

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

Программа формирования экологической 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 на ступени начального общего образования как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребёнка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обеспечивает:

- пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью);
- формирование установки на использование здорового питания;
- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- формирование знания негативных факторов риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- соблюдение здоровьесберегающих режимов дня;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Целью

программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни является формирование у обучающихся 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.

Задачами

Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования является формирование у обучающихся:

- основ экологической грамотности;
- основ экологического мышления, опирающегося на экосистемную познавательную модель, как средства формирования экологической грамотности, приобщения к экологической культуре человечества, экологического самообразования в течение жизни;
- экологического сознания, проявляющегося в экологической направленности личности — мотивации и ценностных установках на действия, поведение в рамках экологического права и этических норм в интересах здоровья человека, безопасности жизни, устойчивого развития общества и природы;
- опыта индивидуального и совместного проектирования и реализации экологически целесообразного, здорового образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

В качестве планируемых результатов программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования рассматривается усвоение учащимися:

- * социально поощряемых стереотипов поведения в окружающей среде;
- * первичных экологических представлений, адекватных научным знаниям;
- * социальных норм экологически безопасного поведения;
- * личного опыта эмоционально-ценностных сопереживаний природным объектам, мотивирующих на действия в интересах безопасности жизни, здоровья человека и окружающей его среды при решении ключевого противоречия экологического сознания этого возраста «хочу — нельзя»;
- * коллективно-распределённого опыта применения универсальных учебных действий, предметных знаний и умений в практических действиях по организации здоровьесберегающего уклада школьной жизни, учёбы, быта.

Результаты реализации

Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования

В результате реализации Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования учащиеся научатся:

- * *описывать* простейшие экологические причинно-следственные связи в окружающем мире, *анализировать* их, *объяснять*;
- * *называть* экологические проблемы в жизни природы и человека; опасности для окружающей среды и здоровья человека; способы их предотвращения; правила экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни; правила научной организации учебного труда;
- * *объяснять* смысл закона экологии «Всё связано со всем»; связи здоровья природы со здоровьем человека, его умением учиться и экологической грамотностью; как следует заботиться о здоровье человека и здоровье природы; правила сохранения зрения, слуха, обоняния; роль здорового питания и двигательной активности для хорошего самочувствия и успешности учебного труда; опасность для здоровья и учёбы снижения двигательной активности, курения, алкоголя, наркотиков, инфекционных заболеваний;
- * *приводить* примеры связей здоровья человека и здоровья природы, здоровья природы и поведения человека; разнообразия окружающего мира – природного, мира людей, рукотворного мира; цепочек экологических связей; экологически предосторожного поведения в окружающей среде;
- * основам здоровьесберегающей учебной культуры;
- * здоровьесозидающему режиму дня, двигательной активности, здоровому питанию;
- * противостоянию вредным привычкам;
- * необходимости экономии в быту, предвидения последствий своего поведения для природы и человека; следования законам природы;
- * *формулировать своими словами*, что такое «экологическая культура», «биологическое разнообразие»; «экология», «здоровый образ жизни», «безопасность»;
- * *разыгрывать* экологически проблемные ситуации с обращением за помощью к врачу, специалистам, взрослому;
- * *планировать и организовывать* экологически направленную деятельность в окружающей среде по образцу (инструкции); планировать безопасное поведение в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях, типичных для места проживания;
- * *рефлексировать* результаты своих действий для здоровья человека, состояния окружающей среды (как получилось

сделать, что и как следует исправить);

- * *оценивать* результаты по заранее определённым критериям;

- * *делать выводы* о том, в чём причины экологических проблем; какие качества в себе надо воспитывать, чтобы сохранить здоровье своё, окружающих людей, природы, как поступать стыдно;

- * *рассуждать* о взаимосвязях здоровья человека и здоровья природы, если..., то...; о правилах экологически безопасного поведения в окружающей среде, индивидуальных особенностях здоровьесберегающего поведения в ситуациях учёбы, общения, повседневной жизни;

- * *высказывать* своё отношение к проблемам в области экологии, здоровья и безопасности;

- * *организовывать* здоровьесберегающие условия учёбы и общения, выбирать адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей;

- * *самостоятельно выполнять* домашние задания с использованием индивидуально эффективных, здоровьесберегающих приёмов.

