|  |
| --- |
|  |

|  |
| --- |
|  |
|  |
| ***Модуль к программе «Моя школьная страна».*** |
|  |
|  |
| **дом** |
|  |
|  |

# Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни

# « Папа, мама и я – здоровая семья».

**Единственная красота, которую я знаю, — это здоровье. Генрих Гейне**

**Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.**

**Артур Шопенгауэр**

**1 «Г» класс МОУ «Усогорская общеобразовательная школа с углубленным изучением отдельных предметов»**

**Классный руководитель : *Христова Надежда Сергеевна***

***Программа является модулем к основной программе развития и воспитания обучающихся 1 «г» класса***

***«Моя школьная страна».***

***Разработчик программы – Христова Надежда Сергеевна***

# Пояснительная записка.

***Программа «Папа,мама и я – здоровая семья» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.***

***Нормативно- правовые документы:***

1. ***Закон «Об образовании»***
2. ***Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования***
3. ***Концепциия духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России***
4. ***Долгосрочная муниципальная целевая программа развития образования «доступное и качественное образование на 2011 – 2015 г.г.»***
5. ***Программы развития школы***
6. ***Программы школы «Профилактика потребления ПАВ среди несовершеннолетних»***
7. ***Программы ДОО «Школьная страна «Нам не всё равно!»***

**ЦЕЛЬ: Программа «Папа,мама и я – здоровая семья»***направлена на формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования и сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влиание на состояние здоровья детей:*

1. Неблагоприятные социальные, экономические, экологические условия.
2. Факторы риска, имеющие место в образовательном учреждении, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей (учебная нагрузка, ИКТ, риск гиподинамии.)
3. Активное формируемые в младшем возрасте комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек (КАК положительных, ТАК и отрицательных)
4. Особенности отношения обучающихся младшего школьного возраста к своему здоровью, существенно отличающихся от таковых у взрослых, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья».и восприятие ребёнком состояния болезни главным образом как ограничение свободы (необбходимость лежать в постели, болезненные уколы)
5. Неспособность прогнозировать последствия своего отношения к здоровью, что обуславливает в свою очередь, невосприятие ребёнком деятельности, связанной с укреплением здоровья и профилактикой его нарушений.

***Задачи программы:***

1. Сформировать представление о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье, в том числе о влиянии на здоровье позитивных и негативных эмоций, получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач.
2. Сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни:

* Научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе их использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;
* Сформировать представление о правильном питании, его режиме, структуре, полезных продуктах.
* Сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности

1. Сформировать навыки позитивного коммуникативного общения:

* Научить обучающихся делать осознанный выбор поступков, поведения, позволяющих сохранять и укреплять здоровье
* Сформировать потребность ребёнка безбоязно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития

Однако только знания основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использование, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье .

1. Одним из компонентов формирования культуры здорового и безопасного образа жизни является просветительская работа с родителями обучающихся, привлечение родителей к совместной деятельности с детьми, к участию спортивных и оздоровительных мероприятий.
2. Основным компонентом здоровьесбережения учащихся в школе является организация здоровьесберегающей работы всего образовательного учреждения, включая её инфраструктуру ,создание благоприятного психологического климата, обеспечение рациональной организации учебного процесса, эффективной физкультурно-оздоровительной работы, рационального питания.

# Реализация программы «Папа, мама и я – здоровья семья».

1. **Мониторинг классного коллектива.**
2. **Данные медосмотра.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **Сведения о здоровье учащихся** | | | | |
| Список класса : 1 «г» | Дата рождения | Группа здоровья | Физкультурная группа | Состояние зоровья |
|  | 16.06.2005 | II | основная |  |
|  | О2.04.2005 | II | основная |  |
|  | 09.10.2005 | I | основная |  |
|  | 21.10.2005 | II | основная |  |
|  | 12.05.2005 | II | основная |  |
|  | 01.11.2005 | II | основная | Заболевание органов дыхания |
|  | 28.10.2004 | III | спец | Заболевание органов дыхания  Бронх.астма (исключить скоростные упр., зачёты) |
|  | 31.12.2004 | II | основная |  |
|  | 01.12.2004 | II | подг | Заболевание опрно-двигательного аппарата Исключить бег, кувырки, нагрузки на тазобедренные суставы. |
|  | 30.06.2005 | II | основная |  |
|  | 28.12.2004 | III | подг | Заболевание органов дыхания  Бронх.астма (исключить скоростные упр., зачёты) |
|  | 01.06.2005 | II | основная | Зрение 0,6, 1-2 парта |
|  | 09.03.2005 | II | подг | Зрение , за 2-3 парту |
|  | 09.03.2005 | II | подг | Зрение. За 3 парту |
|  | 29.04.2005 | III | подг | Заболевание органов дыхания  Зрение, за 1 парту, искл. кувырки,скоростные упр., зачёты |
|  | 21.07.2005 | II | основная |  |
|  | 22.09.2005 | II | основная | Заболевание органов дыхания |
|  | 40.04.2005 | IV | Осв. | Инвалидность. |
|  | 19.03.2006 | II | основная |  |
|  | 09.06.2005 | II | основная | Заболевание сердечно-сосудистой системы  Шум в сердце, щадящий двигат., режим |
|  | 30.10.2005 | II | основная |  |
|  | 24.05.2005 | II | основная |  |
|  | 16.02.2006 | II | основная | Заболевание органов дыхания |
|  | 30.05.2005 | III | осв | Заболевание опорно-двигательного аппарата |
|  | 21.02.2006 | III | подг | Заболевание органов дыхания  Бронх.астма (исключить скоростные упр., зачёты) |
|  | 23.07.2005 | I | основная |  |
|  | 07.10.2005 | II | основная |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Кл. | Год | Заболевания органов дыхания | Заболевания желудочно-кишечного тракта | Нарушения опорно-двигательного аппарата | Нарушения зрения | Сердечно-сосудистая система | Группа здоровья | | | | | | | | Физкультурная группа | | | | | | | |
| 1 | 2 | | | 3 | | 4 | | основная | | Подготов. | | специаль | | освобождение | |
| 1 | 2012-13 | 9 | - | 2 | 4 | 1 | 2 | |  | 19 | | 5 | | 1 | | 18 | | 6 | | 1 | 2 | | |
|  | 30% | - | 7% | 14% | 4% | 7% | |  | 80% | | 19% | | 4% | | 79% | | 20% | | 4% | | 7% | |

