

# Школа содействия здоровью

**Тамара  
Нехаева,**  
*заместитель  
директора  
по учебно-воспита-  
тельной работе  
средней  
общеобразовательной  
школы № 36*

Учитель многое может, и если всё,  
что он может сделать для укрепления  
здоровья школьников, он осуществляет,  
дети вырастут такими, какими мы все хотим их  
видеть — хорошими, умными и здоровыми.

*С.М. Громбах*

**З**доровье детей — это политика, в которой заложено наше будущее, поэтому перед обществом стоит задача воспитать здоровое поколение. Реализация этой задачи в первую очередь ложится на плечи современной школы. Именно школа должна заложить тот самый жизненный «фундамент», который помог бы детям противостоять воздействиям окружающей среды.

Школа — это место активной деятельности ребёнка, наиболее интенсивного периода его развития, и в соответствии с законом Российской Федерации «Об образовании» должна создавать условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья учащихся.

Но часто в погоне за интеллектуальным развитием, высокой образованностью теряется основа для полноценного развития личности — её физическое и духовное здоровье. И хотя образовательная функция школы по-прежнему остаётся ведущим аспектом её деятельности, важным фактором в оценке степени и качества обученности остаётся состояние здоровья школьника.

Под «Школой здоровья» мы понимаем вид государственного учреждения, который реализует как программу средней общеобразовательной школы, так и обеспечивает комплексное решение задач по образованию, оздоровлению учеников с проблемами здоровья и профилактике заболеваний.

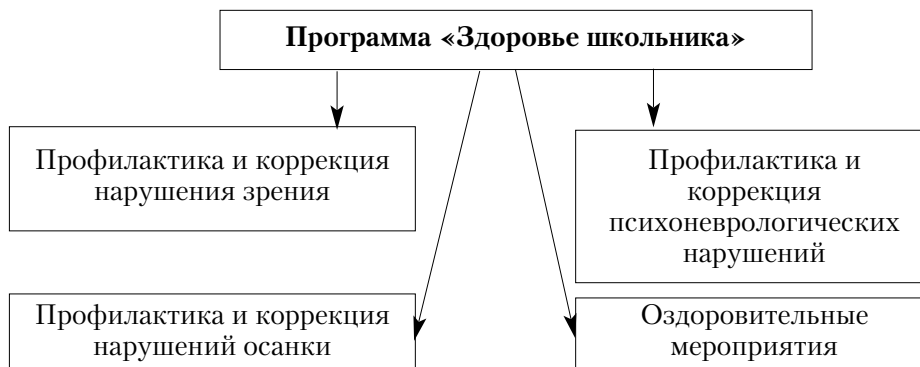
Наша школа работает над созданием условий для сохранения здоровья учащихся, механизма формирования здоровьесберегающей среды, обеспечения равновесия между адаптивными возможностями организма

и постоянно меняющейся средой. Школа выступает как единое образовательное пространство, где взаимодействуют педагоги, дети и их родители.

Основа формирования здоровьесберегающей среды нашей школы — создание комплексной стратегии улучшения здоровья — Программа «Здоровье школьника». Механизм реализации Программы предусматривает ежегодное формирование документов: комплексно-целевых программ, плана работы на год, локальных актов, подпрограмм, ежегодного анализа и корректировки.

Управление Школой здоровья осуществляется на основе исследовательского подхода и обеспечено нормативно-правовой базой: Положением о Школе здоровья, Положением о Совете Школы здоровья, Положением о Школьном оздоровительно-реабилитационном центре, комплексно-целевой программой «Здоровье школьника».

Система мероприятий по сохранению здоровья детей во время образовательного процесса осуществляется с учётом ведущих форм патологий по следующим направлениям:



В течение всего времени идёт поиск оптимальных форм, методов, средств по сохранению и укреплению здоровья школьников.

Практика школы показала следующие данные: 82% учащихся говорят о том, что им в школе «интересно и радостно»; 81,3% учителей дают положительную оценку инновационным процессам в школе; заболеваемость коллектива снизилась в 1,5 раза, учащихся — в 1,3 раза; в 3 раза увеличилось число детей, участвующих в олимпиадах, творческих конкурсах, соревнованиях.

По результатам анализа показателей состояния здоровья наша обычная, традиционная и к тому же перегруженная школа создала систему мер для обеспечения усвоения глубоких и прочных знаний и одновременно сохранения физического и духовного здоровья детей, где особо учитывается индивидуальность личности. Педагогическая система школы предполагает использование методик обеспечения психолого-медико-социального сопровождения учащихся на каждом возрастном этапе, постоянная диагностика состояния здоровья, проведение мероприятий по формированию здорового образа жизни школьника, эффективная коррекционная и реабилитационная работа по медицинским показателям.