Результаты освоения Программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни на ступени начального общего образования обеспечивают преемственность начального и основного общего образования.

Направления деятельности по здоровьесбережению, обеспечению безопасности и формированию экологической культуры обучающихся

1. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры образовательного учреждения.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе работает **столовая**, позволяющая организовывать горячие обеды в урочное время в режиме пятидневной рабочей недели. Приём пищи осуществляется на большой перемене между 3-м и 4-м уроками. Приготовление пищи производится в школьной столовой. Дети из малообеспеченных и многодетных семей обеспечиваются бесплатным питанием.

В школе работает оснащённый **спортивный зал**, имеется спортивная площадка, оборудованные необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём: лыжное снаряжение, снаряды для занятий акробатикой и гимнастикой (турник, шведская стенка, кольца, канат, гимнастические маты), оборудование для проведения спортивных игр (мячи, волейбольная сетка, баскетбольные щиты, оборудована площадка для мини-футбола, кегли, скакалки и т. д.).

2. Использование возможностей УМК «Школа России» в образовательном процессе.

Школа работает по УМК «Школа России», который формирует установку школьников на безопасный, здоровый образ жизни. С этой целью предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание направлено на обсуждение с детьми проблем, связанных с безопасностью жизни, укреплением собственного физического, нравственного и духовного здоровья, активным отдыхом. Задача формирования бережного, уважительного, сознательного отношения к материальным и духовным ценностям решается средствами всей системы учебников «Школа России», в течение всего учебно-воспитательного процесса.

Предметы	Содержание и виды деятельности
Окружающий мир	«Здоровье и безопасность», «Мы и наше здоровье», «Наша безопасность», «Как устроен мир», «Путешествия», «Что вокруг нас может быть опасным?», «Зачем мы спим ночью?», «Почему нужно есть много овощей и фруктов?», «Почему нужно чистить зубы и мыть руки?», «Почему в автомобиле и поезде нужно соблюдать правила безопасности?», «Почему на корабле и в самолете нужно соблюдать правила безопасности?». Сюжетно-ролевые игры, беседы, проектная деятельность, практические занятия, просмотр слайдов, видеофильмов и их последующее обсуждение.
Русский язык	При выполнении упражнений на уроках учащиеся обсуждают вопросы внешнего облика ученика, соблюдения правил перехода улицы, активного отдыха летом и зимой. Формированию бережного отношения к материальным и духовным ценностям России и мира способствуют художественные тексты, упражнения, задачи, иллюстративный материал с вопросами для последующего обсуждения.
Технология	При первом знакомстве с каждым инструментом или приспособлением в учебниках обязательно вводятся правила безопасной работы с ним. В учебнике 1 класса в разделе «Человек и информация» показаны важные для безопасного передвижения по улицам и дорогам знаки дорожного движения, а также таблица с важнейшими номерами телефонов, которые могут потребоваться ребенку в критической ситуации. Беседы, создание наглядного материала для сюжетно-ролевых игр (дорожные знаки, макеты автомобилей и т. д.)
Иностранный язык (немецкий)	В учебниках 2-4 классов содержится достаточное количество информации, направленной на воспитание ценностного отношения к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей, на развитие интереса к прогулкам на природе, подвижным играм, участию в спортивных соревнованиях (<i>Расспросите друг друга о том, какие виды спорта или игры удаются вам лучше других</i>).

