




# КОНЦЕПЦИЯ

«Траектория здорового  
образа жизни»



## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
АКТУАЛЬНОСТЬ .....	6
ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РАЗРАБОТКИ УМО .....	8
ОБОСНОВАНИЕ НОВИЗНЫ УМО .....	9
ОБОСНОВАНИЕ ПОДХОДОВ К СОЗДАНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ УМО .....	10
УМО В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ У ДЕТЕЙ И ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ УСТОЙЧИВЫХ НАВЫКОВ И КОМПЕТЕНЦИЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБА ЖИЗНИ В УРОЧНОЙ И ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ .....	11
ПЕРСПЕКТИВЫ И РИСКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УМО .....	13
ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ УМО .....	14
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УМО .....	15
РЕКОМЕНДАЦИИ К ФОРМЕ ПОДАЧИ УЧЕБНОГО И МЕТОДИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА: ВИДЕОЛЕКЦИИ, ПРЕЗЕНТАЦИИ, ВИДЕОРОЛИКИ И ПРОЧИЕ ФОРМЫ (С УЧЕТОМ ВОЗМОЖНОСТИ ОСВОЕНИЯ МАТЕРИАЛА СЛУШАТЕЛЕМ БЕЗ УЧАСТИЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ) .....	17
РЕКОМЕНДАЦИИ К РОЛИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ, ТЬЮТОРА, КОНСУЛЬТАНТА, ТРЕНЕРА.....	18
ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ КОНЦЕПЦИИ УМО .....	20

## ВВЕДЕНИЕ

Настоящая концепция практико-ориентированного специализированного учебно-методического обеспечения, ориентированного на формирование у детей и обучающейся молодежи устойчивых навыков и компетенций здорового способа жизни в урочной и внеурочной деятельности (далее – Концепция УМО) направлена на формирование у детей и обучающейся молодежи устойчивых навыков и мотивации, компетенций и привычек здорового образа жизни. В концепции представлен комплекс мероприятий, посредством которых педагоги могут способствовать формированию у детей и обучающейся молодежи представлений о зависимости качества их жизни от валеологических знаний и умений здорового образа жизни. Положения Концепции определяются приоритетными направлениями государственной политики, в сфере образования, которые отражаются в государственных стандартах. Представленные программа и комплексный план мероприятий поможет педагогам в достижении личностно-ориентированных целей формирования здорового образа жизни, созданию условий по принятию обучающимися его ценностей и мотивационных установок.

В данной концепции здоровый образ жизни (ЗОЖ) понимается как нормы и правила поведения, выработанные обществом для сохранения и укрепления здоровья человека. Для обучающихся личностную значимость приобретает здоровый стиль жизни. Это понятие означает реализацию здорового образа жизни, адаптированного личностью к своим индивидуальным особенностям, условиям жизни и требованиям саморазвития. Здоровый стиль жизни основан на глубоком самопознании, гибком самоуправлении и включает следующие виды деятельности: самопознание и рефлексия (познание своих личностных качеств и особенностей, уровня психофизической подготовленности, состояния здоровья, валеологической компетентности и др.); личностную самореализацию (самоактуализация, самоопределение, самоутверждение); поисково-творческую (поиск и использование эффективных нестандартных подходов и решений жизненных и профессиональных задач, выработка идей, создание, авторство) коммуникативную (установление и поддержание позитивных и продуктивных контактов в общении и взаимодействии с окружающими, проявление эмпатии); эмоционально-волевое самоуправление (саморегулирование в целях гармоничного мироощущения, присвоения установок личностного роста); гигиеническую (соблюдение норм, правил и мероприятий личной гигиены в чистоте, питании, закаливании, режиме дня, профилактике заболеваний, отсутствии вредных привычек, предохранении в сексуальной сфере и др.); физкультурно-оздоровительную (физическое совершенствование (развитие и тренировка функ-

циональных систем), рекреационная (организация досуга, отдыха, восстановления работоспособности), реабилитационная (восстановление после травм, болезней)).

