**Социально-творческий проект в воспитании современных школьников: «Школа здоровья»**

О. А. Ключникова

Здоровье-это бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это-основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придётся, то и значительные перегрузки.

Лучший способ сделать детей счастливыми - сделать детей здоровыми!

**Актуальность темы** обусловлена тем, что здоровье школьников нашей страны характеризуется как критическое, поэтому поиск эффективных методов его улучшения является насущной общественной и государственной проблемой.

Педагогический коллектив Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 60 г. Пензы особое внимание уделяет физическому развитию и состоянию здоровья школьников.

В МБОУСОШ № 60 г. Пензы работает служба здоровья, которая состоит из педагогов, родителей и учащихся и продолжает работать программа «Здоровый образ жизни».

**Цель проекта «Школа здоровья»:**

Обеспечение условий для формирования, сохранения, укрепления и коррекции здоровья учащихся. Формирование у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей среды.

Научить детей жить без конфликтов и стрессов, укреплять, сохранять своё и ценить чужое здоровье, усилить мотивацию учения, привить принципы здорового образа жизни – одна из задач здоровьесбережения.

Проект направлен на:

* Здоровьесбережение обучающихся МБОУСОШ № 60 г. Пензы

Реализуют проект:

* Учителя -предметники, учителя физической культуры;
* Тренеры-преподаватели;
* Инструкторы-общественники;
* Родители и советы родительской общественности.

 **Создание условий для гармоничного физического развития ребёнка, охрана и укрепление его здоровья ведётся по следующим направлениям:**

* Создание здоровьесберегающей инфраструктуры
* Рациональная организация образовательного процесса;
* Организация физкультурно - оздоровительной и спортивно-массовой работы;
* Организация работы с детьми разных медицинских групп;взаимодействие школы с медицинскими работниками;
* Совершенствование питания школьников и питьевой режим;
* Создание системы взаимосвязи и сотрудничества со всеми заинтересованными службами по вопросам сохранения здоровья обучающихся;
* Совершенствование информационно-просветительской работы по здоровьесбережению обучающихся.

**Создание здоровьесберегающей инфраструктуры в МБОУСОШ № 60 г. Пензы:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Примечание |
| 1 | Спортивный зал | МБОУСОШ № 60 г. Пензы |
| 2 | Тренажёрный зал | МБОУСОШ № 60 г. Пензы |
| 3 | Хореографический зал | МБОУСОШ № 60 г. Пензы |
| 4 | Спортплощадка | МБОУСОШ № 60 г. Пензы |
| 5 | Медицинский кабинет | МБОУСОШ № 60 г. Пензы |
| 6 | Школьный пищеблок | МБОУСОШ № 60  |
| 7 | ФОК « Надежда» | МБОУСОШ № 59 г. Пензы |
| 8 | Бассейн | МБОУСОШ № 20 г. Пензы |

 **Рациональная организация образовательного процесса**

Занятия в МБОУСОШ № 60 начинаются в 8.30. Между началом дополнительных факультативных занятий и последним уроком предусмотрен перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

Наиболее трудные предметы по количеству баллов последними уроками в расписание не включаются.

Соблюдаются гигиенические требования к организации и объему учебной нагрузки обучающихся.

Веселые, шуточные разминки и физкультминутки вполне вписываются в ход уроков и занятий в нашей школе. Они вносят разнообразие, прибавляют детям не только настроение, но и дают хороший заряд бодрости и энергии, а главное эффективно влияют на укрепление здоровья учащихся.

**Рациональная организация физкультурно - оздоровительной и спортивно-массовой работы**

Урок физической культуры - один из любимых уроков учащихся МБОУСОШ № 60 г. Пензы.

**Физкультурно-оздоровительная и спортивная деятельность** нацелена на формирование у учащихся, родителей, педагогов осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также на профилактику вредных привычек, охват максимального количества учащихся школы оздоровительными мероприятиями.

Перед уроками в школе проходит утренняя зарядка, введён третий час физкультуры.

