**Описание опыта решения проблемы сохранения и укрепления здоровья в МКОУ «ООШ с. Желтый Яр»**

Можно ли обучать детей так, чтобы сохранилось или даже укреплялось состояние их здоровья? Теоретически – да, практически – не получается. Врачи-педиатры, наблюдающие состояние здоровья школьников, а также данные государственной медицинской статистики свидетельствуют о негативных изменениях в организме учащихся в процессе их обучения в школах разного типа. Еще в начале ХХ века основоположник отечественной школьной гигиены Ф.Ф.Эрисман внес понятие «школьные болезни», возникновение которых обусловлено обучением детей. К этим болезням им было отнесена близорукость (нарушение зрения), а также сколиоз (боковое нарушение позвоночника) и анемия (низкий уровень гемоглобина в крови). В современных условиях «школьные болезни» сохраняются, хотя их структура изменилась.

В настоящее время дети очень мало бывают на свежем воздухе, снижена их двигательная активность, недостаточно занимаются физическим трудом, а большую часть досуга проводят в помещении за просмотром телепередач и видеофильмов, играют на компьютерах и различных гаджитах . Одной из важных характеристик образа жизни является питание, которое не всегда полноценно. На здоровье детей неудовлетворительно влияет несоблюдение гигиенических норм, естественного и искусственного освещения рабочих мест, несоответствие размера школьной мебели росту учащихся, усложнение учебных программ и общей нагрузки учащихся.Статистические данные по школе свидетельствуют об увеличении детей со стойкими хроническими заболеваниями, рост близоруких детей. Медицинские осмотры юношей призывного возраста показывают, что половина из них нездорова. У наших школьников чаще выявляются нервно-психические расстройства как предпатологические и патологические состояния.

К другим заболеваниям, часто возникающим у школьников, относятся нарушение зрения (миопия, рефракционная или осевая, и т.д.), болезни костно -мышечной системы (сколиоз, патологический кифоз или лордоз, плоскостопие) Росту заболеваемости и инвалидности, способствует ухудшение материально-технического обеспечения спортивной базы школы, отсутствие для большинства детей возможности оздоровления и полноценного отдыха в летнее время, использование компьютерной техники низкого качества.

Опыт некоторых школ показывает, что создание благоприятной образовательной среда способствует не только прочным знаниям, но и одновременно способствует укреплению здоровья школьников. Реализация программы «Здоровье» позволяет комплексно осуществлять систему мер, направленную на улучшение состояния здоровья учащихся.

В МКОУ «ООШ с. Желтый Яр» накоплен большой опыт по здоровьесберегающей деятельности. Для педагогического коллектива школы здоровье – это одна из базовых профессиональных ценностей. Коллектив школы ориентирован на поиск и внедрение здоровьесозидающих технологий и на обеспечение высоких достижений учащихся за счет подбора адекватных технологий педагогической деятельности, а не увеличения нагрузки учащихся. В школе реализуется программа «Здоровье» с 2006 года (2006-2009, 2009-2012, 2013-2015 ). Эта работа осуществляется по следующим направлениям:

-формирование ценностного отношения учащихся к проблемам здоровья;

-осуществление мониторинга здоровья учащихся;

-реализация систем спортивных мероприятий и двигательной активности учащихся как компонента воспитательной работы школы;

-организация рационального питания ;

-создание материально-технического обеспечения формирования здорового образа жизни и развитии физической культуры учащихся.

Урочная и внеурочная деятельность дополняют друг друга и направлены на укрепление здоровья детей. Программы физкультурно -оздоровительной направленности и спортивно-массовые мероприятия реализуются и через систему организации досуга учащихся. Они также являются важным моментом здоровьесберегающей деятельности. Большое внимание уделяется организации динамических пауз, как вовремя уроков, так и вне.

