**Система работы по формированию здоровьесберегающей среды современной школы (из опыта работы МБОУ «Спасская средняя школа» Спасского района Нижегородской области)**

**(на конкурс в номинации: Лучшая управленческая команда)**

 Только здоровый человек может в полной мере стать творцом своей судьбы, добиться определенных успехов в карьере и личной жизни, продуктивно проводить свой досуг, быть созидателем в окружающем его мире. Однако, в результате порожденных социальной ситуацией противоречий, сложившихся сегодня в нашем обществе, здоровью человека уделяется все меньше и меньше внимания. Качественные медицинские услуги, как правило, становятся платными, отдых и лечение в санатории может позволить себе далеко не каждый, систематические занятия физкультурой на базе спортивных комплексов под руководством грамотных специалистов также доступны лишь немногим. В такой ситуации, как никогда, актуальной для любого человека становится задача сохранения и укрепления здоровья с раннего возраста. Очевидно, что значительную помощь в решении этой задачи должна оказать школа.

 Поэтому перед педагогами, родителями и общественностью стоит задача воспитания здорового поколения.

 Образование и здоровье – фундаментальные жизненные блага, качеством которых определяется и уровень жизни отдельного человека, и состоятельность каждого государства. Негативные тенденции в здоровье россиян, разработка и реализация мер по их устранению должны находиться в поле зрения не только ученых, но и педагогов, родителей.

Поэтому цель работы ОУ по здоровьесбережению - создание единого здоровьесберегающего пространства обеспечивающего развитие личности с учетом физиологических и интеллектуальных способностей, удовлетворение ее потребностей и возможностей.Основы формирования образа жизни человека закладываются в период его детства. Поэтому очень важно именно в школьные годы воспитать у ребёнка такой образ жизни, такой тип поведения человека в жизненных ситуациях, который способствовал бы сохранению и укреплению здоровья во все периоды жизни. В соответствии с законом «Об образовании в РФ» здоровье школьников отнесено к приоритетным направлениям государственной политики в области образования.Система, образования несет свою, и немалую долю ответственности заздоровье подрастающего поколения. Больше половины активного времени жизни школьник проводит в школе или занимается школьными делами. Поэтому гигиенические условия обучения, организация педагогического процесса, психологическое воздействие педагогов и другие факторы определяют, как и в какой степени влияет школа на здоровье своих учеников.

В нашейшколе работает небольшой, сплоченный коллектив. Это профессионалы не только в учебной, но и в воспитательной работе.
Девизом работы нашей школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся можно использовать слова Карлейля: «Здоровый человек – самое драгоценное произведение природы», следовательно, основную цель мы видим в формировании у учащихся ценностного отношения к своему здоровью, воспитании культуры здорового образа жизни, в приобщении к занятиям физической культурой и спортом.
Исходя из цели, мы разработали проект «Школа – территория здоровья», который призван реализовать основные направления деятельности школы для защиты здоровья детей и воспитания у них стремления к здоровому образу жизни.
Основными видами деятельности по проекту являются диагностика, профилактика и коррекция, консультирование. Она включает в себя следующие направления по формированию ЗОЖ:
- Организация учебного процесса в соответствии с требованиями санитарных правил и норм.
- Работа коллектива школы по социальной адаптации учащихся и сохранению их физического и психологического здоровья.
- Внеклассная работа по формированию навыков здорового образа жизни.
- Медицинское обслуживание учащихся медицинскими работниками ЦРБ.
- Организация горячего питания.
- Сотрудничество с заинтересованными учреждениями и организациями.
Реализация работы данных направлений осуществляется с учетом результатов мониторинга здоровья, мнений и запросов всех участников учебно-воспитательного процесса.
Для эффективной работы по сохранению и укреплению здоровья школьников мы проводим анкетирование участников УВП, обобщенные результаты которого позволяют администрации школы «держать руку на пульсе»: мы знаем запросы учащихся, определяем проблемы, актуальные для всех участников, возможные пути их решения. Здоровьесберегающее пространство школы включает две взаимосвязанные структуры: организацию учебного процесса и организацию воспитательного процесса.В нашей школе установились особые традиции, которые способ­ствуют благоприятному психологическому климату и пропа­ганде здорового образа жизни:

* Турслет (проводится в конце мая с разно­образными конкурсами, эстафетами, сплачивает классные коллективы и дает навыки выживания в экстремальных ситуациях).
* День детства (праздник проводится в мае, своеобразное прощание с детством; проживание этого дня способствует спло­чению школьного коллектива, переживанию общей радости).
* Посвящение в первоклассники и пятиклассники (способствует успешной адаптации детей в новых условиях).
* День самоуправления (тренинг принятия ответственности на себя).
* Спортивные состязания.
* День Здоровья (проводится перед каждыми каникулами).
* Акции по формированию здорового образа жизни
* Ежегодные тематические праздники, декады (способствует проявлению творческого мастерства ученика и классного коллек­тива в целом).
* Школьные научно-практические конференции (школьного научного общества «Планета талантов»).
* Проводятся классные часы с приглашением специа­листов (врачей, наркологов).