Имеют заболевание-16 учен. 60%

Здоровы- 10

ПРОБЛЕМА: Вероятность частых простудных заболеваний.

1. **Готовность ребёнка в школу.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Уровни готовности к обучению | % учащихся |
| 1. | Высокий уровень готовности к обучению | 29% |
| 2. | Хороший уровень готовности к обучению | 29% |
| 3. | Средний уровень готовности к обучению | 22% |
| 4. | Низкий уровень готовности к обучению | 20% |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Уровни школьной мотивации | % учащихся |
| 1. | Высокая школьная мотивация | 55,5% |
| 2. | Хорошая школьная мотивация | 14% |
| 3. | Положительное отношение к школе | 23% |
| 4. | Низкая школьная мотивация | 7,4% |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Уровни сформированности навыка учебной деятельности | % учащихся |
| 1. | Высокий уровень сформированности навыка учебной деятельности | 29% |
| 2. | Хороший уровень сформированности навыка учебной деятельности | 20% |
| 3. | Средний уровень сформированности навыка учебной деятельности | 29% |
| 4. | Низкий уровень сформированности навыка учебной деятельности | 22% |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Уровни интеллектуальной готовности | % учащихся |
| 1. | Высокий уровень интеллектуальной готовности | 22% |
| 2. | Хороший уровень интеллектуальной готовности | 22% |
| 3. | Средний уровень интеллектуальной готовности | 29% |
| 4. | Низкий уровень интеллектуальной готовности | 22% |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | Уровни развития устной речи | % учащихся |
| 1. | Высокий уровень | 18% |
| 2. | Хороший уровень | 19% |
| 3. | Средний уровень | 22% |
| 4. | Низкий уровень | 41% |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п /п | Уровни | % учащихся |
| 1. | Высокий уровень | 29% |
| 2. | Хороший уровень | 29% |
| 3. | Средний уровень | 20% |
| 4. | Низкий уровень | 22% |

Не все учащиеся имеют соответствующую подготовку перед школой, это и выражается в низком уровне интеллектуальной готовности. У части детей очень скудный словарный запас, недостаточно развито логическое мышление, низкий уровень познавательной самостоятельности.

ПРОБЛЕМА: Вероятность психологического и эмоционального дискомфорта .

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. **Анкета для родителей о системе организации детского отдыха и оздоровления детей** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Анкетирование родителей | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | итого |
| 1. ***Насколько полно вы информированы о системе организации детского отдыха и оздоровлени ядетей в районе:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * хорошо |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 4 |
| * имею поверхностные представления | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 11 |
| * не владею никакой информацией |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  | 8 |
| 1. ***Из каких источников вы получаете данную информацию:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * Посещаю родительские собрания |  | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | 17 |
| * Из СМИ | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 |  | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 10 |
| * Интернет |  |  |  |  |  |  |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * Не использую |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | 4 |
| 1. ***Как вы считаете : «информация по этой теме, предлагаемая на родительских собраниях и СМИ»:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * Достаточно полная |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 |
| * Не достаточно полная |  | 1 |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 4 |
| * Затрудняюсь ответить | 1 |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  | 8 |
| 1. ***Отметьте те виды услуг по организации отдыха, оздоровления и занятости детей, с которыми вы знакомы:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * Загородные оздоровительные лагеря в РК, за пределами РК, на Черном. п-е. |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 | 1 |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 6 |
| * Санаторно-оздоровительные уч-я. |  | 1 |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 13 |
| * Лагеря с дневным пребыванием | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 7 |
| * Трудовые отряды | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  | 3 |
| * Экскурсии |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * Палаточные лагеря |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 2 |
| * Экспедиции, сплавы |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |
| * Другое | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 3 |
| 1. ***Где вы предпочитаете организовать отдых, оздоровление и занятость детей:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * В загородных оздоровительных лагерях |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 4 |
| * В санаторно-оздоровительных учреждениях |  | 1 | 1 |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | 7 |
| * В семейных поездках |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | 10 |
| * дома | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  | 1 |  |  |  |  | 5 |
| * специально занятости не организуем |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * в лагерях с дневным пребыванием |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |
| * в трудовых отрядах |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * в экскурсионных поедках |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * в палаточных лагерях |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| * в экспедиционных поездках, сплавах |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. ***Знаете ли вы, куда обращаться по вопросу организации детского отдыха и оздоровления в районе:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * да |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | 11 |
| * нет | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | 12 |
| 1. ***Несколько слов о себе:*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| * папа | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 7 |
| * мама |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | 20 |
| * класс: 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» | 1 «г» |  |
| * школа: МОУ «Усогорская средняя общеобразовательная школа с УИОП» | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп | усош с уиоп |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Проблема: Родители недостаточно полно имеют информацию о системе организации детского отдыха и оздоровления детей .

