Муниципальное общеобразовательное учреждение города Новосибирска

«Специальная (коррекционная) школа № 14»

|  |
| --- |
| Приложение  к адаптированной основной общеобразовательной  программе образования для обучающихся  с умственной отсталостью  (интеллектуальными нарушениями), |

**Программа формирования экологической культуры,**

**здорового и безопасного образа жизни**

**в условиях организации ФГОС**

**обучающихся 1-4 классов**

**с умственной отсталостью**

**(интеллектуальными нарушениями)**

**2 вариант**

**Пояснительная записка**

В условиях модернизации системы российского образования одним из приоритетных направлений деятельности школы является сохранение и укрепление физического и психологического здоровья обучающихся, формирование у воспитанников ценностных ориентиров и установок в русле здорового образа жизни. Данное направление деятельности образовательных учреждений определяется основными положениями Государственной программы развития образования, требованиями ФГОС для умственно отсталых учащихся.

Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 декабря 2010 г. № 1639) определяют содержание деятельности образовательного учреждения в части здоровьесбережения школьников и являются основой данной программы.

**Здоровый образ жизни –** это стиль жизнедеятельности, который соответствует наследственно обусловленным особенностям организма человека и ориентирован на сохранение, укрепление, восстановление здоровья, для выполнения человеком общественно значимых функций.

Педагогическая деятельность, рассматриваемая в культурологическом аспекте, является приоритетной при формировании у обучающихся с ограниченными возможностями здоровья здорового образа жизни. Она ориентирована на воспитание личности, на создание условий для развития эмоциональной, ценностной, деятельностной сфер каждого воспитанника.

Программа построена на основе общенациональных ценностей российского общества, таких, как гражданственность, здоровье, природа, экологическая культура, безопасность человека и государства. Она направлена на развитие мотивации и готовности, обучающихся с умственной отсталостью действовать предусмотрительно, придерживаться здорового и экологически безопасного образа жизни, ценить природу как источник духовного развития, информации, красоты, здоровья, материального благополучия.

Наиболее эффективным путём формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни у обучающихся является направляемая и организуемая взрослыми самостоятельная деятельность обучающихся, развивающая способность понимать своё состояние, обеспечивающая усвоение способов рациональной организации режима дня, двигательной активности, питания, правил личной гигиены. Однако только знание основ здорового образа жизни не обеспечивает и не гарантирует их использования, если это не становится необходимым условием ежедневной жизни ребёнка в семье и социуме.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни нацелена на развитие стремления у обучающихся с умеренной, тяжелой, глубокой умственной отсталостью, с ТМНР вести здоровый образ жизни и бережно относиться к природе.

Реализация программы должна проходить в единстве урочной, внеурочной и внешкольной деятельности, в совместной педагогической работе школы, семьи и других институтов общества.

**Цель программы**: социально-педагогическая поддержка в сохранении и укреплении физического, психического и социального здоровья обучающихся, формирование основ экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни.

**Основные задачи программы:**

1. Формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и на природе, безопасного для человека и окружающей среды.
2. Формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе.
3. Формирование представлений об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни.
4. Пробуждение в детях желания заботиться о своём здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путём соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения.
5. Формирование представлений о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности.
6. Формирование установок на использование здорового питания; использование оптимальных двигательных режимов для обучающихся с учётом их возрастных и психофизических особенностей.
7. Развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом; соблюдение здоровьесберегающего режима дня.
8. Развитие готовности самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены.
9. Формирование негативного отношения к факторам риска здоровью обучающихся (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания).
10. Становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ.
11. Формирование потребности ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья;
12. Формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в чрезвычайных (экстремальных) ситуациях.

С учетом индивидуальных образовательных потребностей, обучающихся задачи программы и организационные формы работы, конкретизируются в СИПР и реализуются на уроках по предметам:

* «Окружающий природный мир».
* «Человек».
* «Адаптивная физкультура».
* Коррекционные занятия.
* В рамках внеурочной деятельности.

