

**Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение,
реализующее адаптированные основные общеобразовательные программы «Школа –
интернат № 2» (КГБОУ ШИ2)**

«РАССМОТРЕНО»

на заседании педагогического
совета
Протокол № 1
от «30» августа 2023 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Приказом КГБОУ ШИ 2
от 31 августа .2023 г.
№172-ОД

**ПРОГРАММА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ
«ЗДОРОВАЯ ШКОЛА»**

на 2023-2026 уч.г.

Хабаровск, 2023 г.

Пояснительная записка

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье - это состояние полного физического, психического и социального благополучия. Программа здоровьесбережения направлена на формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни слепых и слабовидящих обучающихся и является комплексной программой формирования знаний, укрепления установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья, как одной из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию обучающихся.

Программа направлена на развитие мотивации и готовности слепых и слабовидящих обучающихся повышать свою экологическую грамотность, действовать предусмотрительно, осознанно придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, познавать и ценить природу как источник жизни и духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия; на освоение слепыми и слабовидящими обучающимися правил собственной безопасности жизнедеятельности (в том числе в предметно-пространственной среде школы).

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными актами:

1. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»;
2. Конституции Российской Федерации от 12.12.1993 г. (с изменениями от 01.07.2020г);
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"".
4. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 г. N 2 "Об утверждении санитарных правил СП 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания"".
5. Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
6. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

Программа здоровьесбережения разработана с учётом факторов, оказывающих негативное влияние на состояние здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- неблагоприятные экологические, социальные и экономические условия;
- факторы риска в школе-интернате, приводящие к ухудшению здоровья обучающихся (факторы негативного влияния на нарушенное зрение, сохранные анализаторы и др.);

- факторы риска, отражающие трудности пространственной ориентировки при преодолении препятствий в условиях осуществления практической деятельности на суженной сенсорной основе;
- отсутствие сознательного отношения обучающихся к своему здоровью, в том числе к нарушенному зрению и другим анализаторам.

Одним из компонентов формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обучающихся с ограниченными возможностями здоровья по зрению, является просветительская работа с их родителями (законными представителями), привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе с детьми с ОВЗ

При реализации программы необходимо учитывать наряду с возрастными особенностями психологические характеристики слепых и слабовидящих обучающихся, их особые образовательные потребности, потенциальные возможности.

Цели и задачи программы

Основная **цель** программы создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся с ОВЗ по зрению и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни, обеспечение профилактики, лечения и развития остаточного зрения.

Задачи программы:

- воспитывать у обучающихся потребность быть здоровым;
- формировать у обучающихся основ теоретических знаний и практических умений, относящихся к физическим возможностям человека и его здоровью;
- пропагандировать здоровый образ жизни, формировать отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- формировать познавательный интерес и бережное отношение к природе;
- формировать представления о факторах риска для здоровья человека, в том числе о факторах риска для нарушенного зрения (бесконтрольные физические нагрузки, нерегламентированная зрительная работа, несоблюдение светового режима и др.);
- формировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;
- обучать безопасному поведению в окружающей среде и элементарным навыкам поведения в экстремальных ситуациях;
- развивать потребности в использовании средств оптической коррекции, тифлотехнических средств и приёмов, облегчающих учебно-познавательную деятельность;
- воспитывать потребности обращаться по любым вопросам, связанным с состоянием здоровья, к медицинским работникам, находящимся в школе.

Для реализации целей и задач, необходима направляемая и организуемая взрослыми практическая работа обучающихся с учетом их образовательных потребностей и психофизических возможностей, способствующая:

- практическому освоению учениками знаний основ здорового образа жизни;
- адаптации к предметно-пространственной среде образовательной организации (ориентировка в большом и малом пространстве, навыки самообслуживания, гигиенические навыки, проявления самостоятельности);
- формированию потребности взаимодействия с природной средой посредством развития экологической культуры, её значения в жизни человека, о положительном влиянии природы на здоровье человека и последствия при негативном отношении человека к природе;
- пониманию роли режима дня, двигательной активности, правильного питания, выполнения правил личной гигиены (в том числе гигиены глаз) и правил использования и хранения средств оптической коррекции (для слабовидящих и слепых с остаточным зрением) в жизнедеятельности человека.