# *Анкета для родителей о внеурочной деятельности детей*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***1.Довольны ли тем, как Ваш ребёнок проводит свободное время.*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | 1 | 2 | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | | 13 | | 14 | | 15 | | 16 | | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | ***итого*** |
| Да, меня всё устраивает | 1 | 1 | 1 | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | ***21*** |
| Нет мне не нравится |  |  |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 | ***6*** |
| Я плохо знаю… |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. ***Что чаще всего делает ваш ребёнок в свободное время*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Смотрит телевизор | 1 | 1 | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***21*** |
| Читает худ. лит-ру. |  |  |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  | ***4*** |
| Сидит за компьютером | 1 |  | 1 | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  | ***14*** |
| Гуляет на улице |  | 1 | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | ***14*** |
| Помогает мне |  |  |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  | ***7*** |
| Не знаю |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. ***Посещает ли ваш ребёнок занятия во внеурочной деятельности*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| да | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***27*** |
| нет |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Не знаю |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 1. ***Посещает ли ваш ребёнок дополнительно кружок, секцию, клуб, студию*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Да, посещает один |  |  |  | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | ***5*** |
| Да, посещает несколько |  |  | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | ***6*** |
| нет | 1 | 1 |  | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 |  |  | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***16*** |
| 1. ***Если посещает, то какие*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| 1.танц |  |  | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | ***8*** |
| 2.мш |  |  | 1 | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | ***3*** |
| 3.рукоделье |  |  |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| 4хореография |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| 5вокал |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | ***1*** |
| 6умелые руки |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| 7 зарни кияс |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***2*** |
| 1. ***Ваше мнение о занятиях внеурочной деятельности*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |  |
| Да.устраивает.1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | 1 |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***17*** |
| Нет. 2 |  |  |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Да. Дополнительные знан.3 |  |  |  | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | ***12*** |
| Нет. 4 |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Да. Устраивают дисциплины. 5 |  |  |  | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  | ***6*** |
| Нет. 6 |  |  |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***2*** |
| 1. ***Какие учреждения дополнительного образования в посёлке вы знаете*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1муз шк | 1 |  |  | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  | ***11*** |
| 2дюсш | 1 | 1 |  | |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  |  | ***10*** |
| 3ддт |  | 1 | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***22*** |
| 4дом культуры |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***3*** |
| Не знаю |  |  |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | ***4*** |
| 1. ***Если за кружок нужно было бы платить, какую сумму ежемесячно вы могли бы тратить*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| руб | 200 | 1000 | | 3000 | | 300 | |  | | 1000 | |  | |  | | 200 | |  | 300 | | 100 | | 150 | |  | | 200 | | 1000 | | 500 |  | 200 |  | 500 | 1000 | 1000 |  |  |  |  | ***16*** |
| Не могу |  |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | 1 |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***11*** |
| 1. ***Как вы в целом оцениваете организацию свободного времени учащихся в вашем посёлке*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| положительно |  |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  | ***7*** |
| удовлетворительно |  | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | 1 | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***14*** |
| неудовлетворительно |  |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Затрудняюсь оценить | 1 |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***5*** |
| 1. ***Если бы вам предложили выбрать кружок для своего ребёнка, то какой бы вы выбрали*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Спортивную секцию 1 | 1 | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | |  |  |  | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | ***19*** |
| Дизайн-студия 2 |  |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  |  |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***2*** |
| Техническое тв. 3 |  |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 |  | 1 | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | ***6*** |
| Музыкальный кр. 4 |  |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | 1 |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | ***7*** |
| Танцевальный 5 |  | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | 1 | 1 | | 1 | |  | | 1 | | 1 | |  | | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | ***14*** |
| Краеведение 6 | 1 |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Туристический 7 | 1 |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 | |  | |  | |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***3*** |
| Экологических знаний  8 | 1 |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | ***4*** |
| Рукоделие 9 |  |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | |  | |  | 1 |  | | 1 | |  | |  | |  | |  | |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  | ***5*** |
| По предметам шк пр-мы 10 |  | 1 | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  | |  | | 1 |  | 1 | |  | | 1 | |  | |  | |  | | 1 |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  | ***8*** |
| Военно-патриот. 11 |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | | 1 | |  |  |  | |  | |  | |  | | 1 | | 1 | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***3*** |
| Здорового образа жизни 12 | 1 |  | |  | |  | |  | | 1 | |  | | 1 | | 1 | | 1 |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | ***6*** |
| Свой вариант  13 |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| ***11.На что должно быть направлено дополнительное образование во внешкольном учреждении.*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Научить что-то делать своими руками | Да, | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***26*** |
| нет |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Дать навыки иссл деят-ти. | да |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | |  | | 1 | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  | 1 | ***16*** |
| нет |  |  |  | 1 |  |  | | 1 | |  |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  | 1 |  |  |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 |  | ***11*** |
| Сов-ние физ воз-ей | да | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***26*** |
| нет |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Помощь нуждающ. | да | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | |  | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***22*** |
| нет |  |  |  | 1 |  |  | | 1 | |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  | ***5*** |
| Общение со сверстниками | да | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***25*** |
| нет |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***2*** |
| Дополнительные знания | да | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***26*** |
| нет |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Общест-полезный труд | да | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | |  | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***20*** |
| нет |  |  |  | 1 |  |  | | 1 | |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  | ***7*** |
| Улучшить здоровье | да | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***26*** |
| нет |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***1*** |
| Техническое творчество | да | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | |  | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***23*** |
| нет |  |  |  | 1 |  |  | | 1 | |  |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***4*** |
| Навыки профессии | да |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | |  | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 |  | ***16*** |
| нет | 1 |  |  |  |  |  | | 1 | |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | ***11*** |
| Знания по школьным предметам | да |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***22*** |
| нет | 1 |  |  |  |  |  | |  | |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  | ***5*** |
| 1. ***Как вы считаете, в настоящее время какие учреждения являются местом проведения свободного времени школьников.*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Общеобразовательная школа | |  |  | 1 |  | 1 |  | | 1 | | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  | 1 |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***11*** |
| ДДТ | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***26*** |
| Музыкальная школа | |  | 1 | 1 | 1 |  | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***17*** |
| Дом культуры | |  |  |  |  |  | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | ***11*** |
| Спортивная школа | | 1 | 1 |  |  |  | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  | 1 |  | 1 |  |  |  | 1 |  | 1 | ***12*** |
| 1. ***Кто должен заниматься организацией свободного времени детей*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Школа | | 1 |  |  | 1 |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***2*** |
| Внешкольные учреждения | |  |  |  |  | 1 |  |  | |  | |  |  | 1 |  | 1 | 1 | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | ***4*** |
| И те, и другие вместе | |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 | | 1 | | 1 | 1 |  | 1 |  |  |  | 1 |  |  | 1 | 1 |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***16*** |
| Сами родители | | 1 | 1 | 1 | 1 |  | 1 |  | | 1 | | 1 |  |  |  | 1 |  |  |  | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 | ***19*** |
|  | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | |  |  |  |  |  |  |  | |  | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