Основы религиозных культур и светской этики	В курсе тема труда, образования, природы проходит через содержание всех учебников, но наиболее убедительно раскрывается на специальных уроках: «Ценность и польза образования», «Ислам и наука» (№26-27 «Основы исламской культуры»), «Отношение к природе» (№13 «Основы буддийской культуры»), «Христианин в труде», «Отношение христиан к природе» (№26, 29 «Основы православной культуры»). Беседы, диспуты, просмотр видеофильмов с последующим обсуждением, ролевые игры, постановка сценок.
Физическая культура	В курсе весь материал учебника (1-4 кл.) способствует выработке установки на безопасный, здоровый образ жизни. На это ориентированы все разделы книги, но особенно, те, в которых сообщаются сведения по освоению и соблюдению режима дня, личной гигиены, закаливания, приема пищи и питательных веществ, воды и питьевого режима, необходимости оказания первой помощи при травмах. Беседы, практические занятия, изучение иллюстративного и слайдового материала учебника, разучивание подвижных игр.

3. Рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся.

С целью сохранения и укрепления здоровья учащихся проводится систематическая работа педагогического коллектива по повышению эффективности учебного процесса, снижению функционального напряжения и утомления детей, созданию условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха: проведение физминуток на уроках, организация динамических пауз, проведение тематических педагогических советов по вопросам нормирования домашней работы учащихся, замеры объема времени, расходуемого учащимися на выполнение тех или иных заданий, посещение квартир обучающихся с целью проверки организации рабочих мест, проведение лекториев для родителей (законных представителей) о необходимости соблюдения режима дня школьника.

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).

В школе имеется компьютерный класс, рабочие места в котором оборудованы в соответствии с гигиеническими нормами и требованиями.

Педагогический коллектив учитывает в образовательной деятельности ***индивидуальные особенности развития учащихся***: темпа развития и темп деятельности. В используемой в школе системе учебников «Школа России» учтены психологические и возрастные особенности младших школьников, различные учебные возможности детей. В этой связи и для достижения указанных личностных результатов в учебниках всех предметных линий представлены разнообразные упражнения, задачи и задания, обучающие игры, ребусы, загадки, которые сопровождаются красочными

иллюстрациями, способствующими повышению мотивации обучающихся, учитывающими переход детей младшего школьного возраста от игровой деятельности (ведущего вида деятельности в дошкольном возрасте) к учебной.

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:

- *полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья на уроках физкультуры;*
- *рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры на ступени начального общего образования;*
- *организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;*
- *организацию работы спортивной секции и создание условий для её эффективного функционирования;*
- *регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (соревнований, эстафет и многоборий)*

5. Формирование экологической культуры включает:

- *организации экскурсий, однодневных походов, дней здоровья для формирования экологически сообразного поведения в быту и природе;*
- *использование форм и методов в урочной, внеурочной, внеклассной деятельности, формирующих нормы безопасного поведения для человека и окружающей среды;*

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 лекций, круглых столов по темам: «Предупреждение вредных привычек у подростков», «Жизнь в семье без конфликтов», «Режим дня школьника», «За здоровье и безопасность наших детей»;*
- *просмотр и обсуждение документального фильма «Дети и алкоголь»;*
- *выступления фельдшера ФАП о результатах медицинских осмотров обучающихся с соответствующими рекомендациями для родителей;*
- *проведение культурно-оздоровительных мероприятий для детей и их родителей;*

- *создание библиотечки детского здоровья, доступной для родителей;*
- *работу с родителями (законными представителями) в рамках экологического воспитания.*

Модель организации работы образовательного учреждения

по формированию у обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Организация работы образовательного учреждения по формированию у обучающихся экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни осуществляется в два этапа.

Первый этап — анализ состояния и планирование работы образовательного учреждения по данному направлению, в том числе по:

- организации режима дня детей, их нагрузкам, питанию, физкультурно-оздоровительной работе, сформированности элементарных навыков гигиены, рационального питания и профилактике вредных привычек;
- организации просветительской работы образовательного учреждения с учащимися и родителями (законными представителями);
- выделению приоритетов в работе образовательного учреждения с учётом результатов проведённого анализа, а также возрастных особенностей обучающихся на ступени начального общего образования.

