**Здоровьесберегающие технологии**

**и организация безопасного образовательного пространства в МБОУ СОШ №7 им. О.Н. Мамченкова**

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуаль­ная во все времена, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является  то, что  здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками  двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 6 до 17 лет этой средой является система образования, т.к. с пребыванием в учреждениях образования связаны более 70% времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным(вызываемый внешними причинами) факторам окружающей среды.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений  здоровья, с действием которых связано 20-40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проранжировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силы влияния на здоровье учащихся:

1. Стрессовая педагогическая тактика;
2. Несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
3. Несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
4. Недостаточная грамотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей;
5. Провалы в существующей системе физического воспитания;
6. Интенсификация учебного процесса;
7. Функциональная неграмотность педагога в вопросах охраны и укрепления здоровья;
8. Частичное разрушение служб школьного медицинского контроля;
9. Отсутствие системной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет **здоровьезатратный** характер.

Наша задача – изменить данную ситуацию.

Вл. Ник. Касаткин (доктор м.н., профессор) писал:

**«Успешной и востребованной**

**будет та школа,**

**которая обеспечивает**

**здоровье детей, использует**

**здоровьесберегающие**

**педагогические технологии»**

**Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» (далее – ЗОТ) можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, её «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приёмов, методов педагогической работы, которые дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.**

Здоровьесберегающая педагогика  не может выражаться какой-то конкретной образовательной технологией. В то же время, понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности учреждения образования по формированию, сохранению и укреплению **здоровья учащихся.**

На чем же основана здоровьсберегающая деятельность в образовательном учреждении?

Основа здоровьесберегающей деятельности ОУ - это **система** мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся.

1. **Здоровьесберегающая инфраструктура ОУ.**

**МБОУ СОШ №7 - это одна из крупнейших в крае школ по количеству учащихся.**

**На начало 2012-2013 учебного года у нас обучалось 1029 учащихся, 41 класс-комплект. Из них 16 классов- начальной школы, 20 –основной школы и 5-средней школы**

Здоровьесберегающая инфраструктура включает в себя следующие объекты:

35 учебных кабинетов, мобильный компьютерный класс, 2 компьютерных класса, игровая, медицинский кабинет, процедурная, кабинеты психолога, логопеда, социального педагога, кабинет музыки, библиотека и медиацентр, зал боевой славы, 2 мастерских, 2 спортзала, легкоатлетический манеж, тир, стадион, актовый зал, столовая на 250 посадочных мест.

**Если говорить о безопасности образовательной среды, то хочется отметить следующие результаты**

- установлена система видеонаблюдения (этот процесс продолжается и модернизируется)

- ежегодно проводятся тренировочные занятия по эвакуации детей и сотрудников по сигналу ЧС;

- систематически проводится учеба сотрудников школы по технике безопасности;

- установлена «тревожная кнопка»;

- установлен на пешеходном переходе возле школы дорожный знак «Искусственные неровности»;

- школьные кабинеты, лаборатории, мастерские оснащены необходимым оборудованием, соответствующим санитарным нормам;

- территория школы благоустроена;

- установлено ограждение вокруг школы;

- систематически проводятся беседы сотрудников ПДС с учащимися.

Режим и условия обучения в МОУ СОШ №7 организованы с требованием СанПиНов. Школа оснащена системой пожарной сигнализации.

Спортивные залы оснащены необходимым оборудованием для проведения уроков физкультуры и внеклассных занятий по физкультуре и спорту. При использовании оборудования в спортивном зале неуклонно соблюдаются санитарно- гигиенические нормы и правила техники безопасности.

В столовой на 250 посадочных мест обновлено необходимое оборудование (об этом подробнее будет сказано позже)

**Одной из важных составляющих работы по здоровьесбережению является**

1. **Просветительская работа с родителями и учителями**

Что бы мы ни делали с ребёнком в школе, но все основы закладываются именно в семье, поэтому работа с родителями должна быть системной.

Для педагогов школы и родителей организован психологический лекторий, включающий здоровьесберегающую тематику:

- Школьная тревожность

- Признаки употребления ПАВ

- Особенности личностных изменений ребенка при неправильном воспитании

- Как учитывать природные особенности ребенка, чтобы сохранить их психическое здоровье в процессе обучения и воспитания и другие темы поднимаются на родительских собраниях и лекториях.

         Для того чтобы здоровьесберегающие  технологии прочно вошли в практику работы каждого педагога школы, на педагогических советах  и заседаниях школьных методических объединений  рассматриваются технологии и методики, позволяющие оптимально построить урок и внеурочную работу. Тематика педсоветов,  ориентирующих учителя на здоровьесберегающие технологии, разнообразна.

В рамках приоритетного национального проекта «Здоровье» в школе были проведены классные часы, семинары, родительские лектории, направленные на профилактику ПАВ.

В ходе **реализации комплексной программы по**

**реализации мероприятий первичной профилактики ВИЧ-инфекции в образовательной среде** обучение прошли 3 педагога, которые и в будущем смогут осуществлять просветительскую деятельность в рамках нац. проекта «Здоровье», 60 учащихся и и 40 родителей. Это, конечно, капля в море, но важно начать процесс обучения, в который мы планируем включить всех педагогов, учащихся и родителей школы.