Основные принципы организации работы по реализации программы.

Процесс формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни, являясь составной частью воспитательного процесса детей с ограниченными возможностями здоровья по зрению, опирается на общие и специальные педагогические принципы.

Общие принципы:

- 1) *Гуманистическая направленность*: признание самоценности личности и создание условий для ее гармонического развития и саморазвития.
- 2) *Системность*: целостность всей образовательной деятельности, направленной на единую цель.
- 3) *Непрерывность образования*: постоянное развитие и самосовершенствование обучающегося.
- 4) *Междисциплинарность*: обеспечивает воспитание целостного мировоззрения личности в области здоровьесбережения, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов.
- 5) *Преемственность*: урочная, внеурочная и внешкольная деятельность.
- 6) *Социальная значимость*: направления, виды и формы внеурочной деятельности должны находить свое место в социуме, т. е. применение обучающимися нового опыта деятельности в жизненных ситуациях.

Специальные принципы:

- 1) Учёт особых образовательных потребностей слепого и слабовидящего обучающегося.
- 2) Учёт состояния зрительных функций.
- 3) Опора на сохранные анализаторы.
- 4) Осуществление обучения и воспитания в процессе предметно-практической деятельности.
- 5) Обогащение и расширение практического опыта с опорой на компенсаторные возможности обучающихся.

б) Ценностные ориентиры, лежащие в основе программы:

- экологическое сознание;
- физическое здоровье и стремление к здоровому образу жизни;
- здоровье нравственное и социально-психологическое.

Модель деятельности по реализации программы

Наиболее эффективным при формировании экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни слепых и слабовидящих учащихся, является направляемая и организуемая взрослыми практическая работа с учётом их особых образовательных потребностей, способствующая процессу превращения базовых ценностей в личностные ценностные смыслы и ориентиры, включение обучающегося в процесс открытия для себя смысла той или иной ценности, определения собственного отношения к ней, формирования опыта созидательной реализации этих ценностей на практике.

Вся организация всего учебно-воспитательного процесса с учетом психофизиологических и возрастных особенностей обучающихся в рамках программы ЗОЖ раскрывается через 8 основных направлений:

- 1) Инфраструктура, безбарьерная доступная среда;
- 2) Учебная деятельность на основе здоровьесберегающих технологий;
- 3) Психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса;
- 4) Медицинское сопровождение учебно-воспитательного процесса;
- 5) Спортивно-оздоровительная деятельность;
- 6) Сотрудничество с родителями;
- 7) Охрана труда;
- 8) Пропаганда ЗОЖ.

Модель построена на основе оптимизации внутренних ресурсов школы-интерната с привлечением учреждений дополнительного образования и социальных партнеров школы-интерната. Данная модель предполагает, что в ее реализации принимают участие все педагогические и медицинские работники образовательного учреждения, а также родители (законные представители). Координируют работу администрация образовательного учреждения и классный руководитель и.

Администрация:

- общее руководство реализации программы: организация, координация, контроль;
- общее руководство и контроль за организацией горячего питания учащихся в школе;
- организация контроля уроков физкультуры и спортивных секций;
- обеспечение работы спортзала во внеурочное время и во время каникул, работы спортивных секций;
- разработка системы внеклассных мероприятий по укреплению физического здоровья учащихся и ее контроль;

- организация работы классных руководителей и других педагогических работников по программе здоровьесбережения и ее контроль;
- привлечение социальных партнеров к совместной деятельности;
- организация создания банка данных о социально неблагополучных семьях и обеспечение поддержки детей из таких семей.

Классный руководитель:

- взаимодействует с педагогическими работниками, с медицинским персоналом, с учебно-вспомогательным персоналом школы-интерната, с родителями учащихся;
- организует систему отношений через разнообразные формы деятельности коллектива обучающихся;
- организация и проведение в классном коллективе мероприятий, классных часов по профилактике детского травматизма, пожарной безопасности, девиантного поведения и т.д.;
- санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе;
- организация и проведение профилактической работы с родителями;
- организует деятельность обучающихся по формированию экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

1. Инфраструктура, безбарьерная доступная среда

Все помещения ОУ соответствуют, нормам СанПиНа (в том числе нормам освещения для учащихся с нарушенным зрением), нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда учащихся.