Второй этап — организация работы образовательного учреждения по данному направлению:

1. Просветительно-воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование экологической культуры, ценности здоровья и здорового образа жизни, включает:

- внедрение в систему работы образовательного учреждения дополнительных образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, которые должны реализовываться во внеурочной деятельности либо включаться в учебный процесс;
- лекции, беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактике вредных привычек;

- проведение дней здоровья, конкурсов, праздников и других активных мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни.

2. Просветительская и методическая работа с педагогами, специалистами и родителями (законными представителями), направленная на повышение квалификации работников образовательного учреждения и повышение уровня знаний родителей (законных представителей) по проблемам охраны и укрепления здоровья детей, включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.;

- приобретение для педагогов, специалистов и родителей (законных представителей) необходимой научно-методической литературы;

- привлечение педагогов, фельдшера Калачинского ФАП и родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований.

Системная работа на ступени начального общего образования по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни представлена в виде шести взаимосвязанных блоков: создание здоровьесберегающей инфраструктуры, использование возможностей УМК «Школа России» в образовательном процессе, рациональная организация учебной и внеучебной деятельности обучающихся, организация физкультурно-оздоровительной работы, формирование экологической культуры, просветительская работа с родителями (законными представителями) — и способствует формированию у обучающихся экологической культуры, ценности здоровья, его сохранения и укрепления.

Виды деятельности по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни

Методисты выделяют виды деятельности, которые возможны в школе, а именно: познавательная деятельность, ценностно-ориентационная, общественная, эстетическая, досуговая.

Виды деятельности	Формы занятий
Формирование экологически целесообразного, здорового и безопасного уклада школьной жизни, поведения	
Урочная	Беседы «Как вести себя в лесу, на реке» , «Умеем ли мы правильно питаться?», «Мы за здоровое питание», «Питание и здоровье», проведение экскурсий в природу.
Внеурочная	Экологические акции, субботники, День Земли, День птиц, игровая программа «Откуда берутся грязнули?», утренники на темы: «В гостях у Айболита», «Бал витаминов», «Королевство Зубной Щетки», беседы на классных часах о режиме дня, «Рациональное распределение свободного времени», профилактика сохранности зрения, зубов, опорно-двигательного аппарата
Работа с семьёй	Бал цветов, конкурсы «Рецепты наших бабушек», «Русский пряник», «Овощ вырасти сам», проведение литературных вечеров совместно с родителями
Физкультурно - спортивная и оздоровительная работа	
Урочная	Физкультминутки, ритмические перемены, прогулки на свежем воздухе, подвижные игры
Внеурочная	Спортивные соревнования, лыжные эстафеты, шахматно – шашечные турниры

Работа с семьёй	Родительские собрания на темы «Когда девочка вырастет», «Когда мальчик вырастет», «Учимся строить отношения», «Режим дня»
Профилактика употребления психоактивных веществ обучающимися	
Урочная	Профилактические беседы о вреде курения, других вредных привычек
Внеурочная	Конкурсы рисунков по ЗОЖ, беседа «Губительная сигарета», устный журнал «Дети против алкоголя», конкурсная программа «Я выбираю жизнь»
Работа с семьёй	Профилактические беседы о вреде курения, других вредных привычек, Родительский лекторий «Профилактика употребления курительных смесей»
Профилактика детского дорожно – транспортного травматизма	
Урочная	Беседы «Правила поведения в общественном транспорте», «Мы пассажиры»
Внеурочная	Оформление выставки «Мир без опасности», конкурс рисунков «Безопасное колесо», занятия по методике «Минутка», игровая программа «Светофорчик», беседа «Наши друзья – дорожные знаки», конкурсная программа «Велосипед и я», классный час «Чтобы выжить»
Работа с семьёй	Инструктажи о безопасном поведении детей на дорогах, родительское собрание «За жизнь и безопасность наших детей»

**Критерии и показатели эффективности деятельности образовательного учреждения в части формирования
здорового и безопасного образа жизни и экологической культуры обучающихся**