Цель урока физической культуры – формирование личности каждого обучающегося, обладающей хорошим физическим здоровьем, способной адаптироваться к любым жизненным ситуациям, стремлением к постоянному совершенствованию.

Организация уроков физической культуры в МБОУСОШ № 60 направлено на достижение следующих задач:

* укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и способностей, повышение индивидуальной физической подготовленности, расширение функциональных возможностей основных систем организма;
* **формирование культуры** движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей, специальной направленностью;
* **воспитание** устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности;
* **освоение знаний** о ценностях физической культуры и спорта, их роли в формировании здорового образа жизни, воспитании волевых, нравственных и эстетических качеств личности;
* **приобретение навыков** физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, умений самостоятельно организовывать и проводить занятия физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга.

В школе работает спецгруппа. Занятия в спецгруппе проходят по индивидуальному плану, составляемому отдельно на каждого учащегося.

**Профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья обучающихся:**

В школе ведётся постоянное наблюдение за состоянием здоровья обучающихся. Мониторинг состояния здоровья обучающихся, анкетирование школьников и родителей показывают, что снизился процент детей, имеющих хронические заболевания и повысился процент практически здоровых детей.

В 2016-2017 учебном году в школе обучаются 11 детей – инвалидов, это составило 1 % от общего количества обучающихся. Особенно растёт число детей – инвалидов в начальной школе. Уже в первый класс приходят дети-инвалиды.

Увеличение количества детей с ОВЗ и детей – инвалидов дало возможность систематизировать работу в этом направлении и создать **Комплексную программу по оказанию помощи детям с ОВЗ и детям-инвалидам.**

Название программы **«Школа – для всех!».**

**Цель программы :**

Разработка и реализация инклюзивных подходов как средства обеспечения доступности качественного образования для детей-инвалидов и детей с ОВЗ

**Задачи программы:**

* выявлять особые образовательные потребности детей- инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, обусловленные особенностями их физического и (или) психического развития;
* осуществлять индивидуально ориентированную психолого-медико-педагогическую помощь детям с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей детей (в соответствии с рекомендациями психолого-медико-педагогической комиссии);
* повышать профессиональную компетентность педагогов и специалистов в области инклюзивного образования
* совершенствовать систему просвещения родителей (законных представителей), через родительские всеобучи, индивидуальные консультации

**Содержание комплексной программы сопровождения детей-инвалидов в МБОУ СОШ №60 г. Пензы**

Программа коррекционной работы содержит следующие разделы:

1. Характеристика контингента учащихся с ограниченными возможностями здоровья и особыми потребностями.

2. Система комплексного психолого-медико-педагогического сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья в условиях образовательного процесса.

3. Формы обучения, содержание и план реализации индивидуально ориентированных коррекционных мероприятий, обеспечивающих удовлетворение особых образовательных потребностей детей с ограниченными возможностями здоровья.

4. Мониторинг динамики развития детей, их успешности в освоении основной образовательной программы, корректировку коррекционных мероприятий.

5. Описание специальных условий обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья.

6. Показатели результативности и эффективности коррекционной работы.

В 2016 -2017 учебном году налажено тесное взаимодействие со специалистами детской поликлиники и др. медицинскими учреждениями

**Совершенствование питания школьников МБОУСОШ № 60 г. Пензы**

Одним из разделов программы « Здоровый образ жизни» является

 ***«Правильное питание – залог здоровья школьников»***

     Школьное питание – это залог здоровья подрастающего поколения. Горячее питание детей во время пребывания в школе является одним из важных условий поддержания их здоровья и способности к эффективному обучению. Полноценное и сбалансированное питание способствует профилактике заболеваний, повышению работоспособности и успеваемости, физическому и умственному развитию детей и подростков, создаёт условия к их адаптации к современной жизни. Организованное школьное питание регламентируется санитарными правилами и нормами, и поэтому в значительной степени удовлетворяет принципам рационального питания

 Цель работы педагогического коллектива над проблемой улучшения горячего питания:

Привлечение большего числа школьников, педагогов и родителей к проблеме организации здорового питания как средства сохранения и укрепления здоровья.

