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

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни обучающихся в соответствии с определением ФГОС — это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, которая способствует познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы НОО.

С целью эффективной реализации новых стандартов начального образования в части сохранения и укрепления здоровья учащихся с применением современных компьютерных технологий учителя начальной школы №618 г. Санкт-Петербурга используют на уроках технологию БОС в режиме эмуляции.

Инновационные возможности технологии позволяют легко вводить её в учебный процесс любого класса и на различных предметах. Для проведения минуток дыхания на уроках педагог использует мультимедийные презентации. Обучение ведется в форме простейшей компьютерной игры. Главное условие игры – правильное выполнение каждого дыхательного цикла. Продолжительность занятия от 2 до 5 минут. Учителя используют программы для оздоровления как физкультминутки, а также как обучающие программы.

По результатам проведенных в школе диагностических методик были сделаны выводы:

* занятия повлияли на поведение детей: 80% после занятий стали спокойнее, а 72% - внимательнее на уроках;
* увеличилась работоспособность и успеваемость на всех предметах;
* улучшение качества речи;
* технология оказывает помощь в работе с детьми с гиперактивностью и дефицитом внимания;
* снижениет заболеваемость ОРЗ в 3-4 раза

По результатам анкетирования 96% учащихся нравятся занятия дыханием на уроках,

94% родителей считают, что уроки с применением технологии «БОС» необходимо продолжать.

Занятия по программам БОС можно начинать использовать на занятиях по дошкольной подготовке и в 1 классе, т.к. технология широко представлена программами по математике, обучению грамоте и окружающему миру.

.

Например, программа «Здоровая Азбука». Книга и учебное электронное пособие помогают ребенку в изучении азбуки. Дети знакомятся с алфавитом, учатся отличать букву от звука, находить место звука в слове, делят слова на слоги.

Технология позволяет ребенку изучать материал в ритме оптимального дыхания. Прежде чем познакомиться с буквами, дети учатся правильно дышать животом. А затем отправляются в виртуальное путешествие в мир букв, звуков и слов (544 красочные иллюстрации).

Такой необычный подход к обучению, в процессе которого идет оздоровление, сразу же привлекает внимание ребенка. У детей эффективнее развиваются мышление, внимание, память, расширяется словарный запас, формируются творческие задатки, в лучшую сторону меняется поведение.

Необходимость разработки комплекса мер по снятию перегрузки, сохранению и укреплению здоровья и внедрению здоровьесберегающих технологий в образование, в настоящее время является чрезвычайно актуальной задачей. В этой связи технология «БОС» занимает достойное место по формированию положительного отношения учащегося к собственному здоровью.