Создание безбарьерной среды в рамках программы «Доступная среда» в соответствии с паспортом доступности – входная группа, тактильные дорожки внутри здания и на улице, пристенные поручни, электрический подъемник, звуковые маячки, санузел, звуковое оповещение, индукционная петля, информационные стенды, выполненные шрифтом брайля, браслеты-активаторы, информационный терминал, стол с микролифтом, электронные видеувеличители, брайлевские печатные машины, брайлевский принтер, оборудована раздевалка в соответствии с методическими рекомендациями по созданию специальных условий для детей с нарушениями зрения в общеобразовательных учреждениях и др. Сегодня учреждение полностью доступно для всех маломобильных групп населения.

Территория школы имеет металлическое ограждение; ведется видеонаблюдение; осуществляется пропускной режим, ведётся журнал регистрации посещения школы.

В школе изданы соответствующие приказы, назначены ответственные за каждый участок работы при возникновении чрезвычайных ситуаций, оформлен стенд «Действия в условиях чрезвычайных ситуаций». Регулярно проводятся тренировки по учебной пожарной эвакуации обучающихся и сотрудников.

Спортивный и тренажёрный залы оснащены адаптированным к особым образовательным потребностям слепых и слабовидящих обучающихся спортивным оборудованием и инвентарём.

Кабинеты оснащены необходимым тифлотехническим оборудованием.

Кабинет здоровья оснащен скрининговым оборудованием. Для заболевших детей оборудован медицинский изолятор.

Кабинет офтальмолога оснащен современным диагностическим и лечебным оборудованием. Регулярно проводятся диагностические осмотры, плановое лечение и при необходимости оказывается экстренная помощь. В кабинете охраны зрения проходят занятия, на которых дети приобретают знания и умения по гигиене глаз, зрительной гимнастике, развивают зрительное восприятие.

В психологическом и логопедическом кабинетах проводится мониторинг состояния обучающихся и оказывается своевременная психологическая и логопедическая помощь. Педагоги-психологи и учителя-логопеды работают по программе биологически обратной связи (БОС) "Комфорт". Для поддержания психоэмоционального состояния и релаксации учеников оборудован современный сенсорный кабинет.

Учителя-предметники активно включают здоровьесберегающий компонент в содержание урока, интегрируют межпредметное взаимодействие, широко используют игровые практики, исследовательские методы работы, направленные на эффективное усвоение материала и формирование осознанного отношения к необходимости ведения здорового образа жизни.

2. Учебная деятельность на основе здоровьесберегающих технологий

Здоровьесберегающие технологии представляют собой систему педагогических технологий и мер по снижению ее неблагоприятного воздействия на ребенка и работы по воспитанию культуры здоровья. Сохранение и укрепление здоровья слепых и слабовидящих обучающихся средствами рациональной организации их деятельности, достигается благодаря систематической работе педагогического коллектива по повышению эффективности учебного процесса, снижению функционального напряжения и утомления детей, созданию условий для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха. Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеурочной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и спортивных секциях), к использованию технических средств обучения, в том числе компьютеров и аудиовизуальных средств. Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму урочной и внеурочной нагрузки, предполагающих участие зрения и основанное на нормах СанПиНа прописанных в распорядке дня ОУ.

Педагоги школы-интерната прошли переподготовку по специальности «Тифлопедагогика». Взаимодействие с обучающимися строится в системе координат: «слепой-зрячий», «слепой – слабовидящий», «слабовидящий-зрячий».

Узкие специалисты обеспечивают сопровождение и помощь обучающимся в преодолении трудностей, встречающихся при организации образовательного процесса в поиске путей решения, формирования и создания условий для комфортного обучения, и воспитания.

Для обучающихся с тяжёлыми множественными нарушениями развития (СИПР) классов, где преобладает количество незрячих обучающихся, организуется тьюторское сопровождение.

Осуществление индивидуального контроля соблюдения режима зрительной нагрузки в учебной деятельности осуществляется учителями предметниками, во внеурочной деятельности воспитателями и педагогами дополнительного образования. При организации занятий физической культурой и адаптивной физической культурой, необходим тщательный, индивидуальный подход к каждому ученику с учётом: состояния зрения; клинической формы нарушения зрения; диагноза врача-офтальмолога, который регламентирует (регулирует) доступность освоения ими тех или иных тем и разделов программы; возможных сопутствующих нарушений (ДЦП, астма, диабет и др.); вторичных отклонений физического развития.

3. Психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса

Психолого-педагогическое сопровождение учебно-воспитательного процесса осуществляется Службой сопровождения, в состав которой входят педагоги-психологи, учителя-логопеды, учителя-дефектологи, тьюторы, ассистенты. Данные специалисты в начале каждого учебного года проводят диагностику для определения направлений работы с каждым обучающимся, как в индивидуальной, так и групповой форме. Специфика, методы, формы работы специалистов способствуют более успешной социализации, адаптации и усвоению учебного материала.

Результатом работы специалистов являются итоги диагностических материалов.

4. Медицинское сопровождение учебно-воспитательного процесса

В школе-интернате весь учебно-воспитательный процесс сопровождает врач-офтальмолог. В его компетенции входит:

- определение плана лечения на год;
- организация курса консервативного лечения: медикаментозное, аппаратное и физиолечение;
- составление карты индивидуальных рекомендаций педагогам и родителям по режиму охраны зрения: допустимая зрительная нагрузка (размер шрифта, время зрительной работы, расстояние до текста), оптическая коррекция (очки, контактные линзы, лупы ручные и электронные), группа по физкультуре и допуск в спортивные секции;
- контроль за использованием средств оптической коррекции учащимися.

В школе-интернате функционирует Кабинет здоровья, оснащенный скрининговым оборудованием. Медицинские работники оказывают первичную

доврачебную медицинскую помощь, проводят профилактические мероприятия, медицинские осмотры, иммунопрофилактику. Два раза в год проводится мониторинг антропометрии ребенка на аппарате (комплекс медицинский диагностический КМД).

5. Спортивно-оздоровительная деятельность

Урочная деятельность

«Адаптивная физическая культура» - 3 ч. Программа по предмету «Адаптивная физическая культура» представляет собой адаптированный к особенностям слабовидящих и слепых обучающихся вариант программы по предмету «Физическая культура». В программе учтены потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самореализации.

Основной целью изучения учебного предмета «Адаптивная физическая культура» является создание адаптивной двигательной образовательной среды, обеспечивающей слепым и слабовидящим обучающимся личностный рост с актуализацией и реализацией ими адаптивно-компенсаторного потенциала в рамках возрастных и индивидуальных возможностей через доступный уровень физической активности.

Внеурочная деятельность объединяет коррекционно-развивающую работу и внеурочную деятельность.

Курс «Ритмика» является одной из коррекционно-развивающих дисциплин и составной частью физического воспитания слепых и слабовидящих школьников. Ритмика представляет собой систему физических упражнений, основанных на связи движений с музыкой.

Занятия ритмикой направлены на коррекцию двигательных нарушений, развитие двигательных качеств и устранение недостатков физического развития слабовидящих обучающихся; они позволяют обучающимся осознать значимость ритмичных движений как для жизнедеятельности человека, так и для своего дальнейшего развития. Развитие чувства ритма является необходимым условием овладения многими видами двигательной деятельности. Человек, обладающий чувством ритма, лучше понимает и усваивает ритмические характеристики движений, которые являются важным компонентом координации движений. Занятия ритмикой способствуют повышению работоспособности организма, укреплению и сохранению здоровья, коррекции двигательных нарушений и недостатков физического развития, формированию умения дифференцировать движения по степени мышечных усилий во времени и пространстве, управлять темпом движений и подчинять свои движения музыке, придают движениям целесообразность, стройность и уверенность.

Внеурочная деятельность, направленная на формирование культуры здорового образа жизни, способствует развитию позитивного отношения к двигательной деятельности, выработке устойчивого интереса и потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями, подвижными играми,

формами активного отдыха и досуга. С этой целью в учреждении создан школьный спортивный клуб «НИКА», в рамках которого проводятся различные физкультурно-спортивные мероприятия.

Обучающимся предлагаются занятия в спортивно-оздоровительных группах: плавания, шахматы и шашки, дзюдо, хоккей для слепых, самбо целью которых является спортивное оздоровление, подготовка и участие в соревнованиях различного уровня в соответствии с психофизиологическими особенностями ребенка. Занятия проводят тренеры Хабаровской краевой спортивно-адаптивной школы паралимпийского и сурдлимпийского резерва, и муниципального автономного учреждения «Хабаровск Спортивный».