Задачи:

* Совершенствование системы школьного питания с учётом индивидуальных особенностей учащихся;
* Увеличение охвата горячим питанием учащихся 9-11-х классов школы.
* Модернизация материально – технической базы школьной столовой.
* Организация системной образовательно – просветительской работы по вопросам здорового питания.
* Совершенствование системы контроля качества и безопасности питания учащихся.

В столовой выполняются все санитарно – эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в школе.

**Организация обслуживания обучающихся горячим питанием**

* Отпуск горячего питания обучающимся организуется по классам (группам) на переменах, продолжительностью 20 минут, в соответствии с режимом учебных занятий. За каждым классом в столовой закреплены определенные обеденные столы.
* За качеством пищи постоянно следит Совет по питанию, в ее составе учителя и родители Качество получаемой сырой и готовой продукции проверяет Бракеражная комиссия и Общественный совет по питанию.

В школе работают факультативы по здоровьесбережению, проводятся лекции, беседы, консультаций по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек, культуры питания с обучающимися и их родителями.

Традиционными стали мероприятия в классах**:**

* Классные часы «Я здоровье берегу, сам себе я помогу», «Десять шагов здорового питания», «Роль витаминов в современном мире», «Витамины любят счет», «Мир фруктов», «Овощное кафе»;
* Конкурсы**:** «Любимое блюдо моей семьи», «Кондитерский вернисаж – мои любимые блюда», «Лучший рецепт к новогоднему столу»,
* Конкурс рисунков и плакатов о полезных продуктах, лучшее школьное меню, оформление стола в школьной столовой.

В школе прошёл фестиваль кулинарного искусства народов Пензенской области.

Для родителей проводились родительские лектории, была создана методическая копилка для проведения родительских собраний, были проведены родительские собрания о воспитании потребности в здоровом питании и практические занятия с родителями («Этикетка», «Меню школьника», «Режим питания» и др.), организованы Дни «Приятного аппетита!» в школьной столовой, встречи с медицинскими работниками.

Презентации школьного питания для обучающихся, родителей, общественности проводятся 2 раза в год.

**Питьевой режим в МБОУСОШ № 60 г. Пензы**

В школе организован питьевой режим. Бутилированная питьевая вода соответствует всем необходимым стандартам, что подтверждено необходимыми сертификатами.

Поставка воды в МБОУСОШ № 60 г. Пензы осуществляется специальным транспортом, обеспечивающим сохранение ее качества и соблюдение санитарных норм и правил в течение всего периода поставок независимо от времени года.
На каждую партию воды представляются документы, подтверждающие её качество и безопасность.

Инструкции по санитарной обработке ручных помп при пользовании бутилированной водой и сертификаты на воду имеются в каждом кабинете школы.

Здоровье – это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Без него очень трудно сделать жизнь интересной и счастливой.

Главное правило, которого придерживаются все работники школы: ***«Сделай так, чтобы ребёнку стало полезно находиться в школе, чтобы он совершенствовался и физически, и духовно»****.* Реализовать его во многом помогает система планирования работы по организации здоровьесберагеающего учебно-воспитательного процесса.

**Задачи по здоровьесбережению обучающихся на 2016 –2017 учебный год:**

* Неукоснительно выполнять требования нормативных документов по здоровьесбережению;
* Планировать работу по охране жизни и здоровья обучающихся по следующим направлениям: предупреждение травматизма, профилактика ОРЗ и ОРВИ, с этой целью проводить мониторинг состояния здоровья учащихся;
* Совершенствовать организацию питания и питьевого режима обучающихся;
* Совместно с учреждениями здравоохранения планировать углубленные медицинские осмотры учащихся;
* Реализовать реабилитационные программы развития детей с ослабленным здоровьем.