Нормативно-правовую базу Концепции составляют:

Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 года №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

Указ Президента РФ от 29 мая 2017 года «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;

Распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. №996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Распоряжение Правительства РФ от 12 марта 2016 года №423-р «Об утверждении Плана мероприятий по реализации в 2016-2020 годах Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;

Распоряжение Правительства РФ от 06 июля 2018 года №1375-р «Об утверждении Плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках Десятилетия Детства»;

Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (с последующими изменениями);

Федеральный закон от 8 января 1998 года №3-ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах»;

Письмо Министерства образования и науки от 20.04.2018 года №ТС-1122/08 «О календаре образовательных событий на 2018-2019 учебный год»;

Письмо Минпросвещения России от 27.05.2019 года № ТС-1314/04 «О календаре образовательных событий на 2019-2020 учебный год»;

Письмо Минобрнауки России №МД-1197/06 от 5 сентября 2011 г. «О Концепции профилактики психоактивных веществ в образовательной среде»;

Национальный проект «Образование»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от «6» октября 2009 г. №373 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (с последующими изменениями);

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями); Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 мая 2012 года №413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (с последующими изменениями);

Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года (Указ Президента РФ от 9 октября 2007 года №1351);

Паспорт национального проекта «Демография» (утв. Решением президиума Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию национальным проектам 24 декабря 2018 года);

Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 №1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»;

Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утв. 24.12.2018 года на коллегии Министерства Просвещения);

Концепция преподавания учебного предмета «Физическая культура» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утв. 24.12.2018 года на коллегии Министерства Просвещения).

Концепция включает систему подходов и организационных механизмов, ориентированных на формирование у обучающихся установок, мотивов, убеждений, смыслов и компетенций здорового образа жизни, направленных на его деятельную реализацию, построение здорового стиля жизни.

Концепция включает в себя описание цели и задач; методологические подходы и принципы, механизмы и методы и формирования у обучающихся ценностных ориентаций и компетенций здорового образа жизни в урочной и внеурочной деятельности; а также факторы и педагогические условия ее успешного внедрения в образовательный процесс школы, к содержанию методических материалов.

## АКТУАЛЬНОСТЬ

Сохранение и укрепление здоровья человека является одним из приоритетных направлений государственной политики, так как именно здоровая, самореализующаяся личность определяет будущее страны, ее научный и экономический потенциал. В нашей стране в сфере образования самое серьезное внимание уделяется сохранению и укреплению здоровья школьников. Качественное образование предполагает развитие у них ценностных ориентаций здорового образа жизни. К сожалению, реальный уровень их сформированности у выпускников школы далек от образцовых представлений и требований, наблюдается непонимание ими необходимости для себя ценности и смыслов ЗОЖ, что приводит к существенным пробелам в их гуманитарной подготовке. Образовательная среда школы, как правило, не несет ценностные, личностно-ориентированные мотивы ЗОЖ. Например, сами учителя не всегда владеют навыками эмоционально-волевого самоуправления, или систематически занимаются физической культурой. Поэтому важно, на какие цели и ценности личностного развития направляют школьников педагоги, поощряются ли в первую очередь такие культурные ценности как здоровье, физическое совершенство, нравственная и эстетическая культура, творчество, коммуникабельность и др.

Основой формирования здорового образа жизни школьников является его смысловой контекст, создание условий для открытия и осознания личностью для себя его ценностей, их многогранности, перспективности, жизненной необходимости. Присваивая гуманитарные ценности отношения к здоровью, ЗОЖ, саморазвитию в этой сфере, школьники строят здоровый жизненный стиль в соответствии с целями самореализации. Результатом образовательного процесса является самоопределение выпускников в ценностях ЗОЖ, которое находит отражение в непрекращающемся саморазвитии, эффективном самоуправлении здоровьем, возможно полном самовыражении и удовлетворенности жизнью.

В принятых на федеральном уровне документах вопросы сохранения и укрепления здоровья детей определены как приоритетные. Одна из стратегических целей развития образования (согласно Указу Президента Российской Федерации от 7 мая 2018 г. №204 в части решения задач и достижения стратегических целей по направлению «Образование») – воспитание гармонично развитой и социально ответственной личности. Стратегическая цель в сфере демографии («майский» указ Президента РФ) – увеличение доли граждан, ведущих здоровый образ жизни; одна из стратегических задач (там же) – формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек; среди основополагающих компонентов успешной социализации и социально от-

ветственной личности важными являются ценности и мотивационные установки на здоровый и безопасный образ жизни, личностное саморазвитие. (Что это такое?). В перечне мероприятий Государственной программы развития образования указано «Создание условий успешной социализации и эффективной самореализации молодежи». Целевой показателем проекта «Десятилетие Детства» – увеличение числа детей и молодежи, которые охвачены мероприятиями, направленными на формирование здорового образа жизни; рост вовлеченности обучающихся в деятельность общественных объединений, ориентированных на формирование здорового образа жизни (включая волонтерские отряды).

В современных условиях образовательная организация должна создавать условия для оздоровления и занятий обучающихся физической культурой и спортом, формировать у них мировоззрение и компетенции здорового образа жизни, субъектные качества личности. Задачи формирования здорового образа жизни у детей и молодежи, внедрения здоровьесберегающих технологий, становления личности, осознанно выполняющей и пропагандирующей правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни включены в федеральный государственный образовательный стандарт общего образования и в качестве стратегических ориентиров – при преподавании таких учебных предметов, как «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Физическая культура».

Сегодня в субъектах Российской Федерации разработаны и реализуются региональные программы по укреплению и сохранению здоровья детей, формированию стимулов обучающихся к здоровому образу жизни, профилактике и предупреждению вредных привычек, в том числе употребления психоактивных веществ.

Ресурсы системы образования и сфера ее социального влияния позволяют осуществлять комплексное и системное воздействие на личность, формировать у детей и молодежи установки, интересы и ориентиры здорового образа жизни.

В этой связи разработанная Концепция представляет собой комплекс методических подходов, методов и средств для организации профессиональной деятельности педагогов различных учебных предметов, как в качестве отдельных модулей аудиторных занятий, так и в процессе самостоятельной работы школьников.

Современное учебно-методическое обеспечение позволит создать оптимальные условия для осуществления образовательного процесса, главная задача которого – формирование здоровой, самореализующейся личности на основе общечеловеческих гуманистических ценностей и ориентиров.

## ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ РАЗРАБОТКИ УМО

Цель: создать в образовательном процессе школы оптимальные условия, обеспечивающие формирование у обучающихся устойчивых мотивов и компетенций здорового образа жизни посредством внедрения инновационных личностно-ориентированных подходов (аксиологического, культурологического, компетентностного, антропологического, системного), и реализации комплексной системы мероприятий.

В соответствии с целью были поставлены следующие задачи:

- 1) обновить содержание программ обучения и воспитания посредством использования инновационных подходов к процессу обучения и внедрения единой структурно-логической схемы формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ при изучении тематических линий с учетом психолого-возрастных и личностных особенностей обучающихся, совершенствование технологий и методик преподавания учебных предметов на всех уровнях общего образования, в т.ч. с использованием средств электронной образовательной среды;
- 2) способствовать развитию преемственности и взаимосвязи уровней общего образования, межпредметных, мета- и транспредметных (это непонятно какие?) связей; тесной взаимосвязи урочной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, общественных движений, добровольных обществ на базе реальных потребностей обучающихся в практико-ориентированных компетенциях ЗОЖ;
- 3) обеспечить педагогический и медицинский мониторинг уровня здоровья обучающихся в образовательной организации;
- 4) обеспечить популяризацию проблематики по вопросам здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, в том числе посредством электронного методического контента, повысить уровень профессиональной подготовки педагогических кадров в сфере формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ.