1. **Рациональная организация учебной деятельности**

Здоровьесберегающие технологии реализуются на **всех** уроках, так как педагоги

* **формирование положительной мотивации к учебе («педагогика успеха»);**
* **применение разнообразных видов учебной деятельности на уроке (опрос, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение задач и др.),**
* **использование различных видов преподавания (словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа);**
* **проведение на уроке двигательных и релаксационных пауз;**
* **проведение урока в режиме «динамической смены поз»;**
* **использование приемов самооценки и взаимооценки, позволяющих уменьшить неприятные для детей переживания;**
* **соблюдение гигиенических требований к объему домашних заданий.**

- соблюдается режим проветривания и влажной уборки

- проводятся физкультминутки

- Использование массажных ковриков (Дианова И.А.)

- Кислородные коктейли на перемене (Насирова Н.В.)

1. **Организация внеучебной деятельности**

С целью формирования у учащихся осознанной потребности в сохранении и укреплении здоровья, в плане воспитательной работы школы имеется раздел, направленный на формирование здорового образа жизни.

Работа по сохранению и укреплению здоровья всех участников образовательного процесса включает в себя:

- широкое использование в учебно-воспитательном процессе двух спортивных залов, стадиона, тира;

- участие учащихся школы и призовые места во всех муниципальных, краевых спортивных соревнованиях

- строгое соблюдение САНПиНов;

- диспансеризация учащихся врачами-специалистами;

- динамическая пауза для учащихся 1-ых классов;

- введен третий час физической культуры;

- для сохранения тепла - утепление окон;

- пропаганду здорового образа жизни через организацию и проведение классных часов, лекториев для родителей, семинаров и педсоветов для педагогов по вопросам здоровья и здоровьесберегающих технологий.

В течение года проводится огромное количество акций, мероприятий, спортивных состязаний («Малые Олимпийские игры», «Веселые старты», «Лыжный кросс» (для учащихся и педагогов), соревнования по стрельбе, русской лапте, баскетболу, футболу, туристические походы, оздоровительные игры на местности. Систематически проводятся беседы врачей-специалистов по профилактике вредных привычек, о здоровом питании. В рамках месячника «За здоровый образ жизни проведены конкурсы плакатов, рисунков, видеороликов и презентаций. Ежегодно учащиеся школы принимают участие во Всероссийских акциях «Спорт против наркотиков» и «Школа против наркотиков». В школе с 2005 года реализуется программа «Школа здоровья».

1. **Реализация дополнительных образовательных программ**

Если деятельность детей во второй половине дня организована не в форме классно-урочных занятий, а в форме различных творческих кружков, театральных студий, спортивных секций, познавательных экскурсий, с учетом взаимного проникновения процессов обучения, воспитания, развития, оздоровления, тогда образуется единое образовательное пространство, в котором все процессы взаимно связаны и дополняют друг друга.

В различных формах дополнительного образования в школе заняты 71 % учащихся, многие посещают несколько объединений.   
Работа объединений строится в соответствии с разработанными образовательными программами. Их реализация идет через организацию занятий во второй половине дня. Форму занятий выбирает сам педагог в соответствии с поставленными задачами и исходя из психофизиологической целесообразности. Широко применяются как традиционные педагогические технологии, так и педагогическая технология на основе личностной ориентации педагогического процесса (педагогика сотрудничества, личностно-ориентированный подход, технология уровневой дифференциации, музейная педагогика, игровые технологии). Обязательно вовлечение каждого ребенка в деятельность, забота о его здоровье. 

В течение многих лет в школе функционирует Система дополнительного образования, о которой мы уже неоднократно рассказывали.

На сегодняшний день в школе плодотворно работает 19 кружков и секций по пяти направленностям:

1. Художественная
2. Военно-патриотическая
3. Естественно-научная
4. Социально-педагогическая
5. Физкультурно-спортивная

Всего в кружках и секциях, работающих в школе, занято 745 учащихся (71%).

Вот только некоторые их кружков, клубов и секций, работающих в школе:

- Ритмика – 1 класс

- Юный футболист

- Секция лёгкой атлетики

- Шахматы

- Хореографический кружок «Гармония»

- Туристический клуб «Оптимист»

- Клуб «Орлёнок»

- «Юный журналист»

- «Коробок и Ко»

- Клуб-лекторий «Патриот»

- Клуб любителей иностранного языка

- Интерактивная география

- Вокал

- Кружок декоративно-прикладного творчества «Сувенир»

- «Безопасное колесо»

- «Волшебная кисточка»

- «Занимательный английский»

И многое другое

Помимо секций кружков и клубов в школе реализуются и другие программы:

- «Все цвета кроме чёрного»

- «Чистые руки, чистая вода»

- «Школа здоровья»

- «Поговорим о правильном питании»

- «Уроки маркиза Этикета» и многое другое

Педагоги нашей школы активно включились в проектную деятельность, вот только малая часть проектов, созданных в школе по теме, интересующей нас сегодня (Об одном из проектов вы узнаете чуть позже)

Не забываем мы и о том, что здоровье педагога - важный элемент системы здоровьесбережения. В ближайшее время для педагогов нашей школы будет оборудована зона отдыха и релаксации, совместные праздники, поездки в театр и на природу позволяют педагогам отдохнуть, получить заряд бодрости. Педагогами школы создана собственная киностудия, выпускающая блокбастеры и просто замечательные видеоролики для внутреннего просмотра.

Очень часто в жизни и в работе нам помогает чувство юмора. Сегодня оно вам пригодится. Давайте и мы с вами проведём небольшой тренинг – тест.

**Тренинг - тест**

***Девять десятых нашего счастья зависит от здоровья.   
Здоровье до того перевешивает все остальные блага жизни, что поистине здоровый нищий счастливее больного короля.***

***А. Шопенгауэр.***