Тема:Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни учащихся.

Химатулина Г.Р

1

МБОУ «Высокогорская СОШ №2»

Здоровье – неоценимое счастье в жизни каждого человека и человечества. Широкое международное признание получило определение здоровья данное Всемирной организацией здоровья.

Здоровье – это состояние полного душевного, физического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических факторов.

Сохранение здоровья детей является самой высокой социальной и гуманитарной целью современного общества. Дети, сегодня сидящие за партой, уже в ближайшее время будут определять благосостояние страны, накапливать ее потенциал в экономической, научной и культурной сферах. Это придает актуальность проблеме сохранения здоровья молодежи и особое значение приобретает работа школы по формированию понимания ценности здоровья и здорового образа жизни.

"Организация учебно-воспитательной работы школы по формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся" Здоровая личность - это здоровый образ жизни, способ бытия человека в мире. Назначение школы - обучать здоровью, вырабатывать единый подход к решению вопросов сохранения здоровья, основанный на научном обосновании оздоровительного воспитательно- образовательного процесса с учётом личностных, психофизиологических, конституциональных, половых и возрастных особенностей обучающихся, экологической обстановки, в которой находится школа. Целью нашего образовательного учреждения является формирование потребности к здоровому образу жизни и механизмов стрессоустойчивого поведения школьников как основы здорового жизненно стиля, способной эффективно преодолевать жизненные трудности. Для достижения этого целевого ориентира мы создаем в школе условия, необходимые для сохранения и укрепления здоровья учащихся. Для обеспечения эффективной интеграции здоровье сберегающих технологий педагогическим коллективом школы были намечены и решены ряд обязательных задач: 1. Включение проблемы заботы о здоровье учащихся и педагогов в число приоритетных задач школы. 2. Принятие ответственности каждого участника образовательного процесса за решение вопросов здоровье сбережения. 3. Обеспечение соблюдения требований СанПиНов к санитарно - гигиеническим условиям в школе и организации образовательного процесса. 4. Проведение профилактической работы. 5. Обеспечение благоприятного (педагогического и психологического) воздействия каждого учителя на своих учеников во время проведения уроков, с максимальной индивидуализацией этого процесса. 6. Обеспечение необходимого уровня грамотности школьников, их родителей и педагогов по вопросам здоровья. 7. Соблюдение принципов валеологии. Хочется заметить, что только при комплексном и взаимосвязанном решении приведённых выше задач возможно создание единого здоровье сберегающего образовательного пространства в школе и как результат этого - достижение улучшения состояния здоровья школьников. В решении проблемы сохранения и укрепления здоровья детей широкое участие принимают медицинские работники школы. Их работа по данному направлению строится на результатах исследования состояния здоровья детей и включает в себя: " организацию и проведение производственного контроля за соблюдением санитарных правил и выполнением противоэпидемиологических мероприятий; " диспансеризацию детей; " организацию рационального питания; " организация витаминизированного питания; " профилактику загрязнения воздуха; " просветительскую работу. Результаты исследования состояния здоровья детей свидетельствуют: 1. Регулярность проведения диспансеризации, диагностика своевременной медицинской коррекции выявленных отклонений в состоянии здоровья воспитанников, позволило в течение двух лет уменьшить количество детей состоящих на диспансерном учёте. 2. Медицинское обеспечение детей школьного возраста имеет ввиду контроль за состоянием здоровья на основе правильной организации первичной профилактики и оздоровления, иммунопрофилактики, привитие гигиенических навыков, что позволило снизить процент заболеваемости острыми инфекционными заболеваниями. 3. Сведения с определением общих показателей состояния здоровья воспитанников дают нам картину снижения структуры заболеваемости. Безусловно, на улучшение здоровье детей оказали влияние такие факторы, как рациональная организация учебного процесса, физкультурно-оздоровительной работы, полноценное питание, медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья. 4. Питание представляет собой один из ключевых факторов, определяющих не только качество жизни, но и условия роста и развития обучающегося. Учитывая сказанное, на основе ежемесячного учёта полноценного питания воспитанников установлено выполнение натуральных норм продуктов питания на 100 % в течение последних двух лет. 5.На основании данных о состоянии здоровья и физического развития, обучающиеся распределяются для занятий физическими упражнениями на основную и специальную медицинские группы. Учащиеся 1-4 классов посещают занятия лечебной физкультуры. Анализ комплектования медицинских групп показал увеличение специальной группы, что связано, прежде всего, с увеличением количества детей имеющих врождённую патологию. 6. Здоровье сберегающая активность педколлектива, организация досуга, спортивная двигательная активность, пропаганда здорового образа жизни, явились важнейшими факторами противостоящими вовлечению обучающихся в зависимость от курения, алкоголя, психотропных веществ. Хотя в целом, такой показатель, как динамика заболеваемости учащихся, на наш взгляд, вполне благоприятный, однако мы понимаем, что необходимо и далее координировать работу по здоровье сбережению воспитанников, ведь именно проблемы со здоровьем остаются главной причиной пропусков учащимися учебных занятий в течение года.