Спортивно-оздоровительная работа проводится под контролем медицинских работников и направлена на соблюдение оптимального режима, повышение адаптационных возможностей, сохранение и укрепление здоровья обучающихся с учётом особых образовательных потребностей слепых и слабовидящих и их индивидуальных особенностей.

Для подбора индивидуальных средств и методов физического воспитания, учителями физкультуры два раза в год проводится мониторинг физической подготовленности, двигательной активности, двигательной моторики учащихся, что позволяет корректировать работу по физическому воспитанию.

Внешкольная спортивно-оздоровительная работа направлена на социализацию и последующую социальную интеграцию слепых и слабовидящих обучающихся, которая осуществляется не только на приспособлении этих детей к нормам и правилам жизни здоровых обучающихся, но и с учетом их собственных возможностей.

Внешкольные спортивно-оздоровительные мероприятия:

- занятия в осенних, зимних, весенних и летних оздоровительных лагерях;
- занятия в семейно-оздоровительных клубах;
- путешествия по туристической тропе;
- участие обучающихся в различных соревнованиях, проводимых в КГБУДО «ХКСАШПСР», МАУ «Хабаровск спортивный», КГАНОУ КЦО и краевым отделением федерации ВОЗ;
- мероприятия в рамках взаимодействия с социальными партнерами;
- самостоятельные занятия;
- участие во Всероссийских и краевых спортивных соревнованиях.

Участниками таких мероприятий совместно с обучающимися становятся педагоги, родители и социальные партнёры.

6. Сотрудничество с родителями

Складывающаяся система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей, направленная на привлечение их к совместной деятельности по здоровьесбережению детей и повышение их уровня знаний, включает:

- просвещение родителей по вопросам здоровья и сохранения (проведение соответствующих лекций, семинаров, круглых столов и т. п.);
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований;
- сотрудничество детей, родителей, педагогов для успешности обучения и воспитания детей;
- совместная работа педагогов и родителей по построению карты медико-психолого-педагогического сопровождения ребенка с ОВЗ по зрению;
- пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем оздоровительным вопросам, включая ресурсную сеть края;
- организация и проведение родительских встреч в рамках программы «Школа для родителей».

7. Охрана труда

В школе-интернате особое внимание уделяется охране труда как учащихся, так и работников учреждения.

Сотрудники

Все сотрудники при приеме на работу проходят вводный инструктаж по охране труда с регистрацией в журнале инструктажей. В кабинете охраны труда имеются инструктажи для всех должностей и профессий, инструкции по технике безопасности для всех видов работ и оборудования, которые обновляются каждые 5 лет.

Работникам при трудоустройстве проводится первичный инструктаж на рабочем месте и выдается на руки копия инструктажей по охране труда с регистрацией учета выдачи инструктажей.

Каждые полгода проводится повторный инструктаж на рабочем месте с регистрацией в журнале, а также антитеррористический и по пожарной безопасности.

Учащиеся

В кабинетах химии, биологии, физики, СБО, трудов для мальчиков, информатики, в спортзале имеются инструкции по охране труда и техники безопасности, которые проводятся перед лабораторной или практической работой.

В школе оформлены стенды по охране труда, информация на которых систематически актуализируется.

При проведении общешкольных мероприятий или организации выездов учащихся проводятся инструктажи по технике безопасности в соответствии с тематикой мероприятия.

В тренажёрном зале рядом со спортивным снарядами и в кабинете трудового обучения для мальчиков около станков имеются инструкции по безопасности использования оборудования.

Перед началом каникул все классные руководители проводят инструктажи с регистрацией в журнале инструктажей под роспись.

Виды инструктажей:

- ✓ № 30.7 – о пожарной безопасности;

- ✓ № 30.6 – об электробезопасности;
- ✓ № 30.37 – о безопасном поведении на дороге и на транспорте;
- ✓ №30.4 – по профилактике негативных ситуаций во дворе, на улице дома и общественных местах;
- ✓ № 30.5 – по правилам безопасности при обнаружении опасных предметов;
- ✓ №30.3 – по правилам безопасного поведения на водоемах;
- ✓ № 30.9 – об охране труда при проведении прогулок, туристических походов, экскурсий;
- ✓ №30.36 – о безопасном поведении на объектах железнодорожного транспорта;
- ✓ №30.8 – о безопасном поведении в общественном транспорте.

Ежегодно в школе-интернате проводится месячник безопасности. Перед летними каникулами заместитель директора по безопасности проводит общешкольный урок безопасности.

8. Пропаганда ЗОЖ

В рамках внеурочной деятельности, в целях пропаганды здорового образа жизни в школе-интернате организуются разные мероприятия:

- внутришкольные соревнования;
- организация «Дней здоровья», «Весёлых стартов», «Турслетов»;
- военно-спортивная игра «Зарница»;
- соревнования «Наша школьная семья».

В подобном виде деятельности формируются межличностные связи всех участников образовательного процесса: ученики, родители, учителя, воспитатели, технический персонал. Это возможно посредством формирования разновозрастных команд; команд родители + класс; командир (ученик старших классов) + класс;

- конкурсы газет, рисунков, фотографий на спортивную тематику;
- спортивные развлечения и подвижные игры на прогулках.

В рамках формирования культуры здорового образа жизни всех участников образовательного процесса уделяется пристальное внимание психологическому здоровью обучающихся посредством:

- ежегодного проведения месячника безопасности, месячника ЗОЖ, недели психологии, недели здорового питания
- организации балинтовских групп для педагогов;
- проведения 10-ти минуток классного руководителя, направленных на формирование культуры здорового образа жизни и общего развития обучающегося;
- организации долгосрочных проектов «Школе зеленый наряд», «Овощи без нитратов»;
- школьное радиовещание, рубрика «Азбука здоровья», направленная на профилактику простудных заболеваний;
- проведения операций «уютная спальня», «чистый класс»;

- профилактики курения, наркомании, алкоголизма, токсикомании, правонарушений и девиантного поведения.

Санитарно-гигиенические средства и здоровьесберегающие технологии

- Требования к материально-техническому состоянию здания школы;
- Организация влажной уборки помещений, регулярное проветривание классов;
- Обеспечение рационального уровня учебной нагрузки во избежание переутомления;
- Организация рационального питания учащихся;
- Соблюдение общего режима дня учащихся - режима двигательной активности, режима питания и сна;
- Формирование ЗОЖ;
- Личная и общественная гигиена;
- Привитие детям элементарных навыков при мытье рук, использование носового платка при чихании и кашле и т.д.
- Организация порядка проведения прививок учащихся с целью предупреждения инфекций.

Планируемые результаты

Для достижения планируемых результатов программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни слепых и слабовидящих обучающихся, основные виды деятельности делятся на каждый год обучения с дальнейшим усложнением, усовершенствованием.

Механизмами достижения результатов программы по формированию экологической культуры здорового и безопасного образа жизни стали три взаимосвязанных между собой вида деятельности, куда включен весь коллектив школы-интерната.

Спортивно-оздоровительная: диспансерное наблюдение офтальмолога, педиатра; курсовое лечение; медицинские осмотры с участием дополнительных специалистов; витаминизация; оздоровительная работа с ослабленными детьми; спортивно-оздоровительные мероприятия; закаливание; совместные спортивные состязания (обучающиеся и родители); дни здоровья; результаты спортивных соревнований.

Педагогическая: организация занятий по ритмике, адаптивной физической культуре (АФК), занятия с психологом, организация работы спортивных секций, профилактика вредных привычек обучающихся.

Информационно-просветительская: работа для родителей с приглашением специалистов здравоохранения, организация работы Службы сопровождения и психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, беседы с родителями (лицами их заменяющих), педагогами.

