

Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья  
«Алтайская общеобразовательная школа-интернат»

ПРИНЯТО  
решением  
педагогического совета  
школы - интерната  
Протокол № 1  
от 31.08.2023г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГБОУ «Алтайская  
общеобразовательная  
школа – интернат»  
\_\_\_\_\_ Л.Н. Казакова  
Приказ от 31.08.2023г №286

## **Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Азбука здоровья - 2»**

Разработчики программы:  
Калачикова О.Д. - зам.дир. по ВР  
Юдина О.А. - медсестра  
Срок реализации 4 года

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Наименование программы</b>             | Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни «Азбука здоровья - 2» на 2023-2027 годы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Основания для разработки программы</b> | <p>Конституция Российской Федерации;</p> <p>Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;</p> <p>Федеральный закон от 23.06.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка» (в ред. от 02.12.2013 № 328-ФЗ);</p> <p>Национальный проект «Образование», паспорт проекта утверждён президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектами, протокол от 03.09.2018 № 10;</p> <p>Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 № 1026 "Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";</p> <p>Устав школы<br/>Локальные акты</p> |
| <b>Цель программы</b>                     | Создание необходимого инновационного потенциала, методологических, организационных, методических предпосылок для комплексного решения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                           | проблемы укрепления и сохранения здоровья детей с ограниченными возможностями здоровья.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

|                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Задачи программы</b> | <p>- Внедрение новых технологий и методик здоровьесберегающего обучения, обеспечивающих формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса;</p> <p>- формирование у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья готовности к здоровьесбережению;</p> <p>- организация целесообразного образа жизни в школе-интернате посредством физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.</p> |
|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Сроки и этапы реализации программы</b></p> | <p>Программа будет реализована в период с 2023 по 2027 гг.</p> <p><b>I ЭТАП: 2023 год – организационно-мотивационный этап</b></p> <p>Проведение мониторинга здоровьесберегающих ресурсов образовательного учреждения.</p> <p>Изучение и обсуждение программы с педагогическим коллективом школыинтерната.</p> <p>Проведение исходных мониторинговых исследований с участниками образовательного процесса (с педагогами - по выявлению уровня владения современными технологиями ЗОЖ; с обучающимися – по состоянию здоровья обучающихся, с родителями – по изучению удовлетворенности школойинтернатом).</p> <p><b>II ЭТАП: 2024-2025 гг. - основной этап – этап реализации мероприятий Программы.</b></p> <p>Реализация системной комплексной работы здоровьесбережения в образовательной организации.</p> <p><b>III ЭТАП – 2027 год – заключительный – аналитический этап.</b></p> <p>Выявление результативности, анализ хода реализации Программы и представление результатов.</p> <p>Обобщение и подведение итогов о проделанной работе, анализ динамики изменений ценностных установок у обучающихся. Информирование всех участников образовательного процесса о результатах реализации Программы.</p> |
| <p><b>Исполнители программы</b></p>              | <p>Администрация, учителя и воспитатели, специалисты службы психологопедагогического сопровождения, педагоги дополнительного образования, родительская общественность.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <p><b>Направления программы</b></p>              | <p>Медицинское: предполагает обеспечение санитарно-гигиенических условий образовательного процесса.</p> <p>Профилактическое: предполагает организацию деятельности по профилактике вредных привычек; работу по предупреждению роста заболеваемости учащихся школы, динамическое наблюдение за состоянием здоровья обучающихся.</p> <p>Психолого-педагогическое: использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации образовательного процесса.</p> <p>Методическое: работа с педагогическим коллективом по вопросам здоровьесбережения.</p> <p>Спортивно – оздоровительное: организация спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение учащихся к здоровому досугу.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Ожидаемые конечные результаты</b></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Положительная динамика показателей здоровьесберегающей деятельности;</li> <li>• Повышение мотивации обучающихся к здоровому образу жизни и двигательной активности;</li> <li>• Совершенствование здоровьесберегающей инфраструктуры;</li> <li>• Увеличение занятости учащихся в секциях в свободное время;</li> </ul>                              |
| <p><b>Целевые показатели программы</b></p>  | <p>Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;</p> <p>Выявление и обобщение наиболее эффективного опыта работы педагогов и образовательного учреждения в целом.</p> <p>Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников;</p> <p>Создание модели профилактики и коррекции вредных привычек.</p> |

# **ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО И БЕЗОПАСНОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ - 2»**

**(НА 2023-2027 ГОДЫ)**

## ***ВВЕДЕНИЕ***

Потребность быть здоровым - основная потребность человека. Критическое ухудшение здоровья детей и подростков – одна из основных проблем не только современной системы образования, но и государства в целом. Сложившаяся ситуация является следствием многих неблагоприятных социально-экономических факторов, итогом нерешенных педагогических проблем в области сохранения и укрепления здоровья школьников, педагогов, родителей. В последние годы для России употребление несовершеннолетними и молодежью алкоголя, наркотических средств и других психоактивных веществ превратилось в проблему, представляющую серьезную угрозу социальной сфере и правопорядку.

