

## **10. Характеристика здоровьесберегающей деятельности в ОУ**

В условиях современной природной и социально-экономической ситуации проблема здоровья детей приобретает глобальный характер.

Сохранение и укрепление здоровья детей – одна из главных стратегических задач страны.

Она регламентирована и обеспечивается такими нормативно – правовыми документами, как Закон РФ «Об образовании» (ст. 51), «О санитарно – эпидемиологическом благополучии населения», а также Указами Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации».

*Здоровьесберегающая деятельность образовательного учреждения* – главная составная часть в новых образовательных стандартах направленная на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

В здоровьесберегающей школе различные участники образовательного процесса решают при этом разные, специфические задачи в единой системе мероприятий здоровьесбережения.

### **Задачи школьной администрации:**

1. Соблюдение СанПиНов;
2. Внедрение новейших технологий обучения и оздоровления, прошедших экспертизу;
3. Обеспечение переподготовки кадров;
4. Создание инфраструктуры для оздоровительной деятельности;
5. Влияние на социальные (и экономические) факторы;
6. Контроль и влияние на психологические факторы.

### **Задачи учителя и классного руководителя:**

1. Выбор адекватных средств и методов обучения и воспитания;
2. Индивидуальный подход к обучению и воспитанию;
3. Создание эффективного психологического климата в классе;
4. Влияние на микросоциум (коллектив класса, учебной группы);
5. Просвещение учащихся;
6. Мотивация учащихся;
7. Взаимодействие с семьей.

### **Задачи родителей:**

1. Создание необходимых условий для занятия ребенка;
2. Создание условий для оздоровления ребенка;
3. Формирование морали, социальных установок;
4. Формирование мотивации;

5. Передача культурной традиции;
6. Взаимодействие с учителем в проблемных ситуациях;
7. Влияние на психологические внутришкольные факторы.

Есть свои задачи в сохранении и укреплении собственного здоровья и у самих **учащихся**:

1. Формирование собственной мотивации к здоровью;
2. Формирование привычки соблюдать гигиенические правила и нормы;
3. Изучение учебного материала и соответствие его с собственным опытом;
4. Нацеленность на поиск позитивного выхода в проблемных ситуациях

**Здоровьесберегающий потенциал образовательного учреждения** – это тот ресурс, который школа может непосредственно использовать для сохранения и укрепления здоровья обучающихся.

Существенное влияние на состояние здоровья школьников оказывают условия обучения: воздушно-тепловой режим и освещенность школьных помещений; комплектация кабинетов школьной мебелью и ТСО; рациональная организация учебно-воспитательного процесса и питания; двигательная активность учащихся и т.д. Соблюдение основных гигиенических требований к школьным помещениям, оборудованию и организации школьных занятий является основой здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений.

В тоже время важную роль в успехе здоровьесберегающей деятельности играет не только материальная база школы, но и та конкретная целенаправленная работа, которую осуществляет администрация и педагогический коллектив совместно с родителями. Активная позиция в формировании учебных планов и расписаний занятий, адекватность учебной и внеучебной нагрузки возрастным возможностям учащихся, грамотный подход к выбору форм и средств просветительской, профилактической и физкультурно-оздоровительной работы – вот те резервы, которые имеются в каждой школе для улучшения условий труда и отдыха учащихся, от которых напрямую зависит их психическое и физическое здоровье.

Проблема сохранения здоровья детей и подростков – одна из главных в ГБОУ школе № 594 в Состояние детского здоровья – наиболее значимый показатель из совокупности всех показателей, отражающих изменение качества окружающей среды, состояние экономики страны в целом. Здоровье детей – своеобразный индикатор здоровья нации в ближайшем будущем.

Уровень жизни и здоровья сегодня рассматриваются, как важнейшие условия гуманитарного процесса и его критерии. Такой подход заставляет рассматривать здоровый образ жизни как сложную динамическую и функциональную систему, характеризующуюся семейно-бытовой,

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

общественно-трудовой и коммуникативной деятельностью. Согласованность системы зависит от гармонии её субъектов. Здоровый образ жизни рассматривается как гармония человека.

В 2015-2016 году в школе была создана Служба здоровья. В службу здоровья входят – заместитель директора по воспитательной работе, педагог-организатор. Социальный педагог, педагог-организатор ОБЖ, медицинские работники, психолог. Логопед. Учителя физической культуры, руководитель ОДОД, преподаватели ОДОД, библиотекарь. Функциональные обязанности специалистов определяются руководителем ОУ

.Разработан комплекс мероприятий по определению уровня физического, психологического, нравственного и эмоционального развития обучающихся. Разработан план проведения различных диагностических мероприятий по изучению здоровья школьника. Систематически проводятся медицинские осмотры специалистами.