У родителей есть запрос качественной организации внеурочной деятельности.

1. **Организация работы по данному направлению.**

Системная работа по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни представлена в виде пяти взаимодействующих блоков:

* Здоровьесберегающая инфраструктура.
* Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся
* Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы
* Реализация дополнительных образовательных программ
* Просветительская работа с родителями

1. **Здоровьесберегающая инфраструктура.**

|  |  |
| --- | --- |
| * 1. Соответствие состояния и содержания классного кабинета, дополнительных кабинетов санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и труда обучающихся. | 1. Паспорт соответствия кабинета.(Паспорт кабинета №5 прилагается) 2. Физкультурный зал, оснащённый необходимым спортивным инвентарём. 3. Кабинет занятий музыкой. 4. Пришкольные детская и спортивная площадка, с соответствующими тренажёрами, игровыми и спортивными сооружениями, прошедшими муниципальную экспертизу. 5. Наличие медицинского кабинета 6. Наличие кабинета психологической помощи. |
| 1. Организация питания учащихся. | 1. Организовано двухразовое горячее питание (завтрак и обед). Завтрак – за счёт республиканского бюджета, обед – за счёт родительских взносов |

1. **Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.**

***Нормативно-правовая база организации учебной и внеучебной деятельности.***

1. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях""
2. [Письмо Министерства образования и науки РФ от 19 апреля 2011 г. N 03-255  
   "О введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования"](garantF1://55071359.0)
3. О предупреждении учебной перегрузки учащихся начальных классов

(инструктивно-методическое письмо Министерства образования РФ)

1. Закон РФ «О правах ребенка»;
2. Закон РФ «Об общем среднем образовании»;
   1. **Режим организации учебной деятельности.**

Обучение детей в 1-м классе проводится с соблюдением следующих требований:

1) учебные занятия проводятся по пятидневной учебной неделе и только в первую смену;

2) максимальная нагрузка - 21 час;

3) использование "ступенчатого" режима обучения (в сентябре, октябре - по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре, декабре - по 4 урока по 35 минут каждый; с января по май - по 4 урока по 45 минут каждый);

4) организация в середине учебного дня динамической паузы продолжительностью не менее 40 минут;

5) обучение без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий;

6) дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения

В течение учебного года Школа вправе проводить Дни здоровья для учащихся 1-11 классов согласно плану работ

* 1. **Составление расписания уроков в течение учебного дня.**

Расписание уроков в течение учебного дня, учебной недели составлено с учетом динамики работоспособности учащихся ранговой шкалы трудности предметов .

**Примерное распределение предметов по ранговой шкале**

**трудности для младших школьников**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Предметы** | **Баллы** |
| 1 | Математика | 12 |
| 2 | Русский язык | 11 |
| 3 | Иностранный язык | 10 |
| 4 | Русский язык в школах с нерусским языком обучения | 9 |
| 5 | Литературное чтение | 6 |
| 6 | Человек и мир | 5 |
| 7 | Физическая культура и здоровье | 4 |
| 8 | Трудовое обучение | 3 |
| 9 | Изобразительное искусство | 2 |
| 10 | Музыка | 1 |

В *течение дня* наиболее трудные для учащихся предметы должны проводяться на вторых – третьих уроках, соответствующих высокому уровню работоспособности школьников.

