

Работа МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №26» по созданию условий для здорового развития учащихся

Изучение состояния здоровья подрастающего поколения является важнейшей медико-социальной проблемой, обостренной в настоящее время сложными экономическими и экологическими условиями.

Здоровье школьников – одно из важных условий благополучия школы, ее успешности в сфере образования, поэтому главная задача Школы – построить учебный процесс так, чтобы сохранить здоровье школьников.

Деятельность школы направлена на создание условий и территорий здоровьесберегающего пространства. Задачи Школы:

- создание информационно-методической базы по вопросам здорового образа жизни;
- оказание социально-правовой помощи учащимся и их родителям (законным представителям), по вопросам здоровьесбережения;
- организация профилактической работы по ЗОЖ;
- применение здоровьесберегающих технологий учителями - предметниками;
- накопление, обработка и пропаганда опыта работы ОУ по вопросам здорового образа жизни;
- организация смотров, конкурсов, акций по вопросам здорового образа жизни и профилактики асоциального поведения детей и подростков, обеспечение участия в мероприятиях разного уровня.

Учителя проводят уроки, тренинги, занятия: Мастер-класс "Работа по программе "Здоровый образ жизни", работа по методике Базарного, занятие по ритмике во внеурочное и урочное время, занятие в тренинговом режиме "Профилактика эмоционального выгорания учителя", занятие во втором классе "Разговор о правильном питании", "Динамическая пауза для первоклассников", как форма внеклассной работы в данном направлении прошёл конкурс агитбригад "Мы за здоровый образ жизни!", научно – практическая конференция « Мир здоровья» и конкурс проектов учащихся "Спорт – альтернатива пагубным привычкам". Все мероприятия были яркими, имели практическую направленность.

Пять взаимосвязанных компонентов представляют систему работы школы, направленную на охрану и укрепление здоровья школьников:

- Организация характера и режима учебных занятий с учётом динамики умственной работоспособности учащихся в течение учебного дня, недели, года.
- Соответствие учебной нагрузки возрастным и индивидуальным функциональным возможностям и потребностям организма школьника. Мониторинг состояния физического и психического здоровья и особенностей развития детей как показателя уровня функционального благополучия.
- Использование здоровьесберегающих технологий, в том числе и образовательных, в педагогической практике.

- Соответствие условий пребывания учащихся гигиеническим нормативам и требованиям.

При составлении расписания уроков учитываются изменения физиологических функций и работоспособности учащихся на протяжении учебного дня и недели, необходимость чередования умственной и физической работы, а также шкала трудности учебных предметов. Предметы, требующие большого умственного и нервно-психического напряжения проводятся на 1, 2, 3; 2, 3, 4 или 1, 2, 4 уроках. Они чередуются с уроками физической культуры, технологии, музыки, изобразительного искусства. При распределении учебной нагрузки в течение недели в расписании предусмотрено наибольшее количество уроков во вторник, среду и четверг, а в понедельник, пятницу и субботу - сниженный объём учебной нагрузки. Расписание второй половины дня строится в такой же зависимости от изменений физиологических функций и работоспособности детского организма.

В расписании чётко регламентируется время индивидуально-групповых занятий, кружков и секций, чередуется умственная и двигательная активность учащихся. Учебный план внеурочной деятельности достаточно полно отражает потребности детей в двигательной активности.

На базе школы работают:

- Школьная волейбольная секция
- Подвижные игры
- Ритмика
- Карате - до

В нашей школе организовано проведение подвижных перемен и динамических пауз в начальной школе. Для учащихся с ограниченными возможностями здоровья проводятся коррекционные занятия учителя – логопеда, педагога – психолога.

Необходимым условием грамотного формирования здоровьесберегающего пространства школы является мониторинг физического и психического здоровья школьников, а также учёт особенностей их развития. С первых дней поступления ребёнка в школу заместитель директора по УВР, медицинский работник, учителя физической культуры, классный руководитель, педагог -психолог, социальный педагог проводят диагностику уровня физического, психического и социального здоровья учащегося. Для такой комплексной диагностики используются следующие методы: ознакомительная беседа ребёнком и его родителями, психологическое тестирование, анкетирование родителей, знакомство с материалами медицинской карты. Всю информацию, полученную в ходе тестирования, используют:

- для определения уровня развития учащегося с целью профилактики возможных трудностей в обучении, зачисления его в основную или подготовительную группу занятий на уроке физкультуры, соответствующую группу развивающих занятий с педагогом – психологом,;
- выявления необходимости занятий с учителем – логопедом, педагогом - психологом.

