***Информационный отчет***

***«Здоровьесберегающая среда школы»***

 В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Состояние здоровья детей вызывает очень серьезное опасение специалистов. Здоровье школьников – одно из важных условий благополучия школы, ее успешности в сфере образования, поэтому главная задача образования – построить учебный процесс так, чтобы сохранить здоровье школьников.

 Исследования Центра здоровья детей и подростков РАМН свидетельствуют о том, что около 90 % детей имеют отклонения в физическом и психическом здоровье.

 Из них 30-35 % детей уже имеют хронические заболевания при поступлении в школу. За годы обучения в школе в 5 раз возрастает число нарушений зрения, осанки; в 4 раза увеличивается количество нарушений психического состояния учеников; в 3 раза увеличивается число детей с заболеваниями органов пищеварения и т.д.

 Каждому человеку присуще желание быть сильным и здоровым. Учёные считают, что если принять условно уровень здоровья за 100%, то на 20% он зависит от наследственных факторов, 20% - от действия окружающей среды, 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% - зависят от самого человека, от того образа жизни, который он ведёт. Нормой каждого должен стать ЗОЖ и санитарная культура. ЗОЖ принципиально не совместим с вредными привычками. Здоровье подрастающего поколения республики и разработка эффективных мер, направленных на его укрепление, в настоящее время – важнейшая социальная задача. Именно в раннем детстве, дошкольном и школьном возрасте формируется здоровье взрослого населения.

 Администрация и педагогический коллектив школы используют в своей практике здоровьесберегающие технологии, способствующие сохранению и укреплению здоровья учеников. Однако мы испытываем некоторые затруднения, так как стоит вопрос и об улучшении материально-технической базы, необходимой для работы в данном направлении.

Целью деятельности нашей школы по здоровьесбережению учащихся является:

 - формирование у учащихся устойчивой мотивации на здоровый образ жизни, ответственности за состояние своего здоровья, за собственное благосостояние и за состояние общества.

 - приобщение к занятиям физкультурой и спортом.

 -формирование ценностных установок, жизненных приоритетов на здоровый образ жизни;

 - вооружение учащихся:

 - санитарно-гигиеническими знаниями, воспитать убеждённость школьников в выполнении требований и правил гигиенического поведения в труде и в быту;

 - знаниями о пагубном влиянии на организм курения, алкоголизма и наркомании, нацелить на искоренение вредных привычек;

 - знаниями о социальных, нравственных и медицинских аспектах взаимоотношений полов, о профилактике венерических заболеваний и СПИДа.

 - помочь учащимся осознать необходимость постоянного поддержания достаточной физической активности, соблюдения норм рационального питания, сохранения устойчивого психоэмоционального состояния.

Четыре взаимосвязанных направлений представляют систему работы школы, направленную на охрану и укрепление здоровья школьников.

 Деятельность школы по созданию в ней здоровьесберегающей среды как условия для формирования здорового и безопасного образа жизни учащихся мы разбили на такие сферы деятельности:

 - условия реализации формирования здоровьесберегающей среды в школе ( условия в соответствии с СанПиНом:

 • расположение здания школы;

 • участок образовательного учреждения;

 • оборудование подсобных помещений (гардеробы, туалеты и т.п.);

 • водоснабжение и канализация;

 • учебные кабинеты: площадь и оснащенность;

 • наличие учебных мастерских;

 • соблюдение размеров мебели;

 • воздушно-тепловой режим;

 • освещенность мест занятий;

 • отличное санитарное состояние;

 • наличие двух спортивных залов, раздевалок, подсобных помещений;

 • спортивное оборудование и инвентарь;

 - расписание;

 • медицинский кабинет и оборудование.

 - учебная нагрузка.)

 - мониторинг здоровья (уровень физического, психического развития, уровень заболеваемости детей, уровень знаний о здоровье и т. д.)

 - коррекционно-оздоровительная деятельность школы (организация горячего питания, спортивные секции, работа медицинского персонала, психолога и т. д. )

 - обучение здоровью или формирование потребности в здоровом образе жизни (уроки физической культуры и ОБЖ, дни, недели и праздники здоровья, физминутки на уроках, викторины, конкурсы и классные часы по ОБЖ и ПДД, уголки здоровья, участие детей в исследовательской деятельности по здоровьесбережению)

Условия реализации по оздоровлению детей в школе достаточно благоприятные и позволяют в полном объеме проводить мероприятия по сохранению здоровья учащихся. Кабинеты в школе светлые, теплые, проветриваемые. Рекреации просторные и предназначены для отдыха детей. Классы соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям: освещение, режим работы школы, учебный план, наполняемость классов, вентиляция учебных помещений, но, к сожалению, не во всех классах размеры ученических столов и стульев соответствуют росту детей. Для всех учеников занятия организованы в одну смену. Уроки имеют продолжительность 35 минут с пятидневной нагрузкой в наделю. Для питания учащихся начальной школы отведена перемена 15 минут после второго и третьего уроков. Остальные 10-минутные перемены позволяют ученикам восстановить свои умственные и физические способности после напряженного труда на уроках. В учебно-воспитательной работе решена задача нормирования учебной нагрузки и объема домашнего задания учащихся с учетом расписания. Наша школа располагает работой двух спортивных залов: малого и большого с наличием спортивного инвентаря. В школе функционирует медицинский кабинет.