В школе работает группа продлённого дня (1-5 классы), где воспитатели не только помогает ребятам выполнить домашние задания, но и ведёт различные кружки, дополнительные занятия и организовывают различные мероприятия. Школа является активным участником различных спортивно -массовых мероприятий, в которых задействованы все участники образовательного процесса . В школе работают спортивные секции, налажена реализация системы просветительской работы по формированию у учащихся и родителей культуры отношения к своему здоровью.

Не только физическому, но и духовному воспитанию, как одному из механизмов оздоровления и воспитания подрастающего поколения уделяется значительное внимание.

Диагностические мероприятия:

- составление социального портрета школы (классов);

- выявление подростков, нуждающихся в психологической и социально -педагогической помощи.

Профилактические мероприятия:

- совместная работа с ПДН, КДН с неблагополучными семьями;

- проведение мероприятий по профилактике вредных привычек,

- проведение индивидуальных консультаций для родителей, испытывающих трудности в воспитании детей

За счет сетевого взаимодействия школы с социальными партнерами значительно расширен круг различных услуг здоровьесозидающего характера.

Проведя анализ физически-психологического-нравственного самочувствия школьников с точки зрения здоровьесберегающей среды, мы выделили ряд проблем по сохранению и укреплению здоровья обучающихся:

- физическое здоровьяе детей( 6% учащихся приобрели различные заболевания в период нахождения в школе);

-создание положительного психологического климата (в школе обучаются обучающиеся по адаптированной программе);

-организация социально-профилактической работы с учащимися (появились дети, состоящие на учёте );

- создание условий для организации инклюзивного образования;

-формирование культуры здоровья участников образовательного процесса (обучающихся, родителей).

-улучшение материально-технической базы для формирования здорового образа жизни и развитии физической культуры учащихся.

Для решения вышеперечисленных проблем необходимо создание в школе условий, обеспечивающих реализацию в ОО системной эффективной здоровьесберегающей среды.

Решение данных проблем возможно, благодаря разработанной в МКОУ «ООШ с. Желтый Яр» программе «Здоровье» (в рамках программы развития школы), направленной на создание здоровьесберегающей среды и на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса. Эта программа опирается на существующие научно обоснованные подходы к организации здоровьсозидающей образовательной среды. Кроме того, существенным условием для решения вышеперечисленных проблем является наличие в школе хороших специалистов, нацеленных на реализацию здоровьесберегающей деятельности, использованию в образовательном процессе современных здоровьесберегающих технологий).

Для достижения эффективных результатов необходима согласованная работа всех специалистов: совместная работа в данном направлении со

специалистами районных структур (ЦРБ, Центр реабилитации несовершеннолетних , КДН, и др.), обеспечивающая единое организационно-методическое сопровождение школы, и целенаправленное и планомерное включение ресурсов района в здоровьесберегающую деятельность ОУ

**Цели программы**

Создание санитарно-гигиенических и других условий здоровьесбережения, учитывающих индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся.