Разрабатываемая нами модель управления «Школа здоровья» преследует цель: имея собственные практические наработки и используя опыт,

накопленный коллегами, воплотить идею сохранения и улучшения здоровья в соответствии с нынешними представлениями. Освоение педагогическим коллективом современных технологий в управлении школой в учебном процессе создали реальные предпосылки для реализации этой модели.

Практический результат этих действий — превращение общеобразовательной школы в «Школу здоровья», где решение учебных и воспитательных задач не вступает в противоречие с возможностями школьника. Нельзя одними приказами внедрить программу «Школы здоровья», поэтому ведётся кропотливая системная работа по формированию потребностей, мотивации здоровья и поведенческих навыков здорового образа жизни среди всех участников педагогического процесса.

Забота о здоровье стала в школе системообразующей, и относительно её рассматриваются вопросы управления, организации научно-методической работы, проблема внедрения новых технологий учебных и воспитательных программ.

Педагогический коллектив школы принял решение о разработке модуля здоровья в программе «Школы здоровья», результатом реализации которого становится внедрение валеологического сопровождения в образовательно-воспитательном процессе. Сущность валеологического сопровождения — это комплекс мер по сохранению и формированию соматического, социального и духовного здоровья учащихся, их родителей и педагогов, проводимое на базе учебного заведения.

В рамках валеологического образования у учащихся формируются потребности в здоровье, сущности здорового образа жизни и вырабатываются индивидуальные способы валеологически обоснованного поведения. Комплексная и системная работа школы по сохранению и укреплению здоровья учащихся позволяет удовлетворить социальный заказ всех участников образовательного процесса, сформировать культуру здоровья и заложить основы здорового образа жизни.

Понимая здоровье как состояние физического, психологического и социального благополучия человека, все участники образовательного процесса определили свои действия как обеспечение условий и реализация средств здоровьесберегающего сопровождения учебно-воспитательного процесса. Учебный план дополнен предметами, способствующими мотивации ЗОЖ у школьников:

«Я и моё здоровье» — 1–4-й классы, факультатив;

«Валеология» — 5–8-й классы, ИГЗ;

«Моё здоровье» — 9-й класс, элективный курс;

«Младшая медсестра» — 10–11-й классы, элективный предмет, профильные классы.

Учебный процесс строится на основе тщательного прогнозирования, разумного создания новых интегрированных прикладных курсов, призванных не только развивать детей, но и помогать им в овладении базисным образованием.

Школа выступает как единое образовательное пространство, где взаимодействуют все участники педагогического процесса. Приказом Управления образования и науки Тамбовской области №1074 от 12.07.2006 года школа объявлена **областной экспериментальной площадкой** по теме: «Образовательная среда как определяющий фактор формирования

здорового образа жизни». Проводимый эксперимент позволяет осуществлять валеологизацию всего учебно-воспитательного процесса, реализовать модель Школы здоровья, накопить значительный научно-методический материал, выработать критерии эффективности и наметить пути дальнейшей работы. В целях распространения инновационных методик, технологий, образцов проектного менеджмента приказом комитета образования администрации города Тамбова школе присвоен статус школы-лаборатории инновационного развития «Сохранение и укрепление здоровья школьника в условиях развития школы».

На обеспечение эффективной интеграции здоровьесберегающих технологий направлена тематика педагогических советов, семинарских занятий, методических недель. В школе реализуются подпрограмма Программы развития по профилактике вредных привычек в школе «Молодёжь — за здоровье нации», проект «Мы выбираем жизнь», подпрограмма «Профилактика употребления психоактивных веществ в образовательном учреждении», мини-проект «Создание волонтёрского отряда школьников», «Школьное питание». Это позволило образовательному учреждению в отчётном году принять участие в городском конкурсе «Лучшее образовательное учреждение года» в номинации «Лучшее общеобразовательное учреждение по организации питания», «Лучшая школа по организации образовательно-оздоровительной работы». Новый подход предполагает, в первую очередь, изменение сознания участников педагогического процесса с ориентацией на ценность здоровья.

Профессиональные интересы педагогов и врачей сближает поиск путей создания благоприятных условий для формирования, развития и сохранения здоровья школьников. С ноября 2003 года в школе работает **Школьный оздоровительно-реабилитационный центр**.

Реабилитационный центр — структурное подразделение школы. Штат медицинского персонала предусматривает три ставки медицинских сестёр и ставку врача. В настоящее время в школе работают врач и 4 медицинские сестры. Ими проводится подготовка и организация ежегодных медицинских осмотров учащихся. Этому сопутствует определённый объём доврачебных обследований по скрининг-программам, которые включают:

- контроль за детьми диспансерной группы;
- амбулаторный приём;
- учёт заболеваемости и ежедневный контроль за организацией питания в школе.

За основу диагностической работы медицинского персонала школы взят трёхэтапный скрининг: школьная медсестра-врач-педиатр-врач-специалