Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение средняя общеобразовательная школа № 8 им. А. Я. Тимова - победитель конкурса ОУ, активно внедряющих инновационные образовательные программы.С 2004 года школа является активным участником ПНП «Образование». За этот период она стала ресурсным центром, «**Школой здоровья»**, получила статус **муниципальной экспериментальной площадки**.

 Программа развития: «Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно-воспитательном процессе» является руководством к созданию модели здоровья школьника. Программа «Здоровьесберегающая деятельность школы в учебно – воспитательном процессе » предназначена для руководства работой школы в режиме инновационного развития, обеспечения безопасной и здоровой среды жизни школьников в условиях осуществления УВП сельской школы.

Образовательные учреждения являются единственной системой общественного воспитания, охватывающей в течение продолжительного периода всех детей и подростков страны. Время обучения совпадает с периодом роста и развития ребенка, когда организм наиболее чувствителен к воздействию благоприятных и неблагоприятных факторов среды.

 Стремительное ухудшение состояния здоровья детей школьного возраста в России стало общепризнанным фактом. Наука и медицина свидетельствует, что только 11% учащихся выходят из стен школы здоровыми.

Ухудшение здоровья детей прогрессирует. Снизились показатели физического развития детей (замедлился рост, увеличилось число низкорослых детей, детей с низкой массой тела), замедлились темпы полового созревания, ухудшилась их физическая работоспособность.

Результаты анкетирования нашей школы показывают, что только 45% детей оценивают свое здоровье как хорошее. При этом каждый шестой затрудняется в оценке своего здоровья.

Чтобы воспитать у детей ответственное отношение к собственному здоровью, необходимо уходить от роли менторов, поучающих ребят, как жить, что есть, как двигаться. Выбор такой миссии школы предусматривает демократический подход в обучении. Ребенок сам решает, нужны ли ему знания, умения и навыки для сохранения здоровья.

Среди учебных школьных дисциплин есть целый ряд предметов, где ученик может получать какие – либо знания о здоровье и здоровьесбережении. Но знания не есть умения и навыки. Поэтому из-за формального, отстраненного от жизни обучения эти знания мало применяются школьниками.

В ходе реализации программы организация учебно – воспитательного процесса в школе строиться на:

* пропаганде здорового образа жизни ученика, педагога;
* создании условий для ликвидации перегрузок учащихся;
* обеспечении равных возможностей в достижении прочных качественных знаний;
* стремлении учащихся к успеху, творчеству, к достижению высоких результатов;
* создании условий для духовного роста педагогов, учеников, их саморазвития;
* выявлении основных направлений воспитания личности гражданина России и малой Родины;
* обучении, ориентированном на результат.

**Ожидаемая модель выпускника школы**

Школа ставит цель: к окончанию школы должна быть сформирована личность

* физически и духовно здоровая;
* свободная;
* творчески мыслящая, интеллектуальная, способная переживать и сопереживать, участвовать в духовом развитии общества;
* способная к самосовершенствованию и поиску смысла жизни, своего предназначения;
* обладающая культурой мыслей, чувств, речи;
* руководствующаяся в совей деятельности общечеловеческими ценностями и нормами;
* готовая к осознанному выбору и предложению образования;
* отказывающаяся от заблуждений жизни.

**Достижение целей, поставленных в программе, предполагается путем решения следующих задач:**

1. Состояние образовательного процесса и состояния здоровья учащихся:
* разработка критериев комплексной оценки состояния здоровья (психологические и физические аспекты);
* диагностика состояния здоровья учащихся с первого класса до окончания школы;
* диагностика среды жизнедеятельности учащихся (в школе, на улице, дома, семейную среду и экологию);
* создание информационного банка по психологическим, педагогическим, экологическим, санитарно – гигиеническим и медицинским составляющим состояния здоровья учащихся;
* выявление «группы риска» по школьной и социальной дезадаптации;
* выявление учебных возможностей и затруднений учащихся, их анализ и пути преодоления затруднений;
* изучение санитарно - гигиенических условий питания и принятия мер для организации горячего питания, диетического питания, внедрение сбалансированного питания.

2. Разработка комплексных мероприятий, направленных на улучшение состояния здоровья, здорового образа жизни (валеологическое образование):

* создание материальной базы для деятельности, связанной с реализацией программы;
* использование различных методов содействующих здоровью: *медицинские* (профилактика близорукости, дотация витаминов, санация ротовой полости и т.д.),  *психологические* (коррекция дисграфии, дисплексии и т.д.), *педагогические* (уроки «здоровья», виды физической активности, ЛФК и т.д.);
* организация подготовки классных руководителей и учителей в овладении метолов работоспособности, преодоление утомления и технологических методов коррекции и реабилитации с нарушением физического и психологического развития;
* разработка профилактических мероприятий, уменьшающих риск возникновения хронических заболеваний;
* адаптация и внедрение социальных технологий, направленных на уменьшение видов насилия в семье, школе;
* введение в учебно – воспитательный процесс фитопрограмм.

**Необходимые условия проведения**

Внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс с обеспечением профильного обучения стал главным ориентиром развития. В школе за эти годы был накоплен определенный опыт работы, как с одаренными детьми, так и со слабоуспевающими. Учитывая наличие в школе предпрофильных и профильных классов, обучения на дому больных детей, учителями – предметниками разработан и обобщен опыт работы по разноуровневому обучению и сохранению психологического здоровья детей.

В практику работы нашей школы прочно вошли обязательное проведение «Зарницы», «Дня здоровья», турниры для учащихся 1-11 классов, месячников «За здоровый образ жизни», внутришкольных спартакиад, учащиеся ведут исследовательскую работу по вопросам охраны окружающей среды, здоровья (результаты исследований предоставлены в реферате), конкурсы «Говорим о правильном питании».

**Модель здоровья школьника:**

* **Здоровье физическое:**

совершенствование саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде.

* **Здоровье социальное:**

моральное самообеспечение, адекватная оценка своего «Я», самоопределение.

* **Здоровье психическое:**

высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к действию.

**Главное условие для успешного решения валеологической проблемы – воспитание соответствующей культуры у педагога и ученика:**

* культуры физической – управление движением;
* культуры физиологической – управление процессами в теле;
* культуры психологической – управление своими ощущениями и внутренним состоянием;
* культуры интеллектуальной – управление мыслью и размышлениями.

**Методы и формы здоровьесберегающей деятельности школы:**

1. Анализ инфраструктуры и внутришкольной среды;
2. Анализ организации учебного процесса;
3. Анализ организации двигательного режима и физкультурно – оздоровительной работы;
4. Анализ организации работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни;
5. Анализ состояния медицинской помощи, состояния здоровья школьников;
6. Выделение школьных факторов риска;
7. Определение комплекса мер, форм и методов организации здоровьесберегающей деятельности по каждому направлению.
8. Организация системной работы;
9. Мониторинг состояния здоровья школьников;
10. Оценка эффективности здоровьесберегающей деятельности.

**Ожидаемые результаты:**

Сохранение физического и психологического здоровья.

Подготовка выпускников школы, владеющими знаниями о здоровом образе жизни и осознающими ответственность за свое здоровье, видящими прямую связь между своим поведением и здоровьем.

Разработка программы и создание системы медико – профилактической работы в школе.

Разработка программы образовательной деятельности по формированию навыков здорового образа жизни.

Разработка модели здоровьесберегающего обучения.

Разработка системы работы по созданию единого валеологического поля.

**Принципы:**

1. Усвоение учащимися гигиенических и медицинских знаний и соответствующих физиологическим, биоэнергетическим, нейропсихологическим особенностям возраста;
2. Познание элементарных законов психического духовного, эмоционального и интеллектуального развития человека;
3. Развитие жизненно важных функциональных резервов организма;
4. Снятие у учащихся чувства тревожности, предупреждение неврозов, интеллектуальное возвышение учащихся;
5. Познание окружающего мира через познание человека, его соотношение с самим собой, обществом, природой;
6. Валеологические подходы к современному уроку.