Хороший микроклимат, организационная культура и эф­фективная управленческая команда - все это помогает комплексно решать вопросы развития личности и здоровьесбережения как ученика, так и педагога.

Таким образом, в МБОУ «Спасская средняя школа» ежегодно проводится систематическая плановая работа по сохранению и укреплению здоровья обучающихся и педагогов, организации рационального питания школьников, проведению оздоровительных и просветительских мероприятий, формированию у школьников навыков организации здорового образа жизни посредством развития здоровьесберегающей среды. Система комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья в школе традиционно состоит из следующих направлений:

**1.организация здоровьесберегающего пространства:**

**1.1.рациональная организация образовательного процесса**. На протяжении 8 лет школа работает по модульной системе организации учебно-воспитательного процесса - это альтернативный режим обучения.Педагоги и  родители очень хорошо знают, как резко снижается здоровье наших детей, стоит им пойти в школу. Медики, как оказалось, тоже думают об этой проблеме. В середине прошлого века исследования зарубежных ученых показали, что работоспособность учащихся существенно снижается после 5-и недель учебных занятий. Именно поэтому и была предложена альтернативная структура учебного года, предполагающая регулярное чередование учебного и каникулярного времени: 5-6 недель учебы сменяются недельными каникулами.Во-первых, этот режим лучше соотносится с биологическими ритмами человека. Ведь известно, что каждые пять-шесть недель людям требуется смена деятельности. В нашем случае учеба сменяется отдыхом и различными культурно-массовыми мероприятиями, которые мы стараемся провести именно в каникулы. Во-вторых, можно без толчеи и очередей ходить в музеи, кинотеатры, театры, выезжать в город — ведь каникулы в других школах проходят в другое время. Считаем, что при новой системе ученики лучше учатся и имеют возможность больше отдыхать. Но совсем не обязательно, чтобы они во время каникул бездельничали. В школе в это время проводятся консультации и культурно-массовые мероприятия, так что ребята могут прийти и позаниматься дополнительно, особенно, если чувствуют в этом необходимость и если у них есть такое желание.

**1.2.спаренные уроки для обучающихся 5-11 классов**. В нашей школе осуществляется модульный подход к составлению расписания, который мы практикуем уже около 4 лет. Расписанием в основной и средней школе предусмотрены спаренные уроки, которые предоставляют достаточно времени для погружения и углубления учащихся в учебный предмет, который (в свою очередь) строится на обучении школьников самостоятельно добывать знания, сопоставлять, сравнивать и делать выводы, развивать свободное творчество, создавать благоприятный психологический климат, формировать совместные рабочие группы для делового сотрудничества. Спаренные уроки позволяют снизить многопредметность в течение дня и недели, что в свою очередь облегчает подготовку домашнего задания, сокращает его объем пропорционально количеству пар в день, повышает частоту опроса и качество знаний, и высвобождает время учащихся для оздоровления, расширения кругозора, повышения культурного уровня, а также делает возможным для учителя основную часть учебного процесса посвятить групповой и индивидуальной работе. Исходя из этих преимуществ, преподаватель больше времени может уделить одаренным и слабым учащимся.

**1.3**.**использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности:** организация подвижных перемен в начальной школе, регулярное проведение динамических пауз на уроках, проветривание классовна переменах. На уроках и внеурочных занятиях систематическое проведение физкультминуток в качестве средства улучшения состояния здоровья, сохранения душевного спокойствия, устранения психической напряженности, снижения нервной усталости;соблюдение рекомендованного нормами СанПиН объёма домашнего задания.