## ОБОСНОВАНИЕ НОВИЗНЫ УМО

Новизна УМО заключается в следующем:

соответствует требованиям ФГОС ОО с учетом основных структурных направлений учебных предметов «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Физическая культура»;

учтены положения современных концепций преподавания учебных предметов «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Физическая культура»;

предусмотрена возможность внедрения предложенных подходов при преподавании учебных предметов и интеграция в их содержание отдельных тематических модулей по ЗОЖ;

разработана комплексная система подходов и мероприятий по организации процесса обучения и воспитания детей и молодежи, обеспечивающая внедрение ценностных ориентаций ЗОЖ за счет расширения его ценностно-смысловых и социальных компетенций, формирования личностных свойств и качеств, повышающих адаптивность обучающихся к различным влияниям природной и социальной среды;

предложен электронный формат (контент) учебно-методического обеспечения с использованием цифровых технологий, предоставляющий возможность широкого использования материалов Концепции в любых формах организации образовательного процесса (уроках ОБЖ и физкультуры, других учебных предметах школьного курса, классных часах, летних лагерных сменах, кружках дополнительного образования, и др.); возможность вовлечения обучающихся в процесс построения собственной траектории ЗОЖ за счет качественно новых подходов и способов подачи учебных материалов; доступа педагогов и обучающихся к методическим и образовательным материалам электронного контента;

обеспечены оптимальность объема и содержания материалов по компетенциям ЗОЖ, практико-ориентированный и адресный характер их преподавания.

## ОБОСНОВАНИЕ ПОДХОДОВ К СОЗДАНИЮ И ИСПОЛЬЗОВАНИЮ УМО

В концепции особое внимание уделяется вопросам деятельного здоровьесбережения и индивидуализации обучения, при которой ребенок становится активным участником своего образования, его субъектом.

В основу реализации Концепции положены следующие подходы:

аксиологический подход направляет на использование механизмов взаимодействия и взаимопроникновения ценностей содержания образования и личности, приоритетное формирование ее ценностно-смысловой, мотивационной сферы;

культурологический подход определяет целостность образовательного процесса в единстве ценностного, деятельностного и результативного аспектов, создание условий для целостного личностного развития обучающихся, деятельно-творческого освоения ими ценностей содержания образования по ЗОЖ;

антропологический подход обуславливает синтез естественнонаучных и гуманитарных знаний, понимание здорового стиля жизни как познание и совершенствование обучающимися своего нравственного, психологического, социального и физического здоровья;

компетентностный подход ориентирует на приобретение школьниками операциональной, практической готовности к ЗОЖ и его результативность, развитие необходимых для успешной самореализации деятельно-практических качеств;

системный подход направляет на системное построение процесса передачи и содержания знаний ЗОЖ с учетом взаимосвязей подсистем преподавания и учения, воспитания и самовоспитания; использование функции обратной связи для оценки работы системы (оценка и самооценка результата).

## УМО В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ У ДЕТЕЙ И ОБУЧАЮЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ УСТОЙЧИВЫХ НАВЫКОВ И КОМПЕТЕНЦИЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБА ЖИЗНИ В УРОЧНОЙ И ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Реализовать обозначенные в Концепции подходы в образовательном процессе школы помогают следующие принципы:

концептуальности, который направляет на применение в образовательном процессе школы Концепции, отражающей требования государственного образовательного стандарта и концептуально выведенные подходы, цели, задачи, педагогические условия, формы, средства и методы формирования у детей и обучающейся молодежи мировоззрения и компетенций здорового образа жизни;

целостного личностного развития определяет всестороннее (нравственное, интеллектуальное, физическое и др.) гармоничное развитие личности школьника, овладение ими ценностно-смысловыми, социальными, практико-деятельностными компетенциями ЗОЖ;

личностно-деятельностный принцип нацеливает на создание условий формирования мотивов, интересов, убеждений, смыслов деятельного саморазвития здорового стиля жизни школьников с учетом имеющихся возможностей.;

единства форм группового и индивидуального обучения направляет на использование различных форм коллективного и индивидуального обучения для эффективного присвоения ценностей ЗОЖ;

диалогичности обуславливает создание комфортной психологической атмосферы сотрудничества, согласованного взаимодействия, в которой ценностно-смысловые ориентиры ЗОЖ присваиваются школьниками, переходят в их взгляды, убеждения, идеалы.