№	Критерии деятельности образовательного учреждения в части формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся	Показатели эффективности реализации программы
1	Формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды	отсутствие травматизма среди учащихся ОУ
2	Пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения	соблюдение учащимися режима дня, наблюдение, участие учащихся в организованных переменах, утренней зарядке, физкультминутках на уроках
3	Формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе	анкетирование учащихся и родителей, мониторинг участия учащихся в соревнованиях, конкурсах, внеклассных мероприятиях, экологических акциях
4	Формирование установок на использование здорового питания	охват горячим питанием учащихся ОУ, анкетирование учащихся и родителей
5	Использование оптимальных двигательных режимов для детей с учётом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом	участие учащихся в организованных переменах, утренней зарядке, физкультминутках на уроках, соревнованиях, эстафетах и др.
6	Соблюдение режимов дня;	соблюдение учащимися режима дня

7	Формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания)	участие учащихся в организованных переменах, утренней зарядке, физкультминутках на уроках, соревнованиях, эстафетах и др.
8	Становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ	участие в конкурсах, соревнованиях, проектной деятельности и др., направленных на профилактику вовлечения во вредные привычки
9	Формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены	соблюдение правил личной гигиены, участие в вакцинации, мониторинге физического развития, мед. осмотрах и диспансеризации
10	Формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приёмы выполнения заданий с учётом индивидуальных особенностей	формирование регулятивных УУД, направленных на здоровьесозидание
11	Формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	отсутствие травматизма среди учащихся ОУ, участие в репетиционных эвакуациях при пожаре, террористических актах

Методика и инструментарий мониторинга достижения планируемых результатов по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся

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 ч 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.

1. Класс, пол ребенка _____
2. В какое время Ваш ребенок обычно встает в учебный день? _____
3. Делает ли ребенок утреннюю зарядку? (отметьте знаком «+»)
- да _____
- нет _____
- иногда _____
- считаю это лишним _____
4. Делает ребенок закаливающие процедуры? (отметьте знаком «+»)
- да _____
- нет _____
- иногда _____
- считаю это лишним _____
5. Завтракает ребенок перед школой? (отметьте знаком «+»)
- да _____
- нет _____

если нет, то почему? _____

6. Завтракает ли Ваш ребенок в школе? (отметьте знаком «+»)

да _____

нет _____

если нет, то почему? _____

7. Сколько времени затрачивает ребенок на дорогу в школу? _____

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? _____

Сколько раз в неделю? _____

10. Какие кружки, студии и т.п. посещает ребенок? _____

Сколько раз в неделю? _____

11. Сколько времени в среднем затрачивает ребенок на подготовку домашних заданий:

в учебный день _____

в выходные дни? _____

12. Какой из учебных предметов, как правило, требует большего времени на подготовку? _____

13. Сколько ребенок имеет часов в неделю на дополнительные занятия тем или иным предметом (в школе или вне ее)? _____

14. Читает ребенок ежедневно внепрограммную литературу? Сколько на это отводится времени в день? _____

15. Сколько времени ребенок тратит на просмотр телепередач:

в учебный день _____

в выходной день? _____

16. Сколько времени ребенок тратит на занятия с компьютером и игровыми приставками:

в учебный день _____

в выходной день? _____

17. В какое время ребенок обычно ложится спать:

в учебный день _____

в выходной день? _____

18. Бывают у ребенка жалобы на:

головную боль _____

головокружение _____

расстройства сна? _____

19. Часто у ребенка появляются:

слезливость _____

капризы _____

плохое настроение _____
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 интересует происходящие перемены в природе, его больше занимают игровая, самостоятельная деятельность. Большее 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)
Соления (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) истории;
 - г) химии;
 - д) физики и т.д.
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»
(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

Меньше 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
 - в) отрицательно
2. Даете ли вы согласие на то, чтобы вашему ребенку делали прививки?
 - а) да
 - в) 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 _____

