

«Здоровьесберегающие технологии и эффективность их использования в современной школе»

*Юнкина А. А.,
методист МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №11»*

В последнее время обоснованную тревогу специалистов вызывает состояние здоровья современных школьников. Большинство врачей и учителей признает его неудовлетворительным. Это объясняет интерес педагогической общественности к идеям здоровьесбережения, предметом которой является здоровье здорового человека, а в качестве основной задачи выдвигается сохранение, укрепление здоровья учащихся.

Академик, хирург Н.М. Амосов говорит о здоровье: «Здоровье необходимо. Это базис счастья... Добыть здоровье проще, чем счастье. Природа милостива: она запрограммировала организм с большим запасом прочности, и нужно много стараний, чтобы этот запас свести к нулю... Если нельзя вырастить ребенка, чтобы он совсем не болел, то, во всяком случае, поддерживать его высокий уровень здоровья вполне возможно».

Возложение на школу и учителя такой, казалось бы, несвойственной им задачи - заботы о здоровье учащихся - определяется следующими причинами.

1. Взрослые всегда несут ответственность за то, что происходит с детьми, находящимися под их опекой. Это касается и здоровья. Именно в школе, под «присмотром» учителей, школьники проводят значительную часть времени, и не помогать им сохранить здоровье было бы проявлением бездушия и не профессионализма.

2. Большая часть всех воздействий на здоровье учащихся - желательных и нежелательных - осуществляется именно педагогами, в стенах образовательных учреждений.

3. Современная медицина занимается не здоровьем, а болезнями, т. е. не профилактикой, а лечением. Задача же школы иная - сохранить и укрепить здоровье своих воспитанников, т.е. профилактическая. Поэтому, главное действующее лицо, заботящееся о здоровье учащихся в образовательных учреждениях - педагог.

Цель здоровьесберегающей педагогики - обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья.

Целью работы МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» по оздоровлению и пропаганде здорового образа жизни является формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического, психологического и социального здоровья обучающихся. Осуществление этой цели напрямую зависит от следующих приоритетов образовательной деятельности: организации рационального режима в соответствии с требованиями СанПиН; рациональной организации двигательной активности учащихся; системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Согласно существующей классификации здоровьесберегающих технологий (по Н. Смирнову) технологии подразделяются на группы в соответствии с разными подходами к охране здоровья и характером действия.

Применение медико-гигиенических технологий включает в себя проведение мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива; организацию профилактических мероприятий в преддверии эпидемий. Классные руководители совместно с медицинскими работниками проводят для учащихся 1-11 классов внеклассные мероприятия по следующим темам: «Чтоб болезней не бояться, надо спортом заниматься», «Путешествие в страну Здоровья», «Как сохранить иммунитет», «Духовное здоровье», «Здоровый образ жизни». Одним из ключевых направлений работы врача школы является профилактическое, поэтому медицинскими работниками систематически проводятся лекции для учащихся и родителей.

Для просвещения родителей в вопросах здоровьесбережения проводятся:

- собрания по темам: «Что значит быть здоровым?», «Роль семьи в укреплении здоровья школьников», «Причины и особенности употребления ПАВ в подростковом возрасте»;

- лекции на темы: «Гиперактивный ребенок», «Основы правильного питания», «О закаливании детей»;

- заседания круглого стола и конференции для родителей: «Информационная безопасность подростков. Профилактика вовлечения детей и подростков в асоциальную деятельность через социальные сети», «Здоровый ребенок - счастливая семья».

Положительным эффектом применения медико-гигиенических технологий является то, что за период наблюдения с 2013 по 2015 годы количество детей до 18 лет, имеющих II группу здоровья, осталось стабильным - 67%. Это объясняется повышением уровня оптимальной двигательной активности; закаливанием; соблюдением рационального режима дня, дополнительной витаминизацией продуктов питания.

