорового и безопасного образа жизни
Формирование ценностного отношения к	Здоровье физическое, стремление к здоровому образу жизни, здоровье	1.У обучающихся сформировано отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей

здравому и здоровому образу жизни	нравственное, психологическое, нервно-психическое и социально-психическое	<p>2.Обучающиеся имеют элементарные представления о физическом, нравственном, психическом и социальном здоровье человека</p> <p>3.Обучающиеся имеют первоначальный личный опыт здоровьесберегающей деятельности</p> <p>4.Обучающиеся имеют первоначальные представления о роли здоровья человека, его образования, труда и творчества</p> <p>5.Обучающиеся знают о возможном негативном влиянии компьютерных игр, телевидения, рекламы на здоровье человека</p>
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения	Ценность здоровья и здорового образа жизни	<p>Соответствие состояния и содержания зданий и помещений санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся. Укрепление материально-технической базы; комплектование необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопед, учителя физической культуры, психолог, медицинский работник) Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся; индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования</p>
Рациональная организация образовательного процесса	Отношение к здоровью детей как главной ценности. Ценность рациональной организации учебной деятельности	<p>Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях) обучающихся на всех этапах обучения</p>
Организация физкультурно-оздоровительной работы	Положительное отношение к двигательной активности и совершенствование физического состояния	<p>1.Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в секциях)</p> <p>2.Рациональная и соответствующая организация уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования</p>
Реализация дополнительных образовательных программ	Ценность здоровья и здорового образа жизни	<p>Эффективное внедрение в систему работы образовательного учреждения программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, в качестве отдельных образовательных модулей или компонентов, включённых в учебный процесс</p>

Просветительская работа с родителями (законными представителями)	Отношение к здоровью детей как главной ценности семейного воспитания	Эффективная совместная работа педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек...
--	--	---

Взаимосвязь направлений, задач, видов и форм воспитания

Направление формирования здорового образа жизни	Задачи формирования здорового образа жизни	Виды и формы здоровьесберегающих мероприятий
Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни	1.Пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) 2.Обеспечение заинтересованного отношения педагогов, родителей к здоровью детей	Классные часы, беседы (урочная, внеурочная, внешкольная); спортивные секции, туристические походы, встречи со спортсменами, тренерами (внекурочная, внешкольная); урок физической культуры (урочная); подвижные игры (урочная, внеурочная, внешкольная); спортивные соревнования, игровые программы (внешкольная) здоровьесберегающие технологии (урочная, внеурочная)
Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения	1.Организация качественного горячего питания обучающихся 2.Оснащение кабинетов (в том числе медицинского), физкультурного зала, спортивплощадок необходимым оборудованием и инвентарём (медицинским, спортивным, игровым)	Укрепление материально-технической базы; комплектование необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих оздоровительную работу с обучающимися (логопед, учителя физической культуры, психолог, медицинский работник, инструктор по плаванию, учитель ОБЖ)
Рациональная организация образовательного процесса	1.Повышение эффективности учебного процесса, снижение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха 2.Обеспечение возможности обучающихся осуществлять учебную и внеучебную деятельность в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями	Использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся; индивидуализация обучения (учёт индивидуальных особенностей развития: темпа развития и темпа деятельности), работа по индивидуальным программам начального общего образования здоровьесберегающие технологии (урочная, внеурочная)
Организация физкультурно-оздоровительной работы	Обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной	Организация занятий по лечебной физкультуре, динамических перемен, физкультминуток на уроках; организация работы спортивных секций и создание условий для их

	подготовленности обучающихся, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья	эффективного функционирования; проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, походов...)
Реализация дополнительных образовательных программ	Включение каждого обучающегося в здоровьесберегающую деятельность	Проведение дней здоровья, конкурсов, праздников;
Просветительская работа с родителями (законными представителями)	Включение родителей (законных представителей) в здоровьесберегающую и здоровьеукрепляющую деятельность школы	<ul style="list-style-type: none"> ● Лекции, семинары, консультации, курсы по вопросам роста и развития ребёнка, его здоровья, факторам, положительно и отрицательно влияющим на здоровье детей; ● привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований («Папа, мама, я – спортивная семья», спортивно-туристический праздник «Золотая осень», творческий конкурс «Наша дружная здоровая семья»); ● создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей ● проведение родительского лектория; ● консультации логопеда, психолога, педагогов, фельдшера

Мониторинг эффективности реализации программы

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются:

- через анкетирование родителей и обучающихся
- через психологические тестирования: в 1-ых классах и предшкольных группах – адаптация к школе, 2-4 классы – учебная мотивация, 4-ые классы – готовность к переходу в среднюю школу
- 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.

Настоящий локальный нормативный акт действует до вступления в силу нового.