В *течение недели* максимальная учебная нагрузка в дни наибольшей работоспособности учащихся: во вторник и среду.

* 1. **Повышение двигательной активности**.

Самый эффективный способ предупреждения и своевременного снятия утомления младшего школьника — **двигательная активность**, которая должна составлять не менее 60 % от общего времени пребывания детей в школе и включать все виды физкультурно-оздоровительной работы. Правильное включение и распределение в режиме дня подвижных игр, проведение полноценных физкультминуток на уроках оказывает благотворное влияние на функционирование всех систем организма.

В середине **каждого урока** (кроме уроков физической культуры и здоровья, музыки) проводятся **физкультурные паузы**, физкультминутки, комплексы упражнений по профилактике утомления органов зрения. В 1 классе на протяжении 35-минутного урока проводятся 2 физкультминутки по две минуты каждая: через 10 минут после начала урока и на 20-й минуте урока. Комплексы упражнений должны периодически меняются, иначе они становятся фактором усиления монотонности.

* 1. **Использование ТСО**

При использовании на уроках технических средств обучения (ТСО) устанавливается следующая длительность их непрерывного применения в учебном процессе .

В течение неделе не рекомендуется проводить более 3 – 4 уроков с применением ТСО.

**Время использования на уроках ТСО**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Классы** | **Длительность просмотра** | | | **Длительность работы с компьютером** |
| **диафильмов, диапозитивов** | **кинофильмов** | **телепередач** |
| 1 класс | 7 – 10 | 10 – 15 | 10 – 15 | 10 |
| 2 – 3 классы | 10 – 15 | 15 – 20 | 15 | 15 |
| 4 класс | 15 – 20 | 15 – 20 | 20 | 15 – 20 |

* 1. **Оптимизация структуры урока с целью предупреждения перегрузки и утомляемости учащихся.**

Психическое и физиологическое состояние школьников в значительной мере зависят от структуры урока и характера организации деятельности учащихся. Гигиенически правильная организация урока дает возможность длительно поддерживать умственную работоспособность школьников на высоком уровне, поэтому психогигиеническая оптимизация школьного урока является основой профилактики утомления учащихся.

Для предупреждения перегрузки младших школьников урок строится с учетом следующих психогигиенических рекомендаций.

Гигиенически правильная **рациональная организация урока** обеспечивается:

* + плотностью урока — не менее 60 % и не более 75 – 80 %;
  + оптимальной сменой видов деятельности (4 – 7);
  + средней продолжительностью различных видов деятельности — не более 10 минут;
  + частотой чередования различных видов деятельности — не позже, чем через 7 – 10 минут;
  + количеством используемых методов и приемов преподавания — не менее 3-х;
  + чередованием методов и приемов преподавания — не реже, чем через 10 – 15 минут;
  + наличием эмоциональных разрядок (2 – 3);
  + местом и длительностью применения ТСО — в соответствии с гигиеническими нормами;
  + чередованием позы учащихся, которая чередуется в соответствии с видом работы;
  + наличием, местом, содержанием и продолжительностью физкультминуток — при появлении у школьников внешних признаков утомления (снижение внимания, темпа работы; общее «двигательное беспокойство»; увеличение количества ошибок в ответах детей) проводятся легкие упражнения продолжительностью 3 – 4 минуты;

психологическим климатом с преобладанием положительных эмоций учащихся

* 1. **Введение и использование в учебном процессе современных педагогических технологий:**
* Технологии деятельностного метода.
* Элементов технологии раскрепощённого обучения
* Информационно-коммуникативных технологий с учётом санпиннорм.
* Технологии критического мышления
* Технологии обучения через игру
* Технологии индивидуализации обучения
* Технологии дифференциального метода в обучении
  1. **Использование методик и УМК, прошедших апробацию и допущенных в образовательную среду**

Обучение организовано по программам начального общего образования, разработанными на основе методологии системы развивающего обучения Л.В. Занкова и в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования 2009 года. Все учебники завершенных предметных линий, включены в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях (Приказ Минобрнауки России №2080 от 24 декабря 2010 г.)

1. **Эффективная организация физкультурно-оздоровительной работы.**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Полноценная и эффективная работа с обучающимися всех групп здоровья с индивидуализацией обучения | Ежеурочно на уроках физкультуры, динамических пауз, занятиях общефизической подготовки. |
| 1. Организация часа активных движений между 3-м и 4м уроками. | 3 раза в неделю: вторник, четверг,пятница. |
| 1. Организация динамических пауз, физминуток на уроках , способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности. | Ежедневно на каждом уроке. |
| 1. Регулярное проведение уроков здоровья. | Надпредметный курс «Мир Деятельности».(Тематическое планирование курса прилагается) |
| 1. Регулятивное проведение спортивно-оздоровительных , информационно-обучающих мероприятий, направленных на сохранение здоровья. | |
| * 1. Экскурсия «В гости к осени»   2. Безопасный маршрут   3. Я в школе   4. Как устроено общение. Доброе слово.   5. Психологический тренинг «Мои новые друзья»   6. Всероссийский кросс наций – 2012 | сентябрь |
| * 1. Футбольные эстафеты.   2. Папа, мама и я – здоровая семья.   3. Игровой тренинг «Я выбираю сам». | октябрь |
| * 1. Затруднения – мой помощник в учении.   2. Ценности нашей жизни. Здоровье. | ноябрь |
| * 1. Личностные качества ученика. Терпение в учебной деятельности. | декабрь |
| * 1. Моё здоровье. Почему надо посещать врача. | Январь. |
| * 1. Всероссийские соревнования «Лыжня России» | январь |
| * 1. Папа и я – защитники Отечества. | февраль |
| * 1. Закрытие лыжного сезона.   2. Кулинарный поединок. | март |
| * 1. Встречаем весну. Весенние эстафеты. | апрель |
| * 1. Семейные традиции.   2. Однодневный турпоход. | май |
|  |  |