ФГОС для обучающихся с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) подчеркивает значимость и актуальность формирования навыков здорового и безопасного образа жизни в условиях коррекционной школы: создание необходимых условий, гарантирующих укрепление здоровья обучающихся; воспитание интереса к физической культуре и спорту; формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и овладение доступными видами спорта; формирование и совершенствование основных двигательных качеств в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями обучающихся; развитие восприятия собственного тела, осознание своих физических возможностей и ограничений.

Основой реализации этих задач является формирование культуры здорового образа жизни, где любая деятельность школьников - учебная, спортивная, досуговая будет способствовать развитию привычек поддержания и укрепления своего здоровья, а впоследствии и потребности в здоровом образе жизни.

## ***1. ПРОБЛЕМНЫЙ АНАЛИЗ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ***

КГБОУ «Алтайская общеобразовательная школа-интернат для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

По состоянию на 1 сентября 2023 года в образовательной организации всего 115 обучающихся. В школе – интернате открыто классов – комплектов - 9, воспитательских групп - 9.

Педагогическим коллективом проделана большая работа по формированию навыков ЗОЖ у учащихся школы-интерната:

- созданы оптимальные условия для жизни, учебы и воспитания детей;
- личностно-ориентированное обучение осуществляется через дифференцирование образовательного процесса, систему методов и приемов обучения, гибкие варианты их комбинирования;
- разрабатываются и внедряются новые педагогические, оздоровительные технологии для детей с ОВЗ;
- организована работа кружков, секций для обеспечения интересной досуговой жизни учащихся;
- постоянно повышается педагогическое мастерство и квалификация учителей и воспитателей.

Проведена большая работа по формированию устойчивой мотивации учащихся к здоровому образу жизни, укреплению и оздоровлению социально-психологического климата. В школе отсутствуют наркозависимые учащиеся и употребляющие ПАВ.

До 2023 года осуществлялась программа оздоровления: «Азбука здоровья - 2».

Работа по формированию навыков здорового образа жизни (ЗОЖ) осуществляется системно, и на уроках, и во внеурочное время.

На уроках для снятия утомления обязательными стали «Минутки здоровья», перемены, в зависимости от самочувствия учащихся, могут быть динамическими или релаксационными. Лечебно-охранительный режим в школе-интернате, предполагает сбалансированное питание, отсутствие учебных перегрузок, проведение нескольких прогулок в течение дня, дозированную двигательную нагрузку.

В течение нескольких лет в школе проводится цикл занятий «Разговоры о правильном питании». Регулярно демонстрируются видеофильмы по профилактике алкоголизма и других вредных привычек, проводятся тематические акции и диспуты.

В школьной библиотеке действует постоянно обновляемая выставка книг и периодики «Здоровье в твоих руках». Педагоги и воспитатели разрабатывают памятки для учащихся «Кодекс здоровья», «Здоровое сердце» и другие. На классных часах проводят разнообразные беседы о вреде алкоголя и курения на организм детей и подростков.

Для учащихся организуются встречи с инспектором ОДН. На родительских собраниях обязательно затрагиваются вопросы сохранения здоровья учащихся, предотвращения возникновения вредных привычек.

В школе-интернате уделяется большое внимание физическому воспитанию. Наши воспитанники ежегодно принимают участие в спортивных мероприятиях различного уровня. В 2022 году 7 обучающихся школы получили золотые значки ГТО, 8 – серебро. Также в 2022 году команда школы заняла 2 место в окружном легкоатлетическом кроссе для обучающихся воспитанников с ограниченными возможностями краевых школ.

*Вместе с тем*, несмотря на систематическую работу педагогического коллектива по формированию у обучающихся школы-интерната навыков ЗОЖ, проблема по-прежнему остается весьма актуальной, в школе-интернате ежегодно увеличивается приток обучающихся с ОВЗ и детей-инвалидов. Многие семьи наших обучающихся являются малоимущими, социально незащищенными. Эти причины социального характера негативно влияют как на физическое, так и на психическое здоровье обучающихся. Основная часть обучающихся имеют III и V группы здоровья, поэтому их оздоровление является одной из важных задач. Дети, обучающиеся в школе-интернате чаще имеют физическую ослабленность, повышенную утомляемость при физическом и умственном труде, нарушения осанки, слабое зрение, склонность к инфекционным заболеваниям. У них нарушены процессы восприятия, памяти, мышления, речи, мелкой моторики и др., что существенно затрудняет процесс их обучения и воспитания. Здоровье обучающихся коррекционных школ имеет постоянную тенденцию к ухудшению, что снижает эффективность воспитательной работы в целом и осложняет социальную адаптацию выпускников.

Обучающиеся с ОВЗ также пропускают большое количество занятий по медицинским показаниям, что впоследствии приводит к невыполнению ими учебной программы в полном объеме. В связи с развитием информационных технологий значительно возросла компьютерная нагрузка. Дети часами сидят за компьютером дома, много времени проводят возле телевизора.

Ухудшается зрение, дети жалуются на головные боли, усталость. Статичность позы приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата. Малоподвижный образ жизни, несбалансированное питание, отсутствие культуры здорового образа жизни во многих семьях, неблагоприятная экологическая ситуация - основные причины утраты здоровья детьми.

У воспитанников школы-интерната нередко отсутствует заинтересованность в занятиях оздоровительного характера. Это связано с тем, что рекомендации по ЗОЖ в школе не вызывают у больных детей положительных эмоций, а в семье взрослые редко

придерживаются указанных правил, и дети хорошо это видят. Кроме того, выполнение необходимых правил здорового образа жизни требует от человека физического напряжения, значительных волевых усилий, что крайне затруднительно для ребенка с нарушением психического и физического развития.

В связи с этим как никогда остро встает проблема разработки и проведения действенных мероприятий по здоровьесбережению и профилактике заболеваний на уроках и во внеурочное время.

Укрепление здоровья школьников одно из основных направлений государственной политики. Каждая школа должна стать «школой здоровья», а сохранение и укрепление здоровья обучающихся должно стать приоритетной функцией образовательного учреждения.

**Концептуальными основами программы** стали следующие идеи: получение детьми с ОВЗ практических знаний, умений и навыков формирования здорового образа жизни, повышение мотивации сохранения своего здоровья, совершенствование системы просветительской работы о здоровом образе жизни с обучающимися, родителями и педагогами.

Концепция школы-интерната строится на основе потенциальных факторов, имеющих в образовательном учреждении:

- 1) сложившиеся традиции в обучении, развитии и воспитании учащихся с ОВЗ;
- 2) удовлетворительная материально-техническая база;
- 3) высококвалифицированный кадровый потенциал;
- 4) налаженные внешние связи с образовательной средой города.

#### **Организация образовательного процесса.**

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система.

Структура школы-интерната включает блоки:

- образовательный процесс,
- система коррекционно-воспитательной работы,
- лечебно-оздоровительная деятельность,
- психологическая поддержка,
- социальная защита детей,
- трудовое обучение.

Школа-интернат является учреждением, в котором ребенок живет и учится в комфортном режиме, гармонично чередуя урочную и внеурочную деятельности, экскурсии и подготовку домашних заданий, спортивные игры и прогулки на свежем воздухе. Учебная нагрузка обучающихся равномерно распределена в течение всего дня, разнообразные виды деятельности сменяют друг друга, что позволяет избежать перегрузки детей. Это чередование уроков с динамическими паузами, занятия по внеурочной деятельности и спортивных секциях, спортивнооздоровительные и культурно-оздоровительные мероприятия, развивающая, игровая, досуговая деятельности. В школе – интернате открыто классов - 9, воспитательских групп - 9.

Расписание занятий в первой и во второй половине дня учитывает особенности изменения физиологических функций и работоспособности детей. Им регламентируется время индивидуально-групповых занятий, посещений кружков и секций, прогулок, самоподготовки, обеспечивается чередование умственной и двигательной активности учащихся

Продолжительность уроков в 1 классе – 35 минут в 1 полугодии, 40 минут – во втором, во 2-9 классах – 40 минут при 5-дневной учебной неделе. Продолжительность перемен – 10, 20 минут. Все воспитанники школы-интерната обеспечиваются бесплатным пятиразовым питанием.

В течение 5 лет санитарно-эпидемиологическая обстановка в школе-интернате остается стабильной.

Заболеваемость респираторными инфекциями соответствует сезонным колебаниям и не носит характера эпидемиологической вспышки внутри учреждения.

За последние 3 года не зарегистрировано случаев заболевания гепатитом, желудочно-кишечные заболевания единичны (1-3 случая в год), имели внешние источники возникновения и распространения в школе не получили.

Большую роль в решении и коррекции задач по оздоровлению учащихся играет *школьная служба сопровождения*.

Психологическое сопровождение школьника осуществляется наряду с профилактическими мероприятиями. Оно включает в себя:

- адаптационные занятия;
- тренинги;
- профориентацию;
- индивидуальные занятия с детьми и родителями;
- консультирование педагогов;
- диагностическую, коррекционную и просветительскую работу.

Необходимыми условиями грамотного формирования здоровьесберегающего пространства школы являются мониторинг физического и психического здоровья школьников, а также учет особенностей их развития. С первых дней поступления ребенка в школу заместители директора по учебной и воспитательной работе, медицинская сестра, учитель физической культуры, классный руководитель, учитель-логопед, учитель-дефектолог, педагог-психолог, социальный педагог проводят диагностику уровней физического, психического и социального здоровья учащегося.

Для такой комплексной диагностики используются следующие методы: ознакомительная беседа с ребенком и его родителями, логопедическое и психологическое тестирование, анкетирование родителей, ознакомление с содержанием медицинской карты. Составлены диагностические карты, на основании которых делается анализ развития ребенка и при необходимости составляется индивидуальный образовательный маршрут; четко работает механизм взаимодействия медицинской службы и педагогов ОУ.

Информацию, полученную в ходе тестирования, используют для определения уровня развития учащегося с целью:

- профилактики возможных затруднений в обучении;
- зачисления его в группу для развивающих занятий с психологом;
- выявления необходимости в занятиях с логопедом (или дефектологом).

Педагогами успешно применяются здоровьесберегающие образовательные технологии. Их главный отличительный признак - использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов для решения задач сохранения и укрепления здоровья учащихся.

**Воспитательная система** в школе охватывает весь педагогический процесс, интегрируя: - учебные занятия;

- внеурочную жизнь детей;
- разнообразные виды деятельности;
- общение за пределами школы, в социуме.

Воспитатели, классные руководители используют различные методы и формы воспитательной работы, такие как тематические классные часы, экскурсии, индивидуальные беседы с детьми и родителями и др.

Педагоги проводят много интересных воспитательных мероприятий. Реализуя воспитательные цели и задачи, школа предоставляет всем учащимся максимально возможные условия для развития их способностей, духовного становления, тем самым содействуя нормализации социальной ситуации в социуме.

Воспитательная система школы работает по открытому типу: она не только успешно взаимодействует с ближним и дальним социумом, но и сама становится мощным средством социализации.

### **Методическое сопровождение здоровьесберегающего образовательного процесса**

#### **(обучения и воспитания)**

##### *Методическое сопровождение.*

В школе работает методический совет и 5 методических объединений. Педагогический коллектив использует разнообразные *педагогические здоровьесберегающие технологии*, основанные на системно-деятельностном подходе, которые помогают осуществлять личностный подход к учащимся с ОВЗ и детям-инвалидам. Служба сопровождения, осуществляет психолого-педагогическую поддержку учащихся с ОВЗ: педагоги – психологи, социальные педагоги, учителя-логопеды и дефектологи, медицинская сестра.

Педагоги обучаются на курсах повышения квалификации. Для родителей проводятся собрания, лекции, консультации, организуются спортивные соревнования. Осуществляется подбор методических материалов по формированию, сопровождению и развитию здоровьесозидающей деятельности: конспектов уроков, занятий, разработки игр, спортивных праздников, сценариев, программ психологической поддержки, коррекционно – развивающих программ, диагностик.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни осуществляется средствами урочной, внеурочной деятельности и дополнительного образования.

*Дидактическое сопровождение* деятельности по ЗОЖ осуществляется через занятия, беседы, игровые ситуации и организацию досуга.

С целью коррекции проводится артикуляторная гимнастика, пальчиковая гимнастика, гимнастика для глаз, игровой массаж.

### **Характеристика основных проблем, на решение которых направлена программа**

| Направления          | Проблемы                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Методическая служба  | Недостаточно скоординирована деятельность школьных методических объединений по различным инновационным направлениям.<br>Недостаточный уровень участия в очных педагогических конкурсах.                                                                                                                     |
| Служба сопровождения | Невысокий абилитационный потенциал семей обучающихся.<br>Необходимо уделять больше внимания психолого-педагогической диагностики для <i>раннего</i> выявления различного рода проблем у учащихся, определения причин их возникновения и поиска наиболее эффективных способов их профилактики и преодоления. |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Воспитательная работа        | <p>Преобладание среди воспитателей с большим стажем работы традиционных подходов к педагогическому процессу.</p> <p>По состоянию здоровья преобладают ученики, отнесённые к 4-5 группам здоровья, большое количество обучающихся, подверженных хроническим заболеваниям.</p> <p>Игнорирование некоторыми родителями учеников организации в семье здорового образа жизни. Не в полной мере используется сотрудничество с организациями, заинтересованными в укреплении здоровья школьников. Не во всех классах на должном уровне работают родительские комитеты.</p> <p>Недостаточное использование активных форм взаимодействия с родителями.</p> |
| Материально-техническая база | <p>Широкое использование компьютерных технологий в образовательной деятельности требует дальнейшего совершенствования материально-технической базы ОУ.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

***Ресурсы, которыми располагает КГБОУ «Алтайская общеобразовательная школа-интернат» для эффективного решения выявленных проблем***

***Состав педагогических кадров***

*В школе-интернате работает стабильный высококвалифицированный коллектив.*

По состоянию на 1 сентября 2023 года **всего педагогов – 31 человек.**

Из них:

- директор – 1;
- заместители директора по учебной и воспитательной работе – 2;
- учителя, в том числе учителя-логопеды и дефектологи – 2 чел.
- воспитатели – 15 чел.
- педагог-психолог – 1 чел.
- социальные педагоги – 1 чел.

***Материальное обеспечение образовательного процесса***

Школа-интернат расположена в двухэтажном здании, имеет большую благоустроенную территорию. К учебным помещениям предъявляются строгие гигиенические и эстетические требования: чистота, порядок, свежий воздух, достаточное освещение, подбор рабочего места для ребенка с учетом его индивидуальных особенностей (роста, зрения, слуха).

Имеется хорошо оснащенная материально-техническая база для укрепления здоровья воспитанников: спортивный зал, тренажерный зал, оформлена уличная площадка с тренажерами.