Одним из следующих направлений в работе школы по здоровьесбережению является мониторинг состояния здоровья детей, то есть создание системы учета контроля состояния здоровья на основе комплексных психологических, педагогических, медицинских обследований детей. В течение каждого учебного года проводятся анкетирования детей и их родителей по проблемам здоровья учащихся. Специалистами – медиками проводятся по плану диспансеризация детей, по необходимости – прививки и витаминизация. Своевременно медработником заполняется листок здоровья в журналах. Ежегодно учителями и медработником ведется учет и контроль за состоянием здоровья того или иного ученика, проводится диагностика. Мониторинг физического здоровья проводится регулярно в начале и конце года по классам. В зависимости от результатов корректируется и работа по сохранению и укреплению здоровья учащихся.

При посадке детей за парты учителя обязательно учитывают зрение детей и руководствуются медицинскими показаниями.

Следующим направлением в работе школы по здоровьесбережению учащихся является коррекционно-оздоровительная деятельность. Большая часть детей начальных классов охвачена горячим питанием. В начале учебного года с самых первых дней совместно с родителями, логопедом, психологом, учителем отслеживается адаптация детей (особенно первоклассников) к школьным занятиям, т.к. именно от этого зависит психологическое здоровье младших школьников. Для такой комплексной диагностики используются следующие методы: ознакомительная беседа с ребёнком и его родителями, логопедическое и психологическое тестирование, анкетирование родителей, знакомство с материалами медицинской карты. Всю информацию, полученную в ходе тестирования, используют:

 -для определения уровня развития учащегося с целью профилактики возможных трудностей в обучении,

 -зачисления его в группу занятий на уроке физкультуры, соответствующую группу развивающих занятий с психологом.

После обобщения информации по классу в целом вырабатываются рекомендации для учителей, работающих в этом классе, планируется работа с родителями (тематика родительских собраний, тренингов, индивидуальных встреч и другие).

Ежегодно учителя начальных классов работают над преемственностью учеников из начального блока в среднее звено школы. Система внеурочной занятости, сложившаяся в нашей школе, направлена на то, чтобы школьная жизнь стала для них интересной и полезной. Ученики нашей школы охотно посещают школьные спортивные секции и кружки, участвуют в спортивно-оздоровительных мероприятиях. У нас в школе действуют секции бокса, легкой атлетики, гимнастики, футбола, волейбола. В летнее время около 80 % детей младшего школьного возраста отдыхают в школьном лагере на базе нашей школы.

Еще одним аспектом в деятельности школы по здоровьесбережению учащихся является обучение здоровью. Одним из факторов, позволяющих приблизить школьную среду к естественной среде обитания ребенка, является оптимизация двигательного режима учеников.

Для повышения умственной работоспособности детей, предупреждения преждевременного наступления утомления и снятия у них мышечного статического напряжения, учителя проводят физкультминутки, примерно через 10-15 минут от начала урока.

Кроме того, определяют и фиксируют психологический климат на уроке, проводят эмоциональную разрядку, строго следят за соблюдением учащимися правильной осанки, позы, за ее соответствием виду работы и чередованием в течение урока.

Физкультминутки учителя начальных классов проводят, учитывая специфику предмета, зачастую с музыкальным сопровождением, с элементами самомассажа и другими средствами, помогающими восстановить оперативную работоспособность.

В состав упражнений для физкультминуток учителя начальных классов включают:

 упражнения по формированию осанки,

 укреплению зрения,

 укрепления мышц рук,

 отдых позвоночника,

 упражнения для ног,

 упражнения на ковре,

 релаксационные упражнения для мимики лица,

 потягивание,

 массаж области груди, лица, рук, ног,

 психогимнастика,

 упражнения, направленные на выработку рационального дыхания.

Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие учащихся. Преподавание 2-х уроков физической культуры в школе ведётся в основном учителями начальных классов. Организация урока позволяет осуществлять индивидуальный подход, дифференцировать нагрузку в зависимости от группы здоровья ребёнка, а значит создавать ситуацию успеха у каждого. В программу по физической культуре 1-10 классов обязательно входят уроки физ-ры на свежем воздухе.

На каждом уроке обязательно проводятся ОРУ для улучшения мозгового кровообращения, для снятия утомления с плечевого пояса и рук, для снятия напряжения с мышц туловища, упражнения для нормализации осанки, укрепления мышц глаз.

Работа спортивных секций, участие в школьных, окружных, городских спортивных соревнованиях, Днях здоровья способствует укреплению и сохранению здоровья учащихся, закаливанию, пропаганде здорового образа жизни. Для педагогического состава школы и родителей предоставлена возможность поддерживать и укреплять своё здоровье, посещая школьный спортзал для игры в волейбол.

Ежегодно в школе проводятся дни здоровья. На классных часах постоянно пропагандируется здоровый образ жизни. В ходе данного мероприятия выпускаются стенные газеты, листовки; дети пишут сочинения на определенную тему. Например, «Все о вреде курения», « Что такое ЗОЖ?», «Будь здоров, малыш», «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», «Зачем надо заниматься спортом?», «Вредные привычки» и т.д. Огромную работу ведут учителя начальных классов по преподаванию правил безопасности дорожного движения. Это и беседы, и конкурсы, и викторины «Светофорчик», « Маленький ЮИД», «Что там за окном?», «Правила безопасного движения» и т.д.

Все мероприятия в начальной школе наши учителя направляют на создание здоровьесберегающей среды для наших детей. Методическим советом учителей начальных классов выбрана тема «Школа – источник здоровья». Наши учителя ищут самые оптимальные пути обучения детей, используют передовые педагогические технологии для того, чтобы процесс обучения был радостным, доступным, здоровьесберегающим.

Соц.педагог

МБОУ «средняя общеобразовательная А.В. Гаврилова

Школа № 8 г. Пересвета»