**Мониторинг оценки достижения планируемых результатов по программе
«Формирование экологической культуры, здорового и безопасного образа
жизни»**

Ответственные	Показатели	Инструментарий
Медицинский персонал:		
- врач-офтальмолог	Динамика остроты зрения Динамика состояния заболевания	Карты по офтальмологии
- кабинет здоровья	Состояние физического здоровья и развития Динамика физиологических процессов Динамика сезонных заболеваний Травматизм	Медицинская карта соматического состояния Функциональные пробы Анализ заболеваний Анализ уровня травматизма
Педагоги:		
- учителя физ. культуры	Физическая подготовленность (физкультура) Развитие основных физических качеств Развитие двигательной моторики(АФК) Показатель потребности в физкультурной деятельности. Результаты всероссийских и региональных соревнований	Тестирование Тестирование Наблюдение
- классные руководители, воспитатели	Достижение планируемых результатов Динамика пропущенных уроков по состоянию здоровья Участие в спортивных мероприятиях Участие в конкурсах и проектах экологической направленности	Тестирование, опросы, наблюдения Ведомость показателей количества пропусков уроков Анализ участия, результат участия
- педагог-психолог	Показатель адаптации. Уровень школьной тревожности. Исследование отношений к курению и алкоголю	Тестирование, опросы, наблюдения

Инструментарий мониторинга: анкеты; тестирование; опросы; наблюдения; диагностические методики; комплексная оценка состояния здоровья (проводит медработник); ведение паспорта здоровья; оценка функционального состояния и уровня физической подготовленности (проводит учитель физической культуры); оценка уровня социально-психологической адаптации к школе, оценка уровня тревожности (проводит педагог-психолог); анализ данных медицинских осмотров; анализ данных по сезонной заболеваемости, по распространённости астенических состояний и вегетативных нарушений, по группам здоровья, по школьному травматизму; проверка гигиенического состояния школы перед началом учебного года; контроль учебной нагрузки при организации образовательного процесса; контроль соблюдения санитарно-гигиенических требований.

**Ожидаемые результаты формирования ЗОЖ
по ступеням образования**

Ступень	Уровень	Задачи педагогов	Прогнозируемые результаты
Начальное звено: 1-2-е классы	Примитивно-поведенческий	Формирование навыков санитарно-гигиенической культуры	Отсутствие вредных привычек
3-и классы		Приобщение к гигиенической культуре	
4-е классы		Организация здорового образа жизни	
Среднее и старшее звено: 5-6-е классы	Эмоциональный	Приобщение к здоровому образу жизни	Стремление к ведению здорового образа жизни
7-е классы		Формирование полового самосознания и здорового образа жизни	
8-12-е классы		Воспитание грамотного отношения к медико-профилактическим	

		мерам как средству сохранения здоровья человека	
--	--	---	--

Дорожная карта по реализации программы здоровьесбережения «Здоровая школа»

Цель: создание условий, гарантирующих охрану и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся с ОВЗ по зрению и формирование у них знаний, умений, навыков, мотивов вести здоровый и безопасный образ жизни, обеспечение профилактики, лечения и развития остаточного зрения.

№	Наименование мероприятия	Сроки исполнения	Планируемый результат выполнения мероприятия	Ответственный исполнитель
1.	Мониторинг здоровья обучающихся			
1.1.	Мониторинг антропометрии ребенка	2 раза в год	Результаты мониторинга, динамика	Врач-педиатр, медицинская сестра
1.2.	Диагностика плоскостопия	2 раза в год	Результаты мониторинга	Врач-педиатр
1.3.	Диспансеризация обучающихся	1 раз в год	Выявление общего состояния ребенка. Рекомендации родителям о более углубленном обследовании ребенка узкими специалистами	Врач-педиатр
1.4.	Осмотр офтальмолога. Определение остроты зрения (аппарат Ротта)	2 раза в год	Состояние зрительных функций ребенка	Врач-офтальмолог
1.5.	Мониторинг «школьная адаптация в 1, 5 и 11 классах»	Декабрь, апрель	Выявление психоэмоционального и функционального состояния школьников, риска развития нарушений адаптации.	Педагоги-психологи,
1.6.	Мониторинг «Оценка выраженности вероятных видов зависимости у подростков»	1 раз в год	Определение выраженности отдельных химических и нехимических зависимостей у подростков.	Педагоги-психологи
1.7.	Мониторинг уровня удовлетворённости участников образовательного процесса	В течение учебного года	Справка о результатах мониторинга	Педагоги-психологи
1.8.	Оформление социального паспорта школы, составление списков: - учащихся группы риска; - проблемных семей; - многодетных семей; - малообеспеченных семей; - неполных семей; - детей с заболеваниями.	Сентябрь	Социальный паспорт школы	Социальный педагог, классные руководители
1.9.	Диагностика психофизиологического состояния человека («Комфорт Лого»)	2 раза в год	Выявление логопедических нарушений	Учителя-логопеды
1.10.	Мониторинг развития устной речи	2 раза в год	Состояние устной и письменной речи	Учителя-логопеды