Для времяпрепровождения на переменах в школе предусмотрены уютные уголки отдыха, для проведения динамических пауз используются рекреации и холлы школы интерната. В школе также имеются современно оснащенные медицинский и логопедические кабинеты, сенсорная комната, кабинет дефектолога. Классные помещения и кабинеты оборудованы мебелью в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами.

Учебные кабинеты оснащены необходимым оборудованием, дидактическими и техническими средствами, учебно-вспомогательными материалами и соответствуют требованиям для успешной реализации теоретической и практической частей

адаптированной основной общеобразовательной программы. В учебной и внеурочной деятельности используются традиционные и современные технические средства обучения, оргтехника.

*Таким образом, школа-интернат имеет следующее обеспечение:*

а) программно-методическое: проведение семинаров, семинаров-практикумов; повышение правовой культуры педагогов, обеспечение учебными и методическими пособиями; разработка методических материалов по проблемам профилактики правонарушений учащихся, формированию духовно-нравственной культуры учащихся;

б) информационное: информирование педагогического коллектива, родителей, учащихся,

общественности о характере преобразований в школе-интернате через сайт образовательного учреждения;

в) материально-техническое: оснащение учебных кабинетов и мастерских современными учебно-дидактическими, наглядными материалами, оборудование компьютерного класса, приобретение мультимедийных комплексов, интерактивных досок.

## **2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ**

**Цель:** создание необходимого инновационного потенциала, организационных, методологических, методических предпосылок для комплексного решения проблемы укрепления и сохранения здоровья детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

**Задачи:**

- внедрение новых технологий и методик здоровьесберегающего обучения, обеспечивающих формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью, здорового образа жизни всех участников образовательного процесса;

- формирование у учащихся с ограниченными возможностями здоровья, готовности к здоровьесбережению;

- организация целесообразного образа жизни в школе-интернате посредством физкультурно-спортивной и оздоровительной работы, профилактики употребления психоактивных веществ обучающимися.

Успешность учебной и воспитательной работы в специальных (коррекционных) школах и развитие личности обучающихся напрямую зависит от состояния их здоровья. Активизируя работу по здоровьесбережению, можно способствовать повышению эффективности учебно-воспитательного процесса в целом.

## **3. СРОКИ И ЭТАПЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

| Этап                                                                | Цель                                                                                                                                                                  | Основное содержание                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>I ЭТАП: 2023 год</b><br><b>Организационно-мотивационный этап</b> | Диагностика проблем образовательного процесса школы интерната и осмысление всеми участниками (руководителями, педагогами, родителями) основных направлений Программы. | Изучение и обсуждение Программы с педагогическим коллективом школы интерната. Проведение мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы-интерната. Разработка планов по реализации Программы. |

|                                                                                  |                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>II. Основной этап: 2024-2026 гг. – этап реализации мероприятий Программы.</b> | Решение основных задач Программы.                                                                                         | Реализация Программы. Выявление результативности проведенных мероприятий. Анализ хода реализации Программы и представление результатов.                                                                                                                                                                                                  |
| <b>III. этап: 2027 г. заключительный – аналитический этап.</b>                   | Подведение итогов реализации Программы. Определение перспективных путей дальнейшего развития образовательного учреждения. | Обобщение результатов. Анализ результативности Программы в целом. Соотнесение результатов реализации Программы с поставленными целями и задачами. Анализ динамики изменений ценностных установок у обучающихся.                                                                                                                          |
|                                                                                  |                                                                                                                           | Выявление и обобщение наиболее эффективного опыта работы педагогов и образовательного учреждения в целом в области здоровьесбережения. Информирование всех участников образовательного процесса о результатах реализации Программы. Изучение условий, существенных при организации деятельности школы на этапе постреализации Программы. |

#### **4. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАБОТЫ ПО РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ**

*Системная работа по формированию ЗОЖ в школе-интернате должна включать:*

- создание безопасной, здоровьесберегающей, рациональной инфраструктуры образовательной организации;
- сохранение и укрепление здоровья и функционального состояния учащихся и привития им навыков здорового образа жизни;
- диагностику и мониторинг уровней психического, физического развития обучающихся;
- совершенствование психокоррекционной и психопрофилактической работы с детьми;
- развитие адаптивных возможностей обучающихся;
- проведение комплекса лечебно-оздоровительных и физкультурно-спортивных мероприятий с применением современных здоровьесберегающих технологий;
- создание информационной среды «Здоровье»;
- просветительскую и методическую работу с родителями (законными представителями).

*Медицинское* - предполагает обеспечение гигиенических условий образовательного процесса. Под гигиеническими понимается соблюдение внешних условий организации учебного процесса: составление расписания на основе санитарно-гигиенических требований, организация питания учащихся и др.

*Просветительское* - предполагает организацию деятельности по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; работу по предупреждению роста заболеваемости учащихся школы. Особое место отводится работе с родителями, так как, прежде всего в семьях формируется правильный или неправильный образ жизни, закладываются основы мировоззрения. Просветительская работа должна сочетать в себе как традиционные, так и современные интерактивные приемы воздействия на учащихся и их родителей.