Организационное. Методическое, дидактическое сопровождение работы ОУ:

- Программа воспитательной работы ГБОУ школы № 594 на 2015-2020 годы
- План работы Службы здоровья
- «Программа профилактики асоциального поведения несовершеннолетних»
- Программа по работе с детьми с ограниченными возможностями
- План мероприятий по предупреждению и профилактике травматизма
- План работы по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма и пропаганде безопасного дорожного движения
- План работы МО классных руководителей

Планы работы классных руководителей

- План работы предметных МО по вопросам здоровьесбережения
- План работы отделения дополнительного образования
- Планы работы со специалистами педиатрического института, поликлиники № 35, центром социальной защиты.
- Программа работы с педагогами по укреплению здоровья и психо-эмоциональной устойчивости.

**Целью здоровьесберегающей деятельности школы является** создание единого здоровьесберегающего пространства, обеспечивающее развитие личности с учетом физиологических и интеллектуальных особенностей, удовлетворение потребностей и возможностей.

**Задачи:**

- создать каждому ученику необходимые и достаточные условия личностного развития;

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

- предоставить учащимся многообразные знания и виды деятельности для опробывания своих сил и возможностей, проявления интересов и склонностей;
- перейти от пассивных форм обучения к деятельному с вовлечением учащихся в самостоятельную познавательную деятельность;
- формировать физически здоровую толерантную личность, способную свободно адаптироваться в современном мире.

Поэтому необходима комплексная работа по сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса.

Мониторинг является важнейшим инструментом проверки оценки эффективности внедряемого содержания образования, используемых методик, служит основой для основных путей устранения недостатков учебного процесса в школе.

**Задачи мониторинга:**

- Описание здоровьесберегающей деятельности.
- Анализ реальной ситуации в области состояния здоровья учащихся и факторов, которые позитивно и негативно влияют на здоровье.
- Оценка эффективности использования здоровьесберегающих педагогических технологий.
- Создание и распространение эффективных моделей здоровья.
- Оценка адаптационных возможностей детского организма и физического состояния.

Критериями оценки состояния здоровья обучающихся являются показатели физического состояния учащихся, уровни общей и острой заболеваемости.

С целью отслеживания влияния процесса обучения на качество образования мониторинг должен осуществляться по следующим показателям:

1. Мониторинг здоровья учащихся и его влияния на успеваемость:

- 1) состояние здоровья школьников;
- 2) пропуски уроков по болезни;
- 3) уровень тревожности;
- 4) охват горячим питанием;
- 5) занятия в спортивных секциях;
- 6) уровень адаптации и мотивации учащихся;
- 7) результаты обученности.

2. Мониторинг здоровья педагогов и его влияние на результаты деятельности:

- 1) состояние здоровья педагогов;
- 2) применение новых технологий;

- 3) диагностика затруднений;
- 4) уровень невротизации.

**Принципы здоровьесберегающей деятельности:**

1. Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся
2. Принцип ненанесения вреда
3. Принцип триединого представления о здоровье физическом, нравственном, психическом
4. Принцип приоритетного применения активных методов обучения и воспитания
5. Принцип соответствия содержания и организации процесса обучения и воспитания возрастным особенностям учащихся
6. Принцип отсроченного результата
7. Принцип активной обратной связи

Однако, несмотря на достаточную изученность данной проблемы, следует отметить, что ряд вопросов остаётся открытым, что подчёркивает необходимость её более основательного изучения. повышение результатов обученности, сохранение здоровья обучающихся, сформированность навыков ЗОЖ будут возможны при выполнении следующих условий:

- образовательный процесс в школе организован с учетом возрастных и психологических особенностей личности,
- предоставлены возможности для развития и самореализации,
- включает в себя наряду с педагогической медико-профилактическую деятельность,
- охватывает деятельностью всех участников образовательного процесса и представителей заинтересованных ведомств,
- УВП организован с учетом рационального распределения рабочего времени.

**Программа работы по сохранению здоровья включает в себя следующее:**

- Создание комплексных условий для развития ребенка и сохранение его здоровья

Достаточно благоприятная социальная среда позволяет детям посещать во вторую половину дня секции волейбола, футбола, ОФП, танцевальной гимнастики и шахмат.