1.11.	Диагностика конструктивной деятельности, пространственного мышления и моделирующей деятельности детей	2 раза в год	Состояние конструктивной деятельности	Учителя-дефектологи
1.12.	Анализ результатов медико-психолого-педагогического мониторинга обучающихся	2 раза в год	Рекомендации педагогическим, медицинским работникам и родителям	Руководитель СС, узкие специалисты, медицинские работники
2	Укрепление здоровья обучающихся			
2.1.	Профилактика развития астиопии. Тренировка аккомодации тренажер для глаз	2 раза в год	Состояние зрительных функций	Врач-офтальмолог
2.2.	Проведение курсов аппаратного (физио процедуры) и медикаментозного лечения	2 раза в год	Состояние зрительных функций ребенка	Врач-офтальмолог
2.3.	Профилактика вредных привычек обучающегося	В течение года	Классные часы, беседы с обучающимися.	Врач-педиатр
2.4.	Проведение динамических пауз в 1-х классах, физкультминуток, гимнастики для глаз	В течение года	Активизация учебного процесса, снижение уровня утомляемости	Классные руководители, педагоги
2.5.	Общешкольные школьных мероприятий в рамках ЗОЖ (спортивно-оздоровительных, экологических)	Согласно плану	Проведение мероприятий в соответствии планом	Зам по ВР, педагог-организатор, педагоги, классные руководители
2.6.	Профилактические мероприятия направленные на предотвращение девиантного поведения, правонарушений и бродяжничества	Согласно плану	Проведение мероприятий в соответствии планом	Зам по ВР, социальный педагог, руководитель СС, классные руководители
2.7.	Организация и ведение спортивных секций	Согласно плану	Укрепление здоровья обучающихся	Зам по ВР, педагоги ДО
2.8.	Организация и ведение коррекционных занятий	Согласно учебного плану	Устранение или коррекция вторичных дефектов	Зам по УВР
2.9.	Работа по организации отдыха и оздоровления детей в каникулярный период	В течение года	Занятость детей в каникулярное время	Зам по ВР, соц. педагог
2.10.	Контроль за выполнением перечисленных мероприятий	Согласно плану работы школы	Определение уровня проведения мероприятия	Администрация
3	Сохранение здоровья обучающихся			
3.1.	Оформление листков здоровья	сентябрь	Рекомендации педагогическим работникам	Врач-педиатр, врач-офтальмолог, медицинская сестра

3.2.	Консультирование родителей обучающихся по вопросам здоровьесбережения	В течение года	Исполнение рекомендаций родителям	Руководитель СС, медицинские работники, учителя физкультуры, классные руководители
3.3.	Разработка рекомендаций по здоровьесберегающей физкультурной деятельности для детей с ОВЗ по зрению	В течение года	Исполнение рекомендаций	Учителя физической культуры, медицинские работники
3.4.	Консультирование узких специалистов и педагогов по теме «Здоровьесберегающие технологии на занятиях»	В течение года	Исполнение рекомендаций узкими специалистами и педагогами	Администрация
3.5.	Организация родительского клуба	В течение года	Улучшение взаимоотношений между родителями и детьми	Руководитель СС,
3.6.	Составление программ сопровождения на каждого обучающегося	Сентябрь, декабрь	Наличие программ психолого-медико-педагогического сопровождения на каждого обучающегося	Руководитель СС, зам по УВР
3.7.	Курсовая подготовка	В течение года	Повышение квалификации педагогических работников	Администрация
3.8.	Организация или участие в семинарах по вопросам здоровьесбережения обучающихся	В течение года	Повышение квалификации педагогических работников	Администрация
3.9.	Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охрана труда	В течение года	Внутренняя безопасность	Специалист службы безопасности и охраны труда
3.10.	Контроль за обеспечением качественным горячим питанием обучающихся	Ежедневно	Качественное горячие питание	Медицинские работники
3.11.	Поддержание здания школы в хорошем состоянии (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации), обновление мебели	Ежегодно	Хорошие условия для обучения, воспитания и развития детей с ОВЗ по зрению	Руководитель хозяйственной службы