**ЗДОРОВЬЕ ШКОЛЬНИКОВ**

***Выскребцова Татьяна Евгеньевна,*** *учитель физической культуры, 1 к/к, Муниципальное общеобразовательное учреждение « Средняя общеобразовательная школа №2»,*

*города Серпухова*

**«Здоровый человек - самое драгоценное произведение природы»**

**Авицена**

В соответствии с законом РФ “Об образовании” здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.

Развитие школы идет по пути интенсификации, увеличения физических и психических нагрузок на ребенка. И сегодня уже необходимо говорить о начале глобальной катастрофы всей современной цивилизации. По данным НИИ педиатрии:

14 % детей практически здоровы;

50 % детей имеют отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата;

35 – 40 % детей страдают хроническими заболеваниями.

Беспокоят специалистов и другие недуги современной молодежи, такие как зависимость от табака, алкоголя и наркотиков.

Таким образом, появилась острая необходимость решения данной проблемы в масштабе страны, региона, села, школы и отдельно взятого класса.

В условиях  происходящих в стране реформ и модернизации образования  вопросы охраны здоровья детей являются наиболее важными и современными. Именно в школьном возрасте формируется здоровье человека на всю последующую жизнь.

«Нужно уйти от усредненного подхода. К каждому ученику должен быть применен индивидуальный подход, минимизирующий риски для здоровья в процессе обучения.

Проблемы здоровья учащихся и педагогов, привитие навыков здорового образа жизни, сохранение физического, психического и духовного здоровья очень актуальны сегодня. Здоровье детей - это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения. Но последние статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения детей в школе состояние здоровья ухудшается в несколько раз. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. В своё время проблему состояния здоровья учащихся и влияния на него учебного процесса исследовал известный советский педагог В.А. Сухомлинский, который отмечал, что "примерно у 85% всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе - плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя"/ Решение проблемы здоровьесбережения учащихся определялось в этот период на основе роли и профессионализма учителя, сочетающего в своей деятельности гигиенически правильно организованный педагогический процесс с индивидуальным подходом к обучающимся.

Следует обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в ОУ, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки по здоровому образу жизни, научить использовать полученные знания в повседневности. Особую актуальность эта проблема приобретает в условиях перехода школы на ФГОС нового поколения.

**2.РЕЗУЛЬТАТЫ ДИАГНОСТИКИ**

Обозначая цели деятельности школы по здоровьесбережению, я исходила из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся и педагогов, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения.

Диагностика состояния здоровья обучающихся нашего образовательного учреждения, как и многих других, также неутешительная. Не смотря на целенаправленную работу школы в этом направлении, есть дети, здоровье которых требует корректировки.

Рисунок 1. Диаграмма нарушения зрения Рисунок 2. Заболевания желудочно- кишечного тракта

Рисунок 3. Заболевание дыхательных Рисунок 4. Нарушения опорно-

путей двигательного аппарата

Таблица 1. Распределение учащихся школ города по группам здоровья

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный год | основная | | подготовительная | | специальная | |
| кол-во | % | кол-во | % | кол-во | % |
| 2010-11 | 8105 | 76 | 1695 | 16 | 859 | 8,1 |
| 2011-12 | 8547 | 75,6 | 1777 | 15,7 | 979 | 8,6 |

Поскольку дети представляют будущее страны и составляют 26% населения, необходимо сохранить генофонд нашей нации, что сделать в современных условиях непросто, потому что на здоровье детей и ухудшение его состояния влияют следующие причины:

- падение социального благополучия населения и резкое ухудшение экологической обстановки в стране;

- деградационные процессы в семейных отношениях, материальном положении;

- несбалансированность питания;

- потеря интереса к занятиям физическими упражнениями;

- увеличение доли населения, злоупотребляющей табакокурением и алкоголем;

- падение духовно-нравственных ценностей;

- увеличение объема суммарной учебной нагрузки;

- нарушение режима дня, режима питания, объема двигательной активности;

- несформированность более чем у половины учащихся элементарных гигиенических навыков.

- низкий уровень знаний всех участников образовательного процесса по вопросам ЗОЖ (здорового образа жизни)

Здоровый и духовно развитый человек счастлив - он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от своей работы, стремится к самоусовершенствованию, достигая неувядающей молодости духа и внутренней красоты. Целостность человеческой личности проявляется, прежде всего, во взаимосвязи и взаимодействии психических и физических сил организма. Гармония психофизических сил организма повышает резервы здоровья, создает условия для творческого самовыражения в различных областях нашей жизни.

Что же такое здоровый образ жизни? Это комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей, продление их творческого долголетия.

Здоровый образ жизни (по мнению академика Амосова) включает в себя следующие основные компоненты: правильное и рациональное питание; двигательная активность; положительные эмоции; закаливание; предупреждение формирования пагубных привычек, плодотворная трудовая деятельность.

Зная, что школа является одним из многих главных каналов в деле воспитания человека, мы понимаем, что сформировать культуру здоровья, четкую жизненную позицию, социальный интеллект в одиночку невозможно. Поэтому для решения данной проблемы в первую очередь считаем необходимым и важным - развивать социальное партнерство. Социальное партнерство для нас - это сотрудничество школы, родителей обучающихся, учреждений района, организаций, учреждений дополнительного образования, различных общественных институтов и структур, местного сообщества для достижения общественно значимого результата.

Для создания здоровьесберегающей среды необходимо внедрение в учебный процесс новых образовательных технологий, что является одним из важных инструментов повышения качества образования.

Сохранение, укрепление, формирование, саморазвитие здоровья невозможно рассматривать только в аспекте внеурочной воспитательной работы, поэтому главный акцент в работе мы делаем на интеграцию образования и воспитания и рассматриваем школу как центр интеграции совместной воспитательной деятельности школы, семьи, общественных объединений, дома детского юношества, ДДТТ, спортивных секций.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абаскалова Н.П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе "школа-вуз": Автореф. докт. дис. Барнаул, 2000. - 48 с.
2. Бальсевич В.К., Лубышева Л.И. Физическая культура: молодежь и современность //[Теор. и практ. физ. культ.](http://lib.sportedu.ru/Press/TPFK/), 1995, № 4, с. 2-7.
3. Виноградов П.А., Моченов В.П. Новый этап в развитии физкультурно-оздоровительной и спортивной работы среди учащейся молодежи //Теор. и практ. физ.культ., 1998, № 7, с. 24-26, 39-40.