субъектности предполагает создание в образовательном процессе условий для самоопределения школьников в ценностях ЗОЖ, развития у них таких субъектных качеств как ответственность, решительность, целеустремленность, активность, инициативность, креативность, рефлексивность и др.

непрерывности предполагает преемственность между всеми ступенями и этапами обучения;

учета возрастных психологических и личностных особенностей развития обучающихся.

Методы использования УМО:

психолого-педагогическая диагностика (наблюдение, анкетирование, тестирование, опрос, беседы),

убеждение (информационные, поисковые, дискуссионные, взаимного просвещения),

стимулирующие (внушения, поощрения, порицания),  
личный пример педагога,  
проблемное изложение,  
информация учебного содержания и дополнительная (отрывки из художественных произведений, научно-популярные статьи, видеофильмы, поучительные истории и др.),  
фасилитирующее общение, проблемное и интерактивное (коммуникативное) обучение, объяснительно-иллюстративный, деловое (по содержанию образования) и неформальное (на уровне личных отношений) общение,  
вербальные методы (этические беседы, анализ воспитывающей ситуации, дискуссионные) и невербальные (пространственные решения, внешние проявления чувств, эмоций),  
проекционные экспрессивные методы убеждения (третьего лица, ролевой игры), взаимообучение, взаимоконтроль, взаимное изложение опыта, поисковые (проекты, рефераты, эссе и др.), совместная рефлексия деятельности и взаимодействия, экспертная педагогическая оценка.

#### Механизмы использования УМО:

организационно-управленческие механизмы предполагают совершенствование содержания программ обучения и воспитания, технологий и методик преподавания учебных предметов на всех уровнях общего образования введением подходов, принципов, методов и средств разработанной Концепции; организацию урочной (уроки ОБЖ, физической культуры, окружающего мира и др.) и внеурочной деятельности (классные часы, кружки, конкурсы и др.), интеграцию основных положений Концепции в преподавание учебных предметов школьного курса и дополнительного образования (летние лагерные смены, волонтерское и общественное движение, соревнования и др.)

кадровые механизмы включают повышение профессионального уровня педагогических работников в вопросах компетентной передачи ценностей ЗОЖ личности, сохранения и укрепления ее здоровья;

информационные механизмы предполагают использование современных информационных и коммуникационных технологий, электронных информационно-методических ресурсов для достижения цели и результатов реализации Концепции; организацию ее информационной поддержки с привлечением средств массовой информации.

## ПЕРСПЕКТИВЫ И РИСКИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ УМО

Использование УМО имеет следующие перспективы: расширение содержания подходов и многообразия методических материалов в сфере формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ для педагогов образовательных организаций, специалистов других организаций; проведение общественных обсуждений учебно-методических материалов Концепции и их экспертиза; увеличение доли мероприятий формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ с применением цифровых и интерактивных технологий; обращение педагогов к необходимым разделам информации в любое время; совершенствование педагогами своих психолого-педагогических, мультимедиа- и информационно-коммуникационных компетентностей.

К рискам неэффективного использования УМО можно отнести: немотивированность и недостаточный уровень компетенции педагогов по ее внедрению, слабое информационно-методическое и материально-техническое оснащение учебного процесса (достаточность и доступность соответствующих Концепции методик, технологий, источников информации, в том числе с использованием современных технических средств, наличие достаточного количества мест занятий, их оборудование, санитарно-гигиенические и эстетические условия, спортивный инвентарь, материальная поддержка труда и повышения квалификации педагогов и т.п.).