**2. физкультурно-оздоровительной работы:**

Здоровье – это не только отсутствие болезни, но и физическое, психическое и социальное благополучие. Здоровый во всех отношениях человек счастлив, ибо имеет возможность совершенствоваться, получать удовлетворение в процессе учебы и труда.
Физкультурно–оздоровительное направление в школе выбрано приоритетным, это обусловлено спортивными традициями, которые сохраняют и умножают учителя физической культуры. Благодаря хорошему оснащению спортивного зала сегодня наши учащиеся имеют возможность заниматься игровыми видами спорта, легкой атлетикой и лыжами. Это позволяет удовлетворить интересы учащихся, позволяет каждому раскрыть свои способности.
Учащиеся школы всегда активно участвуют в районных соревнованиях , праздниках, в школьных мероприятиях «Мама, папа, я – спортивная семья», «Веселые старты», «Дни здоровья». Дни здоровья проводятся в школе через каждые 5 недель в разных формах (легкоатлетические эстафеты, спортивные игры, туристические слеты, веселые старты, спортивные праздники и другие). Работают спортивные секции, проводятся спортивные соревнования между классами. Ежедневно для учащихся начальной школы проводится утренняя зарядка перед началом учебных занятий.Обучающиеся школы активно участвуют в районных и зональных спортивных соревнованиях. В летний период обучающиеся участвуют в туристических походах.Ежегодно ученики 6,7 классов принимают участие в Президентских состязаниях, где показывают хорошие физическую подготовленность Результатом такой работы является то, что школа часто становиться призером или победителем районных президентских состязаний.Еще одним условием успешной работы по формированию здорового образа жизни является привлечение к ней родителей и жителей села. Работа по формированию ЗОЖ в школе всегда проводится в тесном сотрудничестве с родителями, ведь основа воспитания культуры здорового образа жизни закладывается в семье. Работа с родителями строится по двум направлениям: просвещение самих родителей и активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми.

Из выше изложенного можно сделать вывод, что в оздоровительных целях созданы условия для удовлетворения биологической потребности детей в движении. В общей сумме время физической активности ученика составляет не менее 2-х часов в день. Такой объём достигается благодаря проведению гимнастики перед началом учебных занятий, физкультминуток на уроке, подвижных игр во время перемен, уроков физкультуры, внеклассных спортивных занятий и соревнований, дней здоровья, самостоятельных занятий физкультурой.Неукоснительно соблюдается продолжительность перемен. Между уроками ребята отдыхают не менее 10 минут, а после второго и третьего урока – 20 минут.При этом в обязательном порядке выполняются следующие требования: максимальное использование свежего воздуха, проведение подвижных игр на свежем воздухе. Этому способствует наличие игровой площадки для 1-5 классов, и спортивного городка на территории школьного двора.Систематическое пребывание на открытом воздухе оказывает закаливающее, оздоровительное воздействие на школьников. Если по объективным причинам выход на улицу невозможен, ученики могут снять напряжение и подвигаться в рекреациях.

**3. медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья:** В школе имеется медицинский кабинет. Школу обслуживают квалифицированные врач и медсестра ГБУЗ «Спасская ЦРБ» . Все профилактические прививки, диспансеризацию и медосмотры осуществляются планово и своевременно по утвержденному графику. 100% учащихся ежегодно и своевременно проходят плановую диспансеризацию и медицинские осмотры на базе районной больницы. Оказывается первичной доврачебной помощи всем учащимся 1-11 классов. Постоянно проводится мониторинг состояния здоровья школьников. Наблюдение за состоянием здоровья проводится и среди педагов школы. Они ежегодно проходят плановые медицинские осмотры.

В целях профилактики проведятся мероприятия, направленные на соблюдение санитарно-гигиенического, противоэпидемического режима согласно приказам и рекомендациям Роспотребнадзора и управления образования;просветительско-воспитательная работа с учащимися, родителями, педагогами, направленная на формирование понятий ценности ЗОЖ;обеспечение безопасности жизнедеятельности; систематический мониторинг соответствия требованиям организации безопасного образовательного процесса. Также с целью соблюдения противоэпидемического режима в каждый класс закуплены ионизаторы воздуха, которые очищают воздух в помещении.

**4. Организация питания**

 Организация горячего питания в нашей школе — это комплексные завтраки и обеды. В 2014 году была проведена модернизация школьной столовой в рамках капитального ремонта школы. Закуплено новейшее технологическое оборудование: пароконвектомат, котёл для нагревания воды с системой очистки, холодильное оборудование, шкафы для хлеба, специальные столы для грязной посуды, пищевых отходов, моечные ванны. Приобретена специальная современная мебель (столы и стулья), новая посуда, модуль для столовых приборов.