После обобщения информации по классу в целом вырабатываются рекомендации для учителей, работающих в этом классе, планируется работа с родителями (тематика родительских собраний, тренингов, индивидуальных встреч и другие). Мониторинг физического здоровья проводится регулярно в начале и конце года по классам. В зависимости от результатов корректируется и работа по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

Одним из главных условий эффективного здоровьесберегающего пространства школы является использование в работе здоровьесберегающих технологий: медико-гигиенических, экологических, физкультурно-оздоровительных, обеспечения безопасности жизнедеятельности, образовательных. Медико-гигиенические технологии, которые реализуются в школе, предполагают проведение регулярных медицинских осмотров, диспансеризации учащихся, проведение мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению школьников, их родителей, учителей. Все эти мероприятия проводят медицинские работники. Для родителей организуются встречи с врачами-специалистами медицинских центров на родительских собраниях.

На каждом уроке обязательно проводятся физкультминутки для улучшения мозгового кровообращения, для снятия утомления с плечевого пояса и рук, для снятия напряжения с мышц туловища, упражнения для нормализации осанки, укрепления мышц глаз.

Дважды в год в школе проводятся дни здоровья. Стало доброй традицией проводить спортивные праздники совместно с родителями и семьями. Проводятся различные акции, например "Поменяй сигаретку на конфетку", "Дыши легко" и др. В ходе данных мероприятий проводятся классные часы по определенной тематике, выпускаются стенные газеты, листовки.

Направленность экологических здоровьесберегающих технологий – создание экологически оптимальных условий пребывания ребенка в школе, гармоничных взаимоотношений с природой. В начальных классах это создание зеленых уголков в классах, участие в природоохранных мероприятиях (акция по сбору мусора «Сохраним лес», конкурс плакатов «Красная книга», фотовыставка «Друзья наши меньшие» и другие).

Одной из здоровьесберегающих образовательных технологий является учебное проектирование, которое успешно реализуется в нашей школе. Здоровьесберегающие проекты учащихся школы:

- «Вредные добавки в пище»
- «Утилизация мусора»
- «Психология страха»
- «Суицид - мифы и реальность»

Здоровьесберегающие образовательные технологии наиболее значимые из всех перечисленных по степени их влияния на здоровье учащихся. Их главный отличительный признак – использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов для решения задач сохранения и укрепления здоровья учащихся непосредственно в учебной деятельности. Здоровьесберегающие образовательные технологии составляют технологическую основу здоровьесберегающей педагогики.

Философия образования отвечает на вопрос «Зачем учить?», содержание образования – «Чему учить?», педагогические технологии – «Как учить?». С точки зрения здоровьесбережения нужно учить так, чтобы не наносить вреда здоровью субъектов образовательного процесса – учащихся и педагогов. К такой здоровьесберегающей образовательной технологии мы с полным правом можем отнести технологию деятельностного метода «Начальная школа XXI века» под редакцией Н.Ф.Виноградовой, так как основополагающими принципами этой технологии являются принцип деятельности, принцип творчества, принцип психологической комфортности. Реализация данной технологии осуществляется в начальной школе и приносит свои положительные результаты.

Психологическое сопровождение школьника осуществляется наряду с профилактическими медицинскими мероприятиями и включают в себя:

- адаптационные занятия;
- тренинговые занятия;
- приемы релаксации;
- профориентацию;
- индивидуальные занятия с детьми и родителями;
- коррекционная и просветительская работа;

Школа заключила договоры, а также сотрудничает с учреждениями медицинской и социальной сферы.

Состояние здоровья и работоспособность школьников в значительной степени зависит от среды, в которой осуществляется учебно-воспитательный процесс. Строгое соблюдение санитарно-гигиенических нормативов и стандартов позволяет оптимизировать влияние учебной нагрузки на организм ребенка, предотвращать негативные последствия. Для создания эффективного здоровьесберегающего пространства в школе приобретается современное школьное оборудование для кабинетов. Кабинеты школы обеспечиваются видео-, аудио-аппаратурой, а также создаются зоны отдыха в школьных коридорах и классах. Общеизвестно, что смена обстановки положительно влияет на работоспособность школьников, поэтому в школе оборудованы отдельные кабинеты для преподавания информационных технологий (кабинет информатики), ИЗО, музыки, физической культуры (спортивный зал и школьный стадион), для занятий групп развития (психологический кабинет и сенсорная комната). В школе есть медицинский и процедурный кабинеты. Для организации перемен в школе рекреации оборудованы уютными уголками отдыха. Для комфортного пребывания детей в группе продленного дня имеется спортивный инвентарь для прогулок (мячи, скакалки, обручи и т.д.), различные настольные игры для занятий в кабинете.