Построение здоровьесберегающей образовательной среды, функционирующей на основе идеологии культуры здоровья, предполагающей формирование здорового образа жизни и организацию здоровьесберегающего уклада школы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №  | Мероприятия | Сроки реализации | Ответственный |
| 1 | Разработка локальной нормативно-правовой базы для организации работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся | 2017 г.  | директор школы |
| 2  | Создание информационного и материально-технического обеспечения здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения | 2017 - 2018  | администрация  |
| 3  | Проведение системы тренингов, направленных на профилактику эмоционального выгорания и профессиональной деформации педагогов | ноябрь каждого учебного года | зам. директора по УВР |
| 4 | Проведение воспитательных и спортивных мероприятий, обеспечивающих формирование здорового образа жизни | ежегодно | зам. директора по ВР |
| 5 | Применение на уроках здоровьесозидающих технологий:ФОТ,ЗОТ,МГТ | 2015 – 2018 | зам. директора по УВР учитель физкультурыучителя- предметники медицинская сестра |
| 6 | Систематическая диагностика состояния здоровья обучающихся  | ежегодно, сентябрь,  | группа сопровождения |
| 7 | Контроль за выполнением норм СанПиН и охраны труда | ежегодно, 1 раз в четверть | зам. директора по УВР и завхоз |
| 8 | Анализ состояния здоровья учащихся  | ежегодно, 1 раз в год  | медработники, кл. рук  |
| 9 | Корректировка учебной программы по физической культуре в соответствии с результатами анализа здоровья учащихся | ежегодно, 1 раз в четверть | учитель по физической культуре |
| 10 | Проведение спортивных перемен  | Постоянно | зам. директора по ВР |
| 11 | Организация внеклассной работы по физической культуре после уроков  | постоянно | зам. директора по ВР |
| 12 | Проведение традиционных общешкольных спортивных соревнований и спортивно-оздоровительных мероприятий  | в течение учебного года | зам. директора по ВР |
| 13 | Организация и проведение выездов за город, туристических слетов и походов, Дней здоровья с привлечением родителей учащихся | ежегодно, 1 раз в четверть | зам. директора по ВР |
| 14 | Содействие медицинским работникам в проведении медико-профилактических мероприятий  | постоянно | директор школы |
| 15 | Создание системы информированности родителей о результатах анализа состояния здоровья и профилактической работы в школе по оздоровлению детей | ежегодно | зам. директора по ВР |
| 16 | Организация и проведение лекций и родительских собраний по проблемам возрастных особенностей обучающихся  | ежегодно, 1 раз в четверть | зам. директора по ВР |
| 17 | Внедрение в образовательный процесс малых форм физического воспитания (физкультурные паузы, подвижные перемены, часы здоровья) | постоянно | зам. директора по ВР |
| 18 | Профилактика травматизма  | постоянно | зам. директора по ВР, служба сопровождения |
| 19 | Проведение промежуточной аттестации в щадящем режиме с учетом здоровья учащихся | постоянно | зам. директора по УВР |
| 20 | Обеспечение внутренней и антитеррористической безопасности и охраны труда | постоянно | директор |
| 21 | Создание зон отдыха и психологической разгрузки для обучающихся  | 2017 - 2021  | зам. директора по УВР и ВР,  |
| 22 | Осуществление выборочного косметического ремонта учебных и служебных помещений | 2017 - 2021  | завхоз |
| 23 | Обновление ученической мебели в кабинетах и классах школы  | по мере возможности | завхоз |
| 24 | Поддержание здания ОУ в хорошем состоянии (ежегодные косметические ремонты, замена элементов систем водоснабжения, теплоснабжения, канализации, электрооснащения и др.)  | ежегодно | завхоз |
| 25 | Преодоление адаптационного периода детей при поступлении в первый класс в щадящем режиме | начало учебного года | зам. директора по УВР, служба сопровождения |
| 26 | Организация специальных занятий с дошкольниками по подготовке к школе | март | зам. директора по УВР  |
| 27 | Лекции для родителей будущих первоклассников «Как подготовить ребенка к школе»  | в течение учебного года | зам. директора по УВР |
| 28 | Обеспечение качественным горячим питанием учащихся  | ежедневно | директор школы повар |
| 29 | Организация и проведение недель здоровья с привлечением специалистов, партнёров, родителей учащихся | ежегодно,1 раз в год  | директор школызам. директора по УВР, зам. директора по ВР, классные руководители |
| 30 | Организация инклюзивного образования | в течение учебного года | зам. директора по УВР |
| 31 | Реализация ОЗОЖ отдельным предметом 1-7 классы  | с 2018-2019 уч. года | зам.директора по УВР, учителя начальной школы, учитель биологии |
| 32 | Интегрированный курс ОЗОЖ 8-9 классы  | с 2018-2019 уч. года | зам. директора по УВР, учителя-предметники |