## ИНТЕРАКТИВНЫХ МЕТОДИЧЕСКИХ МАТЕРИАЛОВ ДЛЯ УМО

*Требования разработаны с учетом включения в содержание интерактивных методических материалов валеологической направленности.*

Методические материалы Концепции, в том числе интерактивные, будут включать:

1. Программы обучения и воспитания детей и обучающейся молодежи по формированию мировоззрения и компетенций ЗОЖ и профилактике вредных привычек, в том числе употребления ПАВ.
2. Разработаны две программы обучения и воспитания детей и обучающейся молодежи по формированию навыков ЗОЖ и профилактике вредных привычек, в том числе употребления ПАВ, для общеобразовательных и общественных (волонтерских и др.) организаций(движений). Первая программа будет предусматривать включение вопросов ЗОЖ в содержание различных учебных предметов, программ воспитания и ориентирована на начальное, основное и среднее общее образование. Вторая программа обеспечивает интеграцию общего и дополнительного образования и включает следующие разделы: гигиена и физиология человека; охрана здоровья; правильное питание; движение, спорт; психология взаимоотношений, профилактика зависимостей (нездорового поведения). Содержание программ будет учитывать психофизиологические и личностные особенности обучающихся.
3. УМК к программам. В учебно-методический комплекс (УМК) будут входить: планы занятий, сценарии мероприятий (текстовое содержание занятий), дидактические и наглядные материалы для занятий, методические рекомендации по использованию УМО.
4. Методический кейс использования УМО в практической деятельности педагога, лидера детского и молодежного мнения. Концепция реализуется в деятельности образовательных организаций, организаций дополнительного образования, в работе волонтеров, вожаков в детских лагерях, лидеров детских и молодежных объединений и т.д. Методический кейс будет раскрывать общие подходы к реализации УМО.

## ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УМО

В условиях модернизации образования реализации федеральных государственных образовательных стандартов использование образовательных технологий при решении различных задач становится актуальным, поскольку они являются одним из эффективных практических инструментов, способствующих повышению качества образования в целом.

Под педагогической технологией понимают последовательную, взаимосвязанную систему действий педагога, направленных на решение педагогических задач, или планомерное и последовательное воплощение на практике заранее спроектированного педагогического процесса; строгое научное проектирование и точное воспроизведение гарантирующих успех педагогических действий; реализованный на практике проект совместной деятельности субъектов образовательного процесса (преподавателя и обучающихся), направленный на достижение целей обучения, воспитания и развития личности каждого из этих субъектов.

Оптимизация педагогической системы может достигаться через составляющие педагогической технологии, выделенные В.П. Беспалько:

- 1) четкая последовательная педагогическая, дидактическая разработка целей обучения, воспитания;
- 2) структурирование, упорядочение, уплотнение содержания, информации, подлежащих усвоению;
- 3) комплексное применение дидактических, технических, в том числе и компьютерных, средств обучения и контроля;
- 4) усиление, насколько это возможно, диагностических функций обучения и воспитания;
- 5) гарантированность достаточно высокого качества обучения.

При реализации Концепции применяются современные педагогические технологии, направленные на формирование у адресных групп и ценностных ориентаций, представлений, норм поведения, ЗОЖ, развитие социально-значимых личностных качеств – целеустремленности, организованности, трудолюбия, ответственности, гражданственности, коммуникативности, толерантности, повышение общей культуры и т.д.

К педагогическим технологиям можно отнести модульное, проектное, проблемное, коллективно-взаимное обучение, кейс-технологии, технологии развития критического мышления, тренинги, ролевые игры, дискуссии, индивидуальная работа, мастер-классы и обучающие семинары для педагогов, лектории для родителей и др.

Основные формы работы: беседы, лекции, моделирование ситуаций, проектная деятельность и т.д.



**РЕКОМЕНДАЦИИ К ФОРМЕ ПОДАЧИ УЧЕБНОГО И МЕТОДИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА:  
ВИДЕОЛЕКЦИИ, ПРЕЗЕНТАЦИИ, ВИДЕОРОЛИКИ И ПРОЧИЕ ФОРМЫ (С УЧЕТОМ  
ВОЗМОЖНОСТИ ОСВОЕНИЯ МАТЕРИАЛА СЛУШАТЕЛЕМ БЕЗ УЧАСТИЯ  
ПРЕПОДАВАТЕЛЯ)**

В состав УМО будут входить учебные и методические материалы, включающие видеолекции, презентации, видеоролики и др. материалы, которые позволят создать универсальную образовательную среду под разные группы обучения с возможностью освоения учебного материала без участия педагога.