1. **Реализация дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые носят модульный характер и реализуются во внеурочной деятельности.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Дополнительное образовательное учреждение** | **Образовательная программа.** | **дни занятий** |
| МОУДОД «Дом детского творчества» п.Усогорск | Мир вокруг нас. | четверг пятница |
| МОУДОД «Дом детского творчества» п.Усогорск | Формула жизни. | среда четверг |
| МОУДОД «Дом детского творчества» п.Усогорск | Общая физическая культура | среда, пятница |

1. **Просветительная работа с родителями.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 1. Консультации для родителей. | Вторая суббота месяца. |  |
| 1. Родительские собрания. | | |
| * 1. Готовность ребёнка в школу. | июнь |  |
| * 1. Учиться..Что это значит? | сентябрь |  |
| * 1. Адаптация ребёнка к школе. | октябрь |  |
| * 1. Как выполнять домашние задания? | ноябрь |  |
| * 1. Итоги 1 полугодия 1 года обучения | февраль |  |
| * 1. Завершение безотметочного обучения или …. | апрель |  |
| * 1. Организация летнего отдыха детей |  |  |
| 1. Совместные школьные и классные дела. Девиз: Семья вместе и душа на месте. | | |
| * 1. Футбольные эстафеты. | Сентябрь-октябрь |  |
| * 1. Всероссийский кросс наций-2012 | сентябрь |  |
| * 1. Папа, мама и я – здоровая семья. | октябрь |  |
| * 1. Новогодние эстафеты | декабрь |  |
| * 1. Всероссийские соревнования «Лыжня России -2012» | январь |  |
| * 1. Папа и я – защитники Отечества | февраль |  |
| * 1. Закрытие лыжного сезона | март |  |
| * 1. Кулинарный поединок | март |  |
| * 1. Семейные традиции | май |  |
| * 1. Турпоход | Май |  |

1. **Ожидаемые результаты.**

* **Сохранение и укрепление здоровья обучающихся**
* **Снижение уровня заболеваемости**
* **Обучающиеся владеют первоначальными умениями и навыками укрепления своего здоровья**
* **Родители владеют информацией о здоровье своих детей, знают и умеют организовать труд и отдых своих детей**
* **В коллективе сохранен психоэмоциональный комфорт, положительно влияющее на успешность обучающихся**

**Приложение №1**

**Паспорт кабинета №5**

1. **Данные о кабинете**

* Номер кабинета - № 5
* Ответственный за кабинет – Христова Надежда Сергеевна

1. **Состояние кабинета №5:**

* Расположение (этаж) – **1**
* Площадь помещения –  **56 м2**
* Высота помещения – **3м**
* Отделка помещения (стены) **– окрашены светло-зелёной краской,** побелка, плитка
* Пол **деревянный .**

1. **Наличие мебели и оборудования:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование | Количество |
|  | Стол учительский | 1 |
|  | Стул мягкий | 1 |
|  | Стол ученический двухместный | 15 |
|  | Стул ученический | 30 |
|  | Шкаф верх-низ | 2 |
|  | Доска магнитная трёхсекционная | 1 |
|  | Светильник дневного освещения | 12 |
|  | Система пожарной сигнализации | 1 |
|  | Электрообогреватель | 1 |
|  | Занавески - шторы | 3 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование | Количество |
|  | Тюль | 4 |
|  | Горшки цветочные | 15 |

1. **Микроклимат**

* Отопление – **центральное**
* Вентиляция – **естественная**
* Кондиционирование – **нет**
* Температура воздуха – **19-20**◦**С**
* Влажность – **55-60%**
* Уровень шума – **не более 50 Дб**

1. **Освещение**

* Ориентация окон **на восток**
* Наличие солнцезащитных устройств **– шторы**
* Искусственное освещение (общее, местное, комбинированное) **– общее**
* Тип светильников – **ЛБ**
* Размещение светильников по потолку – **двумя рядами**
* Мощность **36 Вт**
* Уровень искусственной освещённости на рабочем месте **не менее 300 Лк**

1. **Документация кабинета**

* Паспорт учебного кабинета
* План эвакуации из кабинета №5
* Нормативные документы (ФГОС, рабочие программы, календарные планы, инструкции по ОТ)

1. **Правила пользования кабинетом №5**

    1. Кабинет должен быть открыт за 15 минут до начала занятий.   
    2. Учащиеся должны находиться в кабинете только в присутствии учителя.   
    3. Кабинет должен проветриваться каждую перемену.   
    4. Учитель должен организовывать уборку кабинета в конце

занятий.