*Психолого-педагогическое* - предполагает, прежде всего, использование здоровьесберегающих технологий, форм и методов в организации учебной деятельности, а также предупреждение проблем развития ребенка, обеспечение адаптации на разных этапах обучения, развитие познавательной и учебной мотивации, формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля.

*Спортивно - оздоровительное* - предполагает организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение учащихся к здоровому досугу.

## **5. МЕРОПРИЯТИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

| <b>ОРГАНИЗАЦИОННАЯ РАБОТА</b> |                                                                                                                                                                         |                       |                                      |
|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------|
|                               | <b>Содержание работы</b>                                                                                                                                                | <b>Сроки</b>          | <b>Ответственные</b>                 |
|                               | Анализ состояния здоровья обучающихся, воспитанников (на основе углубленного осмотра).<br>Ведение мониторинга здоровья обучающихся.                                     | 2 раза в год          | медсестра                            |
|                               | Оформление документации «Охрана жизни и здоровья детей».                                                                                                                | в течение года        | медсестра                            |
|                               | Осуществление контроля за выполнением СанПиН.                                                                                                                           | по плану              | Администрация, медицинские работники |
|                               | Соблюдение санитарно-гигиенических требований к уроку.<br>Анализ школьного расписания, предотвращение перегрузки учебными занятиями, дозирование домашних заданий.      | ежегодно, с сентября. | Заместитель директора по УР          |
|                               | Инструктажи по предупреждению травматизма (ПДД, поведение на уроках физкультуры, правила техники безопасности на уроках труда, во время прогулок, экскурсий и походов). | в течение года        | Администрация, педагоги              |
|                               | Улучшение качества медицинского обслуживания:<br>- усовершенствование материальной базы медицинского кабинета.                                                          | по состоянию          | Администрация                        |

|   |                                                                                                                                                                            |                |                                                                    |
|---|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------|
|   | Выполнение программы деятельности медицинских работников: профилактическая работа с учащимися, родителями, педагогами через проведение бесед и лекций, оформление стендов. | в течение года | медсестра                                                          |
|   | Организация горячего питания<br>Осуществление постоянного контроля за санитарногигиеническим состоянием пищеблока.                                                         | постоянно      | Администрация, медсестра                                           |
|   | Эстетическое оформление интерьера класса и школы (разведение цветов, информационные центры и др.)                                                                          | в течение года | Администрация, педагоги                                            |
| 0 | Смотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие требованиям (санитарно – гигиеническим, психофизическим, эстетическим).                                         | ежегодно       | Администрация                                                      |
| 1 | Работа школьных специалистов во время каникул.                                                                                                                             | по плану       | Психологи, соц. педагог                                            |
| 2 | Оздоровительная работа с учащимися в летний период.                                                                                                                        | июнь           | Директор, заместитель директора по ВР, мед. работник, соц. педагог |
| 3 | Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т. д.)                                           | постоянно      | медсестра, педагоги                                                |

|  | <b>ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ НАПРАВЛЕНИЕ</b>                                                                                                                                                                     |                    |                                                             |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-------------------------------------------------------------|
|  | <b>Содержание работы</b>                                                                                                                                                                                        | <b>Сроки</b>       | <b>Ответственные</b>                                        |
|  | Проведение семинаров для педагогов по здоровьесберегающим технологиям.                                                                                                                                          | по плану           | Зам. директора по УР, ВР                                    |
|  | Психологическое просвещение учителей и родителей.                                                                                                                                                               | в течение года     | Педагог-психолог                                            |
|  | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, работа библиотеки и др.)                                                                                                                             | постоянно          | Классные руководители                                       |
|  | Работа школьной службы сопровождения:<br>- психодиагностика – определение индивидуальных особенностей и склонностей личности ребенка, ее потенциальных возможностей в процессе обучения и воспитания, выявление | ежегодно, по плану | психолог, соц. педагог, учитель-логопед, учитель-дефектолог |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| <p>реальной и потенциальной групп социального риска;</p> <p>- психокоррекционная работа – совместная деятельность педагога-психолога, социального педагога, учителя-логопеда, учителя-дефектолога по разработке психокоррекционных программ развития - социально-педагогическая и психологическая профилактика возможных неблагоприятных в детскоподростковой среде в условиях образовательного процесса; предупреждение явлений дезадаптации обучающихся, фактов асоциального поведения; - психолого-педагогическое и медико-социальное сопровождение учащихся «группы риска»; выявление и поддержка учащихся, нуждающихся в социальной защите, опеке и попечительстве;</p> <p>консультативно-просветительская работа – разработка рекомендаций педагогам и родителям по оказанию помощи в вопросах воспитания, обучения и развития; пропаганда здорового образа жизни;</p> <p>- - организационно-методическая деятельность – анализ и обобщение результатов сопровождения, разработка рекомендаций по его совершенствованию</p> |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|