Видеолекции должны быть продолжительностью не более 45 минут и включать разные виды визуализации (видеоряд, таблицы, слайды, иллюстративный ряд, фрагменты сюжетов, фактологический материал и др.).

Презентации должны включать не более 10 слайдов.

Видеоролики должны носить обучающий характер, соответствовать целевой аудитории, могут быть от 3 до 5 минут.

## РЕКОМЕНДАЦИИ К РОЛИ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ, ТЬЮТОРА, КОНСУЛЬТАНТА, ТРЕНЕРА

В целях формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ у обучающихся, преподавателю (педагогу) необходимо выстроить учебный план воспитательной, коррекционно-профилактической и оздоровительной работы. Внимательно отобрать педагогические технологии, методики, модели и образовательные программы формирования ЗОЖ. В выборе средств формирования ЗОЖ, следует акцентировать внимание на таких, которые ориентированы на создание условий проявления обучающимся активной субъектной позиции к своему здоровью, развитие совместной творческо-поисковой учебной и оздоровительной деятельности, применение интерактивных форм общения и взаимодействия педагога с обучающимися. К средствам, позволяющим сформировать четкое представление по вопросам ЗОЖ и способствующим осознанию ценности того или иного аспекта здоровья, следует отнести:

- уроки и лекции, в т.ч. проблемные,
- семинар;
- диспут;
- дебаты;
- конференция;
- чтения (литературные, исторические, научные);
- защита проекта (программы, реферата), олимпиада;
- конкурс;
- турнир;
- викторина;
- аукцион знаний;
- мозговая атака;
- брейн-ринг;
- КВН;
- устный журнал;
- встреча со специалистами, учеными, авторами;
- познавательные игры, интеллектуальный марафон, театрализованные инсценировки и др.

Включиться в процесс мотивации обучающихся в части формирования мировоззрения и компетенций здорового образа жизни может тьютор, основная функция которого – психолого-педагогическое сопровождение, помогающее создать условия для принятия обучающимися оптимальных решений в различных ситуациях выбора.

Консультант также может оказать помощь и поддержку обучающимся по вопросам сохранения и укрепления здоровья, обеспечить правильный ракурс поиска жизненных мотивов и стимулов к ЗОЖ, профилактике и предупреждению болезней и нездорового поведения.

Решая поставленные задачи, в роли тренера может выступить школьный или приглашенный психолог, который окажет при необходимости психологическую помощь по возникающим проблемам в форме консультаций и тренингов.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ КОНЦЕПЦИИ УМО

Внедрение концепции УМО позволит:

- 1) обновить содержание программ обучения и воспитания посредством использования инновационных подходов к процессу обучения и внедрения единой структурно-логической схемы формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ при изучении тематических линий с учетом психолого-возрастных и личностных особенностей обучающихся, совершенствование технологий и методик преподавания учебных предметов на всех уровнях общего образования, в т. ч. с использованием средств электронной образовательной среды;
- 2) способствовать развитию преемственности и взаимосвязи уровней общего образования, меж- и метапредметных связей; тесной взаимосвязи урочной и внеурочной деятельности, дополнительного образования, общественных движений, добровольных обществ на базе реальных потребностей обучающихся в практико-ориентированных компетенциях ЗОЖ;
- 3) обеспечить педагогический и медицинский мониторинг уровня здоровья обучающихся в образовательной организации;
- 4) обеспечить популяризацию проблематики по вопросам ЗОЖ и профилактике вредных привычек, в том числе посредством электронного методического контента;
- 5) повысить уровень профессиональной подготовки педагогических кадров в сфере формирования мировоззрения и компетенций ЗОЖ.