1. **Задачи кабинета №5**
2. Обеспечение преподаваемых предметов необходимым оборудованием, методическими пособиями, дидактическими материалами.
3. Формирование наиболее эффективного плана работы кабинета и его исполнение.
4. Организация творческой деятельности учащихся.
5. Организация выставок творческих работ обучающихся.
6. Содержание кабинета в эстетическом виде.
7. Внедрение ТСО в образовательный процесс.
8. Создание и накопление учебно-наглядных пособий, учебно-методических материалов.
9. Организация внеклассной работы по преподаваемым предметам.
10. **График занятости кабинета № 5 на 1 триместр 2012-2013 уч.года**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Понедельник*** | ***Вторник*** | ***Среда*** | ***Четверг*** | ***Пятница*** |
| 1 | Математика | Литературное  чтение | Физкультура (С/з) | Музыка | Математика |
| 2 | Русский  язык | Русский  язык | Математика | Математика | Физкультура (А/з) |
| 3 | Физкультура  (с/з) | Прогулка | Литературное чтение | Литературное чтение | Окружающий мир |
| 4 | Окружающий  мир | Коми язык | Русский  язык | Русский язык | Литературное чтение |
| 5 | Технология | Изобразитель-ное  искусство |  | Прогулка |  |
|  |  |  |  |  | Внеурочная деятельность |

**на 2 триместр 2012-2013 уч.года**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота |
| 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**на 3 триместр 2012-2013 уч.года**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | понедельник | вторник | среда | четверг | пятница | суббота |
| 1. |  |  |  |  |  |  |
| 2. |  |  |  |  |  |  |
| 3. |  |  |  |  |  |  |
| 4. |  |  |  |  |  |  |
| 5. |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**1 урок 8.15 – 9.00 перемена 10 минут**

**2 урок 9.10 – 9.55 перемена 20 минут**

**3 урок 10.15 – 11.00 перемена 20 минут**

**4 урок 11.20 – 12.05 перемена 20 минут**

**5 урок 12.25– 13.10 перемена 10 минут**

1. **Подготовка кабинета к началу 2012-2013 учебного года.**

Произведён ремонт кабинета:

* произведено оштукатуривание стен;
* произведена побелка стен;
* произведена покраска стен светло-зелёной краской;
* покрашены белой краской окна, коричневой краской дверь;
* проведено оформление кабинета;
* проведено озеленение кабинета;
* произведена покраска стульев

Для проведения ремонта и оформления кабинета были использованы личные средства заведующего кабинетом в размере 1 500 рублей.

1. **План работы кабинета на 2012-13 учебный год.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание работы | срок | ответственный | Исполнение |
| Приёмка учебного кабинета | август | Администрация |  |
| Оформление паспорта кабинета | сентябрь | Зав каб (ЗК) |  |
| Оформление и обновление стендового материала | В течение года | ЗК, |  |
| Пополнение дидактического материала (в том числе электронных версий) | В течение года | ЗК |  |
| Проведение родительских собраний, мероприятий | В течение года | ЗК, родители |  |

1. **Заявка на оснащение кабинета № 5 в 2012-2013 уч. г.**
2. Оснащение кабинета компьютером, мультимедиапроектором;- ***выполнено***
3. Экран - ***выполнено***
4. Учительский стол - ***выполнено***
5. **Перечень методического наполнения кабинета (**учебные пособия, аудио и видеоматериалы, методическая литература)

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Авторы | Название издания | Год издания | Количество |
| Аргинская  Свиридова  Димитрова  Нечаева  Проснякова | УМК «Система развивающего обучения Занкова» | 2012 | По 1 экз по всем предметам |
| Неменский Б. | Изобразительное искусство. Методические разработки уроков | 2011 | 11 |
| Различные авторы | Литература по вопросам воспитания школьников | 2000-2011 | 32 |
| Различные авторы | Литература по психологии | 1980-2012 | 6 |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Приложение № 2**

**Примерное поурочное планирование надпредметного курса «Мир деятельности»**

**1 класс**

*1 ч в неделю, всего 32 часа*

|  |  |
| --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема, цель** |
| **I четверть (8 часов)** | |
| 1 | *Тема:* «Учиться… А что это значит?» |
| 2 | *Тема:* «Учитель и ученик» |
| 3 | *Тема:* «Я ученик. Правила поведения на уроке» |
| 4 | *Тема:* «Личностные качества ученика: активность в учебной деятельности» |
| 5 | *Тема:* «Учимся дружно. Работа в парах» |
| 6 | *Тема:* «Я ученик: что я уже знаю и умею» |
| 7–8 | *Резерв (2 урока)* |
| **II четверть (7 часов)** | |
| 9 | *Тема:* «Как научиться быть внимательным» |
| 10 | *Тема:* «Затруднение – мой помощник в учении» |
| 11 | *Тема:* «Ценности нашей жизни. Здоровье» |
| 12 | *Тема:* «Учимся дружно. Работа в группах» |
| 13 | *Тема:* «Личностные качества ученика: терпение в учебной деятельности» |
| 14 | *Тема:* «Я ученик: что я уже знаю и умею» |
| 15 | *Резерв (1 урок)* |
| **III четверть (10 часов)** | |
| 16 | *Урок диагностики № 1* |
| 17 | *Тема:* «Как выяснить, что я не знаю» |
| 18 | *Тема:* «Зачем ученику домашнее задание» |
| 19 | *Тема:* «Семья – мой помощник в учении» |
|  |  |
|  |  |
| 20 | *Тема:* «Пробное учебное действие» |
| 21 | *Тема:* «Не могу? – Остановлюсь, чтобы подумать» |
| 22 | *Тема:* «Причина затруднения» |
| 23 | *Праздник:* «Невероятные приключения первоклассников в тридевятом царстве, или История о том, что значит *учиться*» |
| 24 | *Тема:* «Я ученик: что я уже знаю и умею» |
| 25 | *Резерв (1 урок)* |
| **IV четверть (7 часов)** | |
| 26 | *Тема:* «Как проверить свою работу» |
| 27 | *Тема:* «Личностные качества ученика: честность в учебной деятельности» |
| 28 | *Урок диагностики № 2* |
| 29 | *Тема:* «Личностные качества ученика: доброжелательность в учебной деятельности» |
| 30 | *Тема:* «Я ученик: что я уже знаю и умею» (Творческая гостиная для детей и родителей) |
| 31–32 | *Резерв (2 урока)* |