. Большой популярностью у наших детей пользуются фольклорные кружки, кружки декоративно-прикладного творчества. танцевальный кружок. Это позволяет не только решить проблему занятости детей, но и бороться с недостатком двигательной активности.

- Состояние и содержание здания и помещений в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами
- Организация качественного горячего питания

Школьная столовая обеспечивает учащихся полноценным горячим питанием в соответствии с режимом работы школы. Организация горячего питания (завтрак, обед) не только

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

благоприятно влияет на состояние здоровья учащихся, но и позволяет без ущерба для здоровья школьников проводить различные виды деятельности во вторую половину дня (посещение ГПД, занятия в кружках, секциях ОДОД)).

- Организация вспомогательных служб:

**– психолого-логопедическая служба**

Уровень психического здоровья определяется уровнем тревожности. Для диагностики и анализа уровня тревожности применен «Тест школьной тревожности Филлипса». Результаты диагностики показали, что к 16-летнему возрасту проблемная нагруженность ослабевает, исключение составляет лишь область будущего. Наибольшую нагруженность проблемами имеют подростки в возрасте 12–13 лет. При благоприятных условиях и социальной поддержке со стороны окружения эти дети будут испытывать социальный комфорт. У учащихся начальной школы среди факторов тревожности преобладает страх ситуации проверки знаний и несоответствие ожиданиям окружающих. Наименее ярко выражены переживания социального стресса, что говорит о благоприятном эмоциональном климате.

***2. Рациональная организация учебного процесса.***

Реализация этого блока создает условия для снятия перегрузки, нормального чередования труда и отдыха, повышает эффективность учебного процесса, предотвращая при этом чрезмерное функциональное напряжение и переутомление:

- Соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объему учебной и внеучебной нагрузки учащихся
- Использование при составлении расписания новой шкалы трудности учебных предметов, позволяющей строить расписание уроков с учетом каждой возрастной группы
- Применение здоровьесберегающих технологий в учебном процессе (проблемное обучение, дифференцированное обучение, проектное обучение, развивающее обучение, модульное обучение, игровые технологии)

***Медико-гигиенические технологии:***

- Контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов.
- Проведение прививок.
- Наличие в школе медицинского кабинета для оказания каждодневной помощи и школьникам и педагогам, проведение ОФП.

***Физкультурно-оздоровительные технологии:***

- Направлены на физическое развитие занимающихся: тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости.

***Экологические здоровьесберегающие технологии:***

- Создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей.
- Обустройство пришкольной территории.
- Зеленые растения в классах.

***Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности***

- Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ.

***Здоровьесберегающие образовательные технологии***

- Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и как качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.
- Проведение физкультурминуток и физкультпауз, позволяющее в какой-то мере нейтрализовать неблагоприятное воздействие статичности уроков.
- Эмоциональные разрядки
- Витаминизация пищевого рациона, позволяющая восполнить недостаток витаминов, особенно в весенний период.

***Стимулирующие***

*Эти приемы позволяют активизировать собственные силы организма, использовать его ресурсы для выхода из нежелательного состояния.*

- Физические нагрузки.
- Обучение психологическим приемам борьбы с унынием, плохим настроением.

***Информационно-обучающие***

*Они обеспечивают учащимся необходимый уровень грамотности для эффективной заботы о здоровье – своем и своих близких.*

- Проведение тематических классных часов.
- Лекции медицинского персонала школы в Дни здоровья.
- Оформление тематических стендов на тему здоровья.

Несомненно, для здоровья школьника необходимо патриотическое воспитание. Это позволяет решать вопросы соблюдения норм морали и права, способствует воспитанию здорового

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 594 Московского района Санкт-Петербурга

поколения, бережно относящегося к своему Отечеству, уважающему и ценящему историю страны.

Особое внимание для здоровьесбережения обучающихся и педагогов в ГБОУ школе № 594 уделяется организации культурно-просветительского пространства для создания нравственно и эмоционально комфортной среды. Что подтверждают проведение фестивалей. Конкурсов, конференций. В плане воспитательной работы разработан раздел «Экскурсии и путешествия».

Преобразование общеобразовательного учреждения в школу здорового образа жизни продиктовано жизнью, Использование здоровьесберегающих технологий в обучении помогает предупреждению социальных отклонений в образе жизни школьников, в профилактике девиантного поведения, в предупреждении вредных и формировании полезных привычек, повышению качества жизни.

Таким образом, систему образования можно считать здоровьесберегающей, если она на каждом этапе развития обеспечивает удовлетворение возрастных и психологических потребностей участников образовательного процесса.