Физкультурно-оздоровительные технологии, направленные на физическое развитие учащихся, широко применяются учителями школы в своей образовательной деятельности. Положительным эффектом применения технологий является победа в 2015 году в муниципальном этапе смотра-конкурса на лучшую постановку спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работы. Также в 2015 году учащиеся школы в составе сборной команды и в личном зачёте стали победителями спортивных соревнований по зимнему многоборью ГТО в зачёт 57 областной Спартакиады школьников и 15-ой Спартакиады молодёжи Старооскольского городского округа допризывного и призывного возраста по летнему многоборью ГТО. Дзюба Кристина в 2015 году стала победительницей – Чемпионата ОГФСО «Юность России» по художественной гимнастике в групповых упражнениях среди гимнасток 1999 года рождения.

Физкультурно-оздоровительная работа в школе включает различные мероприятия: соревнования по туризму, настольному теннису, шахматам, шашкам, спортивным и подвижным играм, спортивные состязания в дни каникул, проведение Недели физической культуры и спорта, участие детей в школьной и городской спартакиадах, олимпиаду по физической культуре, активный отдых в пришкольном лагере (подготовка и участие в межлагерной спартакиаде города). В школе ежегодно проводятся мероприятия в рамках областной и Всероссийской

акции «Спорт – альтернатива пагубным привычкам», в том числе «Минута спортивной славы».

Воздействие лечебно-оздоровительных технологий обеспечивает восстановление физического здоровья школьников. Сохранение здоровья, повышение резервных функциональных адаптационных возможностей детей осуществляется в течение всего учебного года и включает организацию рационального питания, контроль уровня физического воспитания (уроки физкультуры, работа секций). Согласно организационно-педагогическим технологиям структура образовательной деятельности регламентируется требованиями государственных санитарных правил и норм.

Внедрение экологических здоровьесберегающих технологий способствует воспитанию у школьников любви к природе, потребности заботиться о ней, приобщение их к исследовательской деятельности в сфере экологии. Успешно работает школьное научное общество «Ивушка». Участники НОУ «Ивушка» в первом полугодии 2015-2016 года стали победителями и призёрами муниципальных и региональных конференций и симпозиумов: «Юный исследователь окружающей среды» (6 чел.), «Меня оценят в 21 веке» (1 чел.), «Шаг в будущее» (1 чел.), симпозиум юных исследователей (1 чел.). Учащиеся школы ежегодно принимают активное участие в акции «Спаси лес» по сбору семян конского каштана, желудей дуба черешчатого, ореха маньчжурского и в акции «Живи, лес!», посвящённой проблеме сохранения, восстановления и приумножения лесных богатств. Используется широкий спектр воспитательного потенциала таких учреждений дополнительного образования, как «Центр дополнительного образования «Перспектива», МБОУ ДОД «ЦЭБО».

На Всероссийской конференции исследовательских работ «Юный исследователь» в г. Обнинск (X Рождественский фестиваль «Юный исследователь»), проходившем 28 января 2015 года, 1 место в секции «Естествознание и медицина» заняли Дубровина Дарья из 4 «А» класса и Мешалкина Ирина из 3 «А» класса - с работой «Тайны фаст-фуда»; 1 место в секции «Краеведение» заняли Паринова Анастасия, ученица 3 «А» класса, и Солдатова Дарья, ученица 4 «А» класса с работой «Мой парк» подготовленными под руководством Колбиной В.Л. и Черепановой С.Ю., учителей начальных классов МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11».

Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности призваны способствовать сохранению жизни человека в современном мире. 16 сентября 2015 года учащиеся 4 «Б» приняли участие в муниципальном туристско-краеведческом конкурсе «Мы идём в поход». Дети соревновались в преодолении «болота», умении быстро собрать рюкзак, в определении названий деревьев Старооскольского края по листьям и, прослушав аудиозапись, в определении голосов птиц, обитающих в Белгородской области. Учащиеся проявили смекалку и умение работать в команде, показали свои знания.