Основными организационными формами внеурочной деятельности на основе которых реализуется содержание программы, являются:

* режим труда и отдыха;
* спортивно-развлекательные мероприятия;
* дни здоровья;
* беседы;
* походы и др.

**Основные направления, формы реализации программы:**

1. Создание экологически безопасной, здоровьесберегающей инфраструктуры школы.
2. Реализация программы в урочной деятельности.
3. Реализация программы во внеурочной деятельности.
4. Работа с родителями (законными представителями).
5. Просветительская и методическая работа с педагогами и специалистами школы.

**Планируемые результаты освоения программы**

**формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни (важнейшие личностные результаты):**

1. Ценностное отношение к природе; бережное отношение к живым организмам, способность сочувствовать природе и её обитателям.
2. Потребность в занятиях физической культурой и спортом.
3. Негативное отношение к факторам риска здоровью (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания).
4. Эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости её охраны.
5. Ценностное отношение к своему здоровью, здоровью близких и окружающих людей.
6. Элементарные представления об окружающем мире в совокупности его природных и социальных компонентов.
7. Установка на здоровый образ жизни и реализация её в реальном поведении и поступках.
8. Стремление заботиться о своём здоровье.
9. Готовность следовать социальным установкам экологически культурного, здоровьесберегающего, безопасного поведения (в отношении к природе и людям).
10. Готовность противостоять вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ.
11. Готовность самостоятельно поддерживать своё здоровье на основе использования навыков личной гигиены.
12. Овладение умениями взаимодействия с людьми, работы в коллективе с выполнением различных социальных ролей.
13. Развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире.
14. Овладение умениями ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