### Санитарно-просветительское воспитание обучающихся

|  | <b>Содержание работы</b>                  | <b>Сроки</b>                     | <b>Ответственные</b>  |
|--|-------------------------------------------|----------------------------------|-----------------------|
|  | Профилактическая работа во время эпидемий | по эпидемиологической обстановке | Медицинские работники |
|  | Конкурс: «Самый здоровый класс»           | ежегодно                         | Зам. директора по ВР  |

|   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                  |                                                                   |
|---|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------------------------------------------------------------------|
|   | <p>Проведение <b>тематических классных часов и бесед</b> в группах по тематике:</p> <p>«Здоровый образ жизни – основа моего успеха», «Избавление от вредных привычек», «Путь к доброму здоровью» и т.д.;</p> <p><b>Цикла бесед:</b></p> <p>«Гигиена школьника», «Чтобы зубы не болели»,</p> <p>«Берегите зрение», «Да здравствует мыло душистое!» и т.д.</p> | по плану         | Кл. руководители, воспитатели                                     |
|   | Предметные игры-квесты «В поисках клада здоровья» (5-9 классы); игры по ЗОЖ, «Уроки Мойдодыра» (1-4 классы).                                                                                                                                                                                                                                                 | еже годно        | Зам. директора по ВР, педагоги                                    |
|   | Общешкольные мероприятия, посвященные Всемирному Дню здоровья.                                                                                                                                                                                                                                                                                               | апр ель          | Зам. директора по ВР, ШСК                                         |
|   | Оформление газет «Молодежь за ЗОЖ», акция «Чистый берег реки Каменка», просмотр видеофильмов, проведение лекций.                                                                                                                                                                                                                                             | в течение года   | Кл. руководители, воспитатели                                     |
|   | Проведение акций по привлечению обучающихся воспитанников к здоровому образу жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                          | 1 раз в четверть | Зам. директора по ВР, педагог-организатор                         |
|   | Организация праздников чистоты и порядка.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | по плану         | Кл. руководители, воспитатели                                     |
|   | Пропаганда специальной литературы по здоровому образу жизни. Правовое просвещение о запрете употребления алкоголя, табака, наркотических средств.                                                                                                                                                                                                            | в течение года   | Педагог - библиотекарь                                            |
| 0 | Организация постоянно действующего лектория для родителей по пропаганде здорового образа жизни.                                                                                                                                                                                                                                                              | по плану         | Зам. директора по ВР, кл. руководители, воспитатели, соц. педагог |
| 1 | Организация работы кружков, формирующих основы здорового образа жизни.                                                                                                                                                                                                                                                                                       | сент ябрь        | Администрация школы                                               |

| <b>ПРОФИЛАКТИКА ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК (КУРЕНИЕ, АЛКОГОЛИЗМ, УПОТРЕБЛЕНИЕ ПАВ)</b> |                                                                                                                                            |                      |                                                                                      |
|------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                              | <b>Содержание работы</b>                                                                                                                   | <b>Ср<br/>оки</b>    | <b>Ответственные</b>                                                                 |
|                                                                              | Тестирование школьников 8 – 9-х классов по выявлению склонностей к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы интерната. | еже<br>годно         | Заместитель<br>директора по ВР, кл.<br>руководители, психологи,<br>соц. педагог      |
|                                                                              | Индивидуальные беседы и консультации с родителями обучающихся, склонных к употреблению ПАВ                                                 | в<br>течение<br>года | Заместитель<br>директора по ВР, соц.<br>педагог, кл. руководители,<br>воспитатели    |
|                                                                              | Участие в проведении:<br>Международного дня борьбы со<br>СПИДом;<br>Международного дня борьбы с<br>курением                                | 01.<br>12; 19.11.    | Заместитель<br>директора по ВР, соц.<br>педагог, кл.<br>руководители,<br>воспитатели |
|                                                                              | Цикл бесед по профилактике<br>вредных привычек                                                                                             | по<br>плану          | Кл руководители,<br>воспитатели, соц. педагог                                        |

| <b>СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ РАБОТА</b> |                                                                                                                                                                                                  |                      |                                                                              |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------|
|                                         | <b>Содержание работы</b>                                                                                                                                                                         | <b>Сро<br/>ки</b>    | <b>Ответственные</b>                                                         |
|                                         | Составление школьного плана<br>спортивно-массовой оздоровительной<br>работы.                                                                                                                     | Ию<br>нь             | Зам директора по ВР                                                          |
|                                         | Анализ занятости детей<br>физкультурой и спортом: определение<br>группы здоровья; занятость в спортивных<br>секциях.                                                                             | Сен<br>тябрь         | Заместитель директора<br>по ВР, медицинский работник,<br>учитель физкультуры |
|                                         | Проведение общешкольных<br>спортивных соревнований:<br>«Минифутбол», «Пионербол»,<br>«Настольный теннис». В других<br>спортивных мероприятиях по плану<br>Комитета по образованию, округа, края. | По<br>плану<br>школы | Зам. директор по ВР,<br>Учитель физкультуры                                  |