**Приложение №3**

**“АЗБУКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ”**

(учим ребенка здоровому образу жизни)

***А****збуку*здорового образа жизни учите с ребенком с самого раннего возраста.

***Б***удьте *терпеливы*, обучая детей! Они должны найти в Вашем лице дружелюбного и внимательного учителя.

***В***ероятность болезней ребенка снизится, если не пожалеть времени и показать, как *выполнять* те или иные дела по сохранению здоровья, доступные его возрасту.

***Г***рязная, испачканная одежда, которая огорчила чистоплотную маму. За ней иногда кроется тяжелый ушиб живота или повреждение внутренних органов. Дети, опасаясь наказания, порой могут скрыть факт происшедшей травмы или преуменьшить значение происшествия. Поэтому в случае повреждения никогда не нужно торопиться упрекать или тем более наказывать ребенка, необходимо *спокойно и доброжелательно разобраться* в том, что произошло.

*“****Д****озированный опыт”* - это когда ребенку дают убедиться самому, что хорошо для здоровья, а что нет. Он снижает потери от самостоятельных “проб и ошибок”.

***Е***сли Ваш метод отучения у детей вредных привычек– *запрет*, то доступно объясняйте ребенку необходимость его соблюдения. Помните, что запретов должно быть не много.

***Ж****ивотные* (даже домашние) могут нанести травму ребенку. Учите детей бережно ухаживать за ними, не дразнить, избегать опасных действий.

***З****акаляйте* своих детей, пока они не повзрослеют достаточно, чтобы овладеть специальными навыками самостоятельного закаливания.

***И****грушки, личные и учебные вещи* учите ребенка содержать *в порядке* и убирать на место. Помните, что порядок в доме не только для красоты, но и для обеспечения личной гигиены.

***К****ислоты, лаки, растворители* и другая бытовая химия не должны храниться в посуде из-под напитков и всегда *должны быть недоступны ребенку.*

***Л****екарства могут быть заменены витаминами,* могут быть для ребенка гораздо полезнее на ранних стадиях простудных заболеваний.

***М****ультфильмы, детские фильмы и передачи* переполнены материалом для обучения ЗОЖ. Используя ситуации, в которые попадают герои, можно задать ребенку вопросы типа “Как ты думаешь, почему он так поступил?”, “Как она умудрилась попасть в такую ситуацию?”, “Что может произойти, если мальчик или девочка так сделают?” и обсуди их.

***Н***е увлекайтесь *примерами болезней,* произошедших с другими детьми. Это может вызвать ненужные страхи.

***О***бучать ребенка здоровому образу жизни нужно *на собственном примере*. Дети копируют Вас. Не забывайте об этом.

***П****рограммы по здоровью для взрослых* не рекомендуется смотреть детям, поскольку они полны ненужной информации.

***Р****ационально научите использовать* ребёнка своё внеурочное время, составьте режим дня.

***С****мена труда и отдыха* – вот лучшее занятие для здорового малыша.

***Т****олько* *правильное питание* поможет ребёнку развиваться умственно и физически.

***У***ходя из дома ненадолго, *найдите ребенку интересное занятие* (игру), чтобы он не стал искать себе другое.

***Ф***акты болезней детей убеждают, что родители должны *быть более внимательны к ним.*

***Х****очешь* помочь ребёнку предупреди об опасности, а не сетуй на опоздание.

***Ц****ените* в Вашем ребенке находчивость, уверенность и самостоятельность. *Не ограничивайте* активность ребенка, а направляйте ее в *“нужное”* русло.

***Ч****резмерно опекаемым* детям не позволено выработать собственные инстинкты и оценки, поэтому они не способны обрести навыки для распознавания нездоровых ситуаций.

***Ш****ироко* распространенное мнение, что мой ребёнок самый здоровый или самый больной, только мешает в правильном отношении к здоровью малыша.

***Щ****етка, мыло, и зубная паста* должны быть спутниками Вашего малыша с ранних лет.

*“****Э****то нельзя, а это можно”* - такое пояснение важно для правильной ориентировки ребенка в мире незнакомых ему вещей и отношений.

***Ю***ные исследователи – это хорошо, но лучше, если они занимаются *изучением* вместе *или рядом с взрослым.*

***Я****сно и понятно объясняйте* ребенку правила поведения,но главное – *упражняйтесь* вместе с ним в их соблюдении.

Такая рекомендация - азбука будет отличным помощником в обеспечении здоровьесберегающего сопровождения образовательного процесса.

(Низамова Елена Геннадьевна)