**План мероприятий по реализации программы формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Мероприятия** | **Срок** | **Ответственный** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| ***I.Организационно-управленческая деятельность*** | | | |
| 1.1. | Комплектование школы медицинскими кадрами | август  август  декабрь | директор |
| 1.2. | Разработка локальных актов |
|  | Разработка должностных инструкций с внесением в них ссылок на настоящую Программу |
| 1.3. | Издание приказов по школе | сентябрь  сентябрь  1 раз в четверть  сентябрь  апрель | директор |
|  | * об организации охраны труда в школе; * об утверждении графика диспансеризации работников; * об организации Дня здоровья (распоряжения и приказы); * организации индивидуального обучения детей на дому; * о подготовке и проведении «Дня защиты детей» |
| 1.4. Совещания при директоре | | |  |
|  | 1. Ход реализации настоящей Программы | декабрь | директор |
| 1.5. Заседания методических объединений | | | |
|  | 1. Мониторинг физического развития обучающихся   1. Особенности проведения уроков ЛФК, ритмики в С(К)Ш 2. Здоровьесберегающие технологии в С(К)Ш 14 | октябрь  по плану  март | руководители МО |
| 1.6. Общешкольные родительские собрания | | | |
|  | 1. Школа-территория здоровья | май | заместитель директора по ВР |
| 1.7. | Отслеживание показателя количества пропусков учебных дней учащимися по болезни | 1 раз в четверть | социальный педагог |
| ***II. Здоровьесберегающая среда школы.*** | | | |
| 2.1 | Выполнение норм СанПиН в процессе организации образовательного процесса | ежемесячно | весь коллектив ОУ |
| 2.2 | Мониторинг содержания помещений школы, мебели, оборудования | в течение учебного года | заведующий хозяйством |
| 2.3. | Организация системы доступного, разнообразного и качественного школьного питания | в течение учебного года | ответственный за питание |
| 2.4. | Организация питьевого режима и его сопровождение | директор  заведующий хозяйством |
| 2.5 | Соблюдение воздушного, светового и теплового режима в школе |
| 2.6. | Обеспечение соблюдения правил пожарной безопасности в школе |
| 2.7. | Содержание в исправности кровли, подвалов, системы отопления, горячего и холодного водоснабжения |
| 2.8. | Содержание в исправности электрохозяйства |
| 2.9. | Проверка состояния охраны труда в школе и документации по технике безопасности в школе | ежемесячно | директор  заведующий хозяйством |
| 2.10. | Разработка плана мероприятий по охране труда и технике безопасности в школе | сентябрь |  |
| 2.11. | Составление заявок на приобретение мебели, наглядных пособий, оборудования и ТСО для кабинетов | в течение учебного года | директор  заведующий хозяйством |
| 2.12. | Обеспечение хранения спортивного инвентаря и оборудования | постоянно |  |
| 2.13. | Приобретение медицинского оборудования | в течение учебного года |
| 2.14. | Приобретение спортивного оборудования и инвентаря, тренажёров |
| 2.15. | Обеспечение школьной мебелью в соответствии с ростовыми группами | август |
| 2.16. | Обеспечение готовности школьных помещений, системы отопления для работы в зимний период. | Сентябрь |
| 2.17. | Организация ремонта учебных кабинетов | июнь-август |
| 2.18. | Подготовка актов по приёмке школы | август |
| 2.19. | Обеспечение учебных кабинетов медицинскими аптечками |
| 2.20. | Проверка гигиенического состояния школы перед началом учебного года и определение готовности школы к приёму учащихся |
| 2.21. | Приобретение современного мультимедийного оборудования (интерактивные доски, проекторы, экраны, компьютеры) | в течение учебного года |
| ***III. Рациональная организация образовательного процесса*** | | | |
| 3.1. | Осуществление контроля учебной нагрузки при организации образовательного процесса | постоянно | заместитель директора по УВР |
| 3.2. | Контроль соблюдения санитарно-гигиенических требований к учебным планам, расписаниям первой и второй половины учебного дня, режиму дня | сентябрь  январь |
| 3.3. | Мониторинг оптимальности учебной нагрузки, обоснованности расписания с учётом дневной и недельной кривой умственной работоспособности учащихся |
| 3.4. | Контроль соблюдения нормативного значения веса учебного комплекта учащихся 1-4 классов | постоянно |
| 3.5. | Контроль соблюдения санитарно-гигиенических условий использования ТСО и компьютерной техники в образовательном процессе |
| 3.6. | Обеспечение соблюдения санитарно-гигиенических норм на уроках, профилактика близорукости и сколиоза, режима проветривания кабинетов на переменах |  |
| 3.7. | Осуществление контроля режима дня учащихся | Классные руководители |
| 3.8. | Введение дополнительных каникулярных дней для учащихся 1 классов |  |  |
| 3.9. | Введение индивидуального разгрузочного дня для учащихся с тяжёлыми формами заболеваний |  |
| 3.10. | Выполнение с обучающимися во время перемен комплекса упражнений для снижения нервно-эмоционального напряжения с целью предупреждения переутомления | в течение уч. Года | классные руководители  педагог-психолог |
| ***IV. Лечебно-профилактическая работа*** | | | |