Администрацией школы ежегодно в течение учебного года проводятся родительские собрания и классные часы по пропаганде здорового питания, необходимости ежедневного горячего питания. С целью обеспечения всех учащихся школы горячим питанием проводились рекламные акции, демонстрировались рекламные ролики, презентации на экране плазменной панели в фойе школы. Для всех учащихся в зависимости от расписания занятий был составлен график питания, в столовой было организовано дежурство учителей и администрации. Охват горячим питанием в школе составляет 90% от общего числа обучающихся.

**5. Профилактика травматизма.**

В течение учебного года в соответствии с планом работы школы велась систематическая профилактическая работа по предупреждению детского травматизма. В школе создана необходимая материально-техническая база для изучения теории и отработки ситуационных навыков безопасного поведения в школе, на улице и дороге. В кабинетах оформлены уголки безопасности, за каждым обучающимся закреплено рабочее место. В соответствии с требованиями вопросы профилактики детского травматизма включены в функциональные обязанности инженера по охране труда и заместителя директора по учебной и воспитательной На заседаниях МО, совещаниях при директоре рассматривались вопросы профилактической направленности. Запланировано рассмотрение вопросов на совещаниях среди педагогов по привитию навыков безопасного поведения на улицах и дорогах с привлечением сотрудников ГИБДД. С родителями и учащимися регулярно проводились беседы, встречи по теме профилактики на общешкольных мероприятиях (на заседаниях Совета школы и общешкольного родительского комитета), родительских собраниях. На заседаниях Совета школы рассматривались вопросы детской дорожной безопасности, разъяснялась необходимость ежедневного напоминания детям о соблюдении правил поведения на уроках, переменах, в спортивном зале школы, безопасного дорожного движения, поведении на дорогах. На общешкольных и классных собраниях, посвященных началу и окончанию учебного года, особое внимание уделялось разъяснение безопасного поведения учащихся на дорогах во время учебного процесса, во время каникул. Для проведения бесед с учащимися приглашались работники ГИБДД, ОВД. Работа по профилактике детского травматизма проводилась и во внеурочное время. План профилактических мероприятий по предупреждению травматизма включен в общешкольный план воспитательной работы. В соответствии с планом проводились различные мероприятия, в ходе которых были организованы месячники и декадники по безопасности дорожного движения, конкурсы рисунков викторины, смотры знаний по ПДД и т.п.

В планы воспитательной работы 1-11 классов каждым классным руководителем включены разнообразные мероприятия по профилактике травматизма. При проведении таких мероприятий использовались разнообразные методы и приемы: лекции, беседы, встречи, спартакиады, смотры, предметные недели, просмотр фильмов и другие виды деятельности. Педагоги школы уделяли большое внимание воспитанию учащихся, совершенствованию внеклассной воспитательной деятельности с детьми по вопросам профилактики.

Большое внимание уделялось занятости учащихся в каникулярное время. Каждый классный час по окончанию учебного семестра, учебного года обязательно сопровождался проведением инструктажа по ТБ на темы «О безопасности перемещения по улицам и дорогам», «О правилах поведения во время поездок на транспорте», «О правилах перехода улиц», «О правилах поведения на воде» и т.д. (с обязательной записью в журнале по ТБ).

Подводя итог вышесказанному, необходимо отметить, что эффективность работы в плане оздоровления учащихся путём приобщения их к здоровому образу жизни, повышения потребности двигательной активности и совершенствования физической и нравственной культуры полностью подтверждаются. Об этом говорит тот факт, что число учащихся, занимающихся в специальной медицинской и подготовительной группе , с каждым годом становится меньше.Управленческая деятельность связана с анализом и оцениванием результатов достижения целей. Речь идет об анализе деятельности школы по осуществлению на практике мероприятий, направленных на создание организационно-педагогических, материально-технических, санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения. Оценка результатов достижения целей состоит в сравнительном соотнесении замыслов, сформулированных на этапе целеполагания, с появившимися после осуществления деятельности по здоровьесбережению изменениями в соответствии с прогнозируемой личностью ученика.Мы полагаем, что работа школы по здоровьесбережению сохранит и укрепит телесное, физическое и нравственное состояние педагогов и учащихся.

**Авторы статьи: Чавкина Валентина Николаевна – директор школы**

 **Жукова Светлана Леонидовна – заместитель директора**

 **Козлова Елена Александровна- заместитель директора**

 **Домнина Марина Александровна – заместитель директора**