Здоровьесберегающие образовательные технологии направлены на использование психолого-педагогических приемов, методов, подходов для решения задач сохранения и укрепления здоровья учащихся. Применение социально адаптирующих и личностно-развивающих технологий обеспечивает формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности. Учебно-воспитательные технологии включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье

и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к формированию здорового образа жизни, просвещению их родителей. В школе функционируют Центр содействия семье и Центр содействия укреплению здоровья школьников.

Бренд МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» - «Школа социальной активности». Немалую роль в создании мотивации учащихся к сохранению здоровья играет социализация в обществе.

Положительным эффектом систематического применения в образовательной деятельности школы здоровьесберегающих технологий является победа летнего оздоровительного лагеря «Алые паруса» МБОУ «СОШ №11» в областном смотре - конкурсе по организации каникулярного отдыха, оздоровления и занятости детей и подростков в 2015 году.

В школе действует программа «Детство +...» детской юношеской организации «Город мастеров». В организацию входят учащиеся в возрасте 8-17 лет. Одним из главных направлений программы, способствующим формированию высоконравственного отношения личности к здоровому образу жизни, является направление «Детство + здоровье».

Детская юношеская организация «Город мастеров» на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» - многократный победитель городского смотра деятельности детских общественных организаций. ДЮО «Город мастеров» ежегодно проводит акции: «Подари другому радость!», «Подарок просто так!», «Ромашка», «Посмеёмся от души», конкурс газет «Внимание – туберкулёз!».

Информационно-обучающие технологии обеспечивают учащимся уровень грамотности, необходимый для эффективной заботы о здоровье. Учебно-воспитательные технологии включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к формированию здорового образа жизни, просвещению их родителей.

Наиболее эффективными формами реализации работы по пропаганде правильного питания среди обучающихся школы стали: конкурс домашних рецептов «Рецепты из бабушкиного сундучка», конкурсы рисунков, плакатов, информационных буклетов, пропагандирующих здоровое питание: «Здоровое питание – здоровые школьники», «Реклама школьного питания», конкурсы стихотворений о правильном питании, о полезных и вредных продуктах, выпуск собственной газеты. Ведутся рубрики «Здоровое питание в школе», «Если хочешь быть здоров», на страницах школьных СМИ - газет «Глобус» и «Мир детства». На сайте школы создан web-сайт «Питание – Здоровье - Жизнь».

Проводятся интегрированные уроки по правильному питанию и другим предметам (ОБЖ - «Значение правильного питания для здоровья человека»; окружающий мир и ИЗО - "О продуктах полезных и вредных для здоровья»; технология – «Здоровая кулинария»; биология - «Значение витаминов в обмене веществ», история - «Как питались на Руси и в России», химия - «Химический состав клетки, содержание белков, жиров, углеводов в продуктах»; география - «Продукты питания в различных культурах»).

В декабре 2014 года на муниципальном конкурсе на лучшую организацию школьного питания среди общеобразовательных учреждений МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» стала лауреатом II степени.

29 января 2015 года в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №11» проведён муниципальный семинар «Особенности формирования культуры

здоровья учащихся в условиях деятельности центра содействия укреплению здоровья школьников».

Каждый год традиционно проводится конкурс эскизов для школьных календариков, в их тематике важное место занимает тема здорового образа жизни и занятий спортом. Календарики становятся почётным сувениром для учащихся и гостей школы.

Психолого-педагогические технологии включают в себя психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательной деятельности. Проводится групповая диагностика психологического климата в классных коллективах, проблемно-ориентированные занятия «Учимся решать конфликты конструктивно». Организуются дискуссии «Что мне нравится в нашем классе, мои пожелания на будущее», психологические игры «Здравствуйте!», охватывающие широкий диапазон человеческих отношений, ситуаций и проблем, тренинг развития навыков эффективного общения.

Секрет результативности здоровьесберегающих технологий - в целенаправленном воспитании культуры здоровья учащихся, их потребности, способности и умения заботиться о собственном здоровье, духовном и телесном благополучии.