| 4.1. | Проведение профилактического осмотра учащихся на кожные заболевания и педикулёз | еженедельно | фельдшер |
| 4.2. | Составление плана профилактических прививок.  Обеспечение своевременного проведения профилактических прививок учащимся | по плану |
| 4.3. | Проведение обследования на раннее выявление туберкулёза | 2 раза в год |
| 4.6. | Анализ результатов медицинского осмотра воспитанников, доведение результатов медицинского осмотра до родителей и педагогов | по окончании осмотра |
| 4.7. | Посещение уроков физической культуры и ЛФК | ежемесячно |
| 4.8. | Профилактика нарушений зрения (контроль ношения очков, правильное рассаживание учащихся за ученическими столами, упражнения для глаз) | в течение уч. Года  в течение уч. Года |
| 4.9. | Коррекция нарушения опорно-двигательного аппарата путём проведения занятий по образовательной программе «Ритмика» для учащихся начальных классов |
| 4.10. | Организация занятий групп ЛФК | сентябрь |
| ***V.Спортивно-оздоровительная работа и практическая работа***  ***с элементами экологии*** | | | |
| 5.1. | Утренняя гимнастика перед первым уроком | в течение учебного года | Учителя |
| 5.2. | Обязательные физкультминутки на уроках |
| 5.3. | Минутка безопасности | ежедневно |
| 5.4. | Конкурс «Самый здоровый класс» | в течение учебного года | заместитель директора по ВР  классные руководители  Учителя физкультуры |
| 5.5. | Динамические паузы на свежем воздухе, подвижные перемены | в течение уч. года |
| 5.6. | День здоровья | 2 раза в год |
| 5.7 | Соревнования по различным видам спорта | в течение уч. года | Учителя физкультуры |
| 5.8. | Реализация дополнительных образовательных программ, ориентированных на формирование у обучающихся ценностей ЗОЖ | в течение уч. года | заместитель директора по ВР  педагог-психолог  социальный педагог  заместитель директора по ВР |
| 5.9. | Организация работы спортивных секций и кружков в соответствии с СанПиН | в течение уч. года |
| 5.10. | Проведение субботников и уход за приусадебным участком | в течение уч. года | классные руководители |
| 5.11. | Изготовление и развешивание кормушек для зимующих птиц | осень, зима | Учителя труда, классные руководители |
| 5.12. | Кормление и наблюдение за зимующими птицами | осень, зима | учителя начальных классов |
| 5.13. | Выращивание витаминной зелени | зима, весна |  |
| 5.14. | Экскурсии в дендропарк | весна | Кл. руководители |
| 5.15. | Экскурсия в зоопарк | осень, весна | Кл. руководители |
| 5.16. | Озеленение помещений школы комнатными растениями и уход за ними | в течение уч. года | Учитель  Кл. руководители |
| 5.17. | Выращивание цветочной рассады, высадка её в клумбы и уход за цветами | в течение уч. года | Кл. руководители |
| 5.18. | Просмотр видеофильмов о живой и неживой природе, о заповедниках России | в течение уч. года | Кл. руководители |
| ***VI.Программно-методическое***  ***обеспечение образовательного процесса*** | | | |
| 6.1. | **Разработка:**   * Комплекса упражнений для снижения нервно-эмоционального напряжения с целью предупреждения переутомления для обучающихся * Цикла бесед, классных часов, мероприятий для детей и родителей по каждой параллели по вопросам здоровьесбережения * Плана мероприятий по взаимодействию школы с учреждениями дополнительного образования, физической культуры и спорта, культуры | февраль  сентябрь-май  сентябрь | педагог-психолог  классные руководители  фельдшер  социальный педагог |
| ***VII.Просветительская работа*** | | | |
| 7.1. | Классные часы по тематике здорового образа жизни и экологического воспитания | в течение уч. года | классные руководители |
| 7.3. | Бюллетени (стенд «Уголок здоровья»):   * «Профилактика инфекционных заболеваний» * «Режим дня» * «Закаливание» | в течение года | фельдшер  Классные руководители |
| 7.4. | Беседы с учащимися:   * о вреде употребления пива, слабоалкогольных и энергетических напитков; * о вреде табакокурения, курения смесей для здоровья человека; * принципы рационального здорового питания; * профилактика ВИЧ (СПИД), вирусных гепатитов В и С и др.; * как сохранить хорошее зрение; * острые кишечные заболевания и их профилактика; * режим дня и его значение; * культура приёма пищи. | в течение уч. года |
| 7.5. | Организация тематической выставки поделок и рисунков «Мы за здоровый образ жизни» | Согласно плану ВР | классные руководители |
| 7.6. | Цикл бесед с учащимися по экологическому воспитанию | в течение уч. года | классные руководители |
| ***VIII. Работа с родителями*** | | | |
| 8.1. | Классные родительские собрания:   * «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний», * «Основы личной безопасности и профилактика травматизма», * «Закаливание организма, профилактика простудных заболеваний», * «Компьютер и здоровье школьника» | сентябрь  ноябрь  март  апрель | классные руководители |
| 8.2. | Консультации родителей (законных представителей) по вопросам здоровьесбережения | в течение уч. года |
| 8.3. | Консультации родителей (законных представителей) по вопросам формирования безопасного образа жизни (привлечение при необходимости сотрудников правоохранительных органов) | в течение уч. года | Соц. педагог |