Здоровье подрастающего человека – это проблема не только социальная, но и нравственная. Ребенок сам должен уметь быть не только здоровым, но и воспитывать в будущем здоровых детей.

Приобщение школьников к проблеме сохранение своего здоровья это прежде всего процесс социализации – воспитания. Это сознание высокого уровня душевного комфорта, который закладывается с детства на всю жизнь. Для формирования душевного комфорта необходимы знания о законах развития своего организма, его взаимодействии с социальными факторами.

Школа же сегодня должна и может стать важнейшим звеном социализации подрастающего поколения. Через школу проходят все население, и на данном этапе социализации личности формируется как индивидуальное, так и здоровье всего общества.

Формирование культуры здоровья начинается с семьи, с самого рождения человека, и даже раньше. Работа с родителями по сохранению и укреплению здоровья детей – важный фактор образовательной политики. Образование родителей в области здоровья через всевозможные взаимосвязи образования и семьи – первостепенная задача.

Чтобы сохранить здоровье детей необходимо сотрудничество с родителями. Проведены такие родительские собрания «Режим дня в жизни школьника», «Эмоциональное состояние взрослого и ребенка. Что стоит за ним», «Причины и последствия детской агрессии». На собраниях провожу анкетирования, даю памятки, вместе с родителями анализируем ситуации.

Учителю необходимо сформировать у ребенка потребность быть здоровым, научить его этому, организованно помочь в сохранении и формировании здоровья. В идеальном приближении школьник должен быть личностью духовно, физически и социально здоровой, способной управлять своим здоровьем и укреплять его. Основным критерием эффективности работы должно стать состояние физического, психологического, эмоционального и социального благополучия учащихся.

В начале учебного года перед собой я ставлю цель: сохранение и укрепление здоровья, поэтому я провожу целенаправленную работу с учащимися по формированию здорового образа жизни и повторение правил безопасного поведения на улице, в школе и дома.

В течение года были проведены различные классные часы, которые включали в себя беседы, викторины. Дети посещают в спортивных состязаниях. Все это направлено на укрепление и формирование духовного образа жизни.

Например, беседа «Зачем нужно быть здоровым?» ребята выводили свои правила по ЗОЖ., высказывали свое мнение, разбирали ситуации, отвечали на вопросы. Большое внимание уделяю беседам о вреде курения, как никотин влияет на растущий организм, на внимание и память ребенка, так же , проводились спортивные состязания в классе и в школе: «перестрелка», спортивные старты, игры на свежем воздухе. Все это развивает физическую активность, мышление, смекалку, воображение. Наш касс старается участвовать во всех мероприятиях и поучает призовые места. Традиционными стали спортивные соревнования по пионерболу, баскетболу, волейболу и мероприятия: «Зарница», «Тропа к генералу», «Папа, мама и я – спортивная семья» и т.д. Все это развивает физическую активность, мышление, смекалку, воображение. Многократно посещали спортивные мероприятия районного, республиканского уровня.

Ученики моего класса собственными силами создали в классе уголок здоровья. Поставили памятники о здоровом образе жизни. Регулярно обновляют свежей информацией стенку здоровья.

Здоровье – это единственная драгоценность, ради которой действительно не стоит жалеть времени и сил. Здоровый человек – это счастливый человек. Мы стараемся, чтобы это изречение как можно раньше было осознанно ребенком.

Часто организуем походы, экскурсии в природу. После таких мероприятий класс становится более сплоченным, дружным.

Каждый год едим в Дубъязскую горно-лыжную базу. Если это чисто спортивное мероприятие, а поездка Иске Казан важна в формировании духовно-нравственных качеств. После трудного учебного года ребята отдыхают на природе. И каждый год с нетерпением ждут эту поездку.

На родительских собраниях постоянно ведутся беседы по укреплению здоровья (о профилактике гриппа, ведение правильного режима дня, о пользе витаминов в зимнее время), так же повторяются правила поведения в школе и дома.

Таким образом, успешная работы по сохранению и укреплению здоровья, по формированию здорового образа жизни даёт положительный результат – учащиеся реже болеют, меньше пропускают занятия, хорошо работают на уроках. Поэтому в дальнейшем буду продолжать работу с обучающимися и родителями по формированию ЗОЖ.