**Перечень основных мероприятий по реализации программы «Здоровая школа» на 2023-2028 годы**

1. Анализ заболеваний и мониторинг результатов.
2. Составление социологических карт по классам:

- Группа «риска»;
  - Проблемные семьи;
  - Многодетные семьи;
  - Малообеспеченные семьи;
  - Неполные семьи;
  - Дети с хроническими заболеваниями.
3. Микроисследования: «Здоровье школьника»; «Характеристика уровня здоровья школьников»; «Режим дня»
  4. Тестирование психофизического состояния учащихся.
  5. Опрос родителей:
    - Какую помощь могут оказать родители в организации здоровьесберегающей деятельности школы;
    - Что могут сделать родители по недопущению появления вредных привычек у детей.
  6. Родительские лектории «Как сберечь здоровье?»
  7. Оформление тематических стендов (выставок, уголков здоровья)
  8. Выпуск буклетов, публикаций, методических рекомендаций.
  9. Ознакомление с опытом работы других школ по теме.
  10. Проведение конкурсов:
    - «Самый здоровый класс»; «Самый спортивный класс», «Лучший спортсмен»».
  11. Выпуск экрана соревнований по результатам конкурса.
  12. Спортивные праздники.
  13. Беседы и классные часы о здоровом образе жизни.
  14. Проведение динамических пауз.
  15. Обеспечение правильного и качественного питания в школе и дома.
  16. Работа с обучающимися, мотивированными на успешное обучение, с целью избежание перегрузок.

### **Применение разнообразных форм работы:**

#### *1. Учет состояния детей:*

- определение группы здоровья;
- учет посещаемости занятий;
- контроль санитарно-гигиенических условий и режима работы классов.

#### *2. Физическая и психологическая разгрузка учащихся:*

- организация работы спортивных секций, кружков, проведение дополнительных уроков физической культуры;
- динамические паузы;
- индивидуальные занятия;
- организация спортивных перемен;
- дни здоровья;

### **6. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

- Положительная динамика показателей здоровьесберегающей деятельности;
- Повышение мотивации обучающихся к здоровому образу жизни и двигательной активности;
- Совершенствование здоровьесберегающей инфраструктуры;

- Увеличение занятости в кружках учащихся в свободное время;
- Повышение профессиональной компетенции и заинтересованности педагогов в сохранении и укреплении здоровья школьников;
- Создание модели профилактики и коррекции вредных привычек;
- Поддержка родителями деятельности школы по воспитанию здоровых детей;
- Выявление и обобщение наиболее эффективного опыта работы педагогов и образовательного учреждения в целом.

## **7. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ**

### **Формы оценки:**

1. Ежегодное подведение итогов оздоровительной работы в учебно-воспитательном процессе на педсоветах, административных и других совещаниях.
2. Ежегодное определение и сравнение уровня знаний и сформированности навыков ЗОЖ у учащихся (в начале и в конце учебного года).
3. Анализ работы педагогов с точки зрения эффективности использования в процессе учебной и воспитательной работы здоровьесберегающих технологий.

### **Организация мониторинга динамики состояния физического и психологического здоровья учащихся, эффективности учебно-воспитательной деятельности по здоровьесбережению.**

1. *Оценка показателей состояния здоровья обучающихся:* количественные показатели заболеваемости школьников (систематизируются данные по заболеваниям поступающих учащихся, фиксируются случаи простудных и других заболеваний, а также травматизма среди детей, формы заполняются медицинским персоналом), результаты диспансеризации, распределение по группам здоровья, физическое развитие обучающихся.
2. *Оценка санитарно - гигиенических требований к помещениям* для учебных занятий и пребывания воспитанников (классов, мест общего пользования и других помещений в соответствии с требованиями СанПиН - проводится медицинским персоналом ОУ, представителями администрации школы).
3. *Оценка показателей формирования навыков ЗОЖ обучающихся* в образовательном процессе (оценка уроков и самоподготовки учащихся, внеурочной деятельности с позиций здоровьесбережения - осуществляется заместителями директора по УР, ВР, педагогом-психологом.
4. *Оценка психологического климата школы-интерната* (анализируется психологический климат в школе в целом, отдельно в каждом классе) – педагоги-психологи.
5. *Оценка уровня грамотности школьников по вопросам здорового образа жизни* (анкетирование) проводится медицинским работником.
6. *Оценка физкультурно-оздоровительной деятельности* (участие в спортивных соревнованиях различного уровня, динамика количества проведенных мероприятий и количества обучающихся, посещающих спортивные кружки и секции) - проводится представителями администрации, медицинским персоналом, учителем адаптивной физической культуры.
7. *Оценка организации питания в школе* - проводится представителями администрации, медицинским персоналом.

## **8 ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Данная программа «Здоровье» рассчитана на 5 лет и предполагает постоянную работу по ее дополнению и совершенствованию.

Успешность осуществления поставленной цели будет во многом зависеть от включенности педагогического коллектива в процесс реализации данной программы, осознанного понимания каждым учителем значимости стоящих перед ним задач.