



Формирование здоровьесозидающей среды образовательного учреждения в рамках экспериментальной деятельности

Худотеплая С.Н., заместитель директора по учебной работе

МБОУ «Ярская СОШ Новооскольского района

Белгородской области»

<http://www.uchiteloshkole.ru>

Одной из главных задач школы является создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья учащихся. Основным из средств реализации этой задачи является формирование культуры здорового образа жизни. Образ жизни относят к социально-биологическим факторам, компонентами которого служит триада показателей: уровень, качество и стиль жизни. [4] Н. Н. Куинджи дает следующие определения данных показателей: уровень жизни обусловлен экономическими возможностями человека. Качество жизни определяется степенью запроса и комфортабельностью удовлетворения человеческих потребностей.[2]. Оба эти показателя образа жизни человека зависят от

материально-экономических условий жизни общества и каждой семьи. Стиль жизни складывается на основе психологических и психофизиологических особенностей поведения личности.

Из вышесказанного следует, что универсальным механизмом формирования навыков здорового образа жизни остается оздоровительно-педагогическое воздействие на стиль жизни школьников [2]. Именно поэтому любое общеобразовательное учреждение должно стать «школой здорового стиля жизни» учащихся, где любая их деятельность (учебная, спортивная, досуговая, а также прием пищи и двигательная активность и др.) будет носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья [1]. МОУ «Ярская СОШ» считает актуальным данный вопрос, поэтому с 2010/11 учебного года образовательное учреждение включилось в реализацию трехлетнего муниципального системного эксперимента по теме «Система здоровьесозидающей деятельности общеобразовательного учреждения в целостном образовательном процессе» под руководством кандидата педагогических наук Щербининой В.М. Мероприятия в рамках конструктивного этапа эксперимента включили: анализ педагогической теории и практики по проблеме исследования; сбор и систематизацию информации о состоянии здоровья педагогов и обучающихся, анализ образовательной ситуации, выделение «проблемных полей», обоснование ведущих направлений развития системы здоровьесозидающей деятельности, определение внешних связей и здоровьесозидающего потенциала микросоциальной среды.

Следующий шаг эксперимента – формирующий этап. В школе реализуются целевые подпрограммы школьной программы «Здоровье»: программа волонтерской деятельности «Доброе сердце», программа

подросткового клуба здорового образа жизни «Ориентир» «МЫ за здоровый образ жизни», программа профилактики зависимости от психоактивных веществ «Детство без наркотиков, алкоголя и табака». Обновляются все компоненты образовательной системы школы в соответствии с валеологическими принципами (сохранения, укрепления и формирования здорового и безопасного образа жизни, принципом здоровьесбережения). Например, интегрированный компонент по здоровьесбережению, предназначенный для включения в календарно-тематическое планирование рабочих программ учителей. Тематика и содержание компонента разработаны творческой группой школы на конструктивном этапе, в этот же период конце учебного года некоторые учителя апробировали уроки, содержащие интегрированный компонент по разработанной программе. На следующий учебный год в рамках реализации формирующего этапа компонент внедрен в реализацию всеми учителями школы. Педагоги включают в содержательную часть урока вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни. Это демонстрация примеров; формирование отношения к человеку и его здоровью как ценности; выработка индивидуального способа безопасного поведения, обсуждение разных возможностей и последствий выбора того или иного поведения и т.д.

Нововведением в валеологическую систему нашей школы является изучение на второй ступени обучения учебного курса «Экология человека» Федоровой М.В., Кучменко В.С., Лукиной Т.П., М.: Вентана-Граф; в 9 классе – элективного курса «Математика, здоровье и красота» по программе Легович М.В. Данные курсы способствуют формированию у ребенка позиции признания ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширению знаний и навыков по гигиенической культуре.

Неотъемлемой частью реализации эксперимента на формирующем этапе является отслеживание промежуточных результатов. Например,

решение проблемы несоответствия веса ранцев учащихся. **Первичный мониторинг веса ранцев учащихся на соответствие гигиеническим требованиям выявил достаточно высокий процент ранцев, не соответствующих норме СанПиН.** Выявлены проблемы: увеличение количества учебных дисциплин, большая вариативность учебников и учебных пособий. Учащиеся начальной школы и среднего звена носят в портфелях много лишнего: игрушки, книги для внеклассного чтения. **В связи с этим были введены меры, которые позволили улучшить положение выявленной проблемы: системный контроль со стороны классных руководителей, родителей за весом ранцев учащихся; данный вопрос был рассмотрен на родительском собрании, были даны рекомендации по выбору ранцев учащихся, контролю их веса. Повторный мониторинг веса ранцев подтверждает эффективность применяемых мер.**

Решение проблемы снижения зрения учащихся позволяют отследить результаты медицинского осмотра. Педагоги нашей школы разработали педагогические меры по оказанию коррекционной помощи индивидуально каждому учащемуся с помощью формирования «карт рассадки учащихся в классе». Целью применения «карт рассадки» являются: выполнение индивидуальных программ реабилитации по состоянию зрения, предупреждения и профилактики снижения зрения, а также искривления осанки учащихся во время учебных занятий.

Карта отражает размещение учащихся за партами в классе. Рассадка осуществляется классным руководителем в начале учебного года и корректируется в течение каждой учебной четверти на основании результатов медицинского осмотра учащихся и рекомендаций индивидуальных программ реабилитации. Заполняется классными руководителями и предназначается для использования учителями-предметниками в рамках предметно-кабинетной системы (когда учащиеся для занятий переходят в предметные кабинеты). Для удобства применения

в классах парты пронумерованы. Нумерация мест осуществляется справа – налево, фамилии и имена прописаны в карты, выделены фамилии детей, которые проходят программу индивидуальной реабилитации. Карты представляют собой следующий документ:

Карта рассадки учащихся 1 класса I четверть ___учебного года

Парта № 3	Парта № 2	Парта № 1
1. ФИ учащего	1. ФИ учащего	1. ФИ учащего
2. ФИ учащего	2. ФИ учащего	2. ФИ учащего

Поскольку «ячейкой» образовательного процесса является урок, то и оценка его влияния на здоровье учащихся является наиболее важной. С позиции здоровьесбережения на уроках учителей нашей школы стали приоритетным следующие аспекты: гигиенические условия в классе: чистота, температура и свежесть воздуха, рациональность освещения класса и доски, наличие/отсутствие монотонных, неприятных звуковых раздражителей и т.п. в немалой степени зависят от соблюдения этих простых условий. Число видов учебной деятельности, используемых учителем. Число использованных учителем видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др. Использование методов, способствующих активизации инициативы и творческого самовыражения учащихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению. Длительность применения технических средств обучения в соответствии с гигиеническими нормами [3]. Позы учащихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы. Эффективным методом является периодическая смена поз (перевод детей из позы сидя в позу стоя). Педагоги используют два варианта практического решения методики динамических поз по В.Ф.Базарному. Первый из них не требует каких-либо специальных технических решений или материальных затрат. Второй - настольные конторки [5]. В свой методический арсенал учителя включили упражнения и игры,

способствующие одновременной работе и развитию двух полушарий головного мозга, например, всем знакомое упражнение "Ухо-нос": левой рукой беремся за кончик носа, а правой - за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши и поменяйте положение рук.

Промежуточные исследования о наличии мотивации учебной деятельности на уроке: интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу динамично повышаются, а это свидетельствует о позитивном воздействии школы на их здоровье. К вопросам здоровья вопросы мотивации имеют самое непосредственное отношение: постоянное принуждение к учебе разрушает здоровье детей и изматывает учителей. Между заинтересованностью в обучении и его позитивным влиянием на здоровье существует прямая связь.

Реализация эксперимента продиктовала активизацию работы и физкультурно-оздоровительного направления. В режим дня, кроме традиционных мероприятий, включили нововведения: нетрадиционные формы проведения динамических пауз на свежем воздухе или в форме дискотек; конкурсы, конференции, защита социальных проектов по профилактике вредных привычек; **проветривание кабинетов по графику, соответствующему нормам СанПин**; оформление уголков здоровья в каждом классном кабинете; реализация общешкольного конкурса «Самый здоровый класс», результаты которого подводятся по итогам учебных четвертей и освещаются в школьных СМИ и на сайте школы.

Школьный мониторинг показывает эффективные результаты проделанной работы. Экспериментальная деятельность в школе продолжается. Наш педагогический коллектив уверен, что целенаправленная работа приведет к достижению планируемых результатов, и мы построим в школе целостную здоровьесозидающую

систему, снизятся школьные факторы риска для здоровья учащихся, повысится уровень культуры здоровья школьников.

Список литературы

1. Зайцев, Н. К., Колбанов, В. В. Стратегия понимания здорового образа жизни//Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. Выпуск 3. Владивосток: Дальнаука, 1996. с. 148-153.
2. Куинджи, Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников: Методическое пособие. М.: Аспект Пресс, 2000. 139с.
3. Мазурова, Е. А. Здоровьесберегающие технологии в работе педагогов образовательных учреждений. Барнаул 2007
4. Торохова, Е. И. Валеология: Словарь. М.: Флинта: Наука. 1999. 248с
5. Сайт В.Ф. Базарного <http://www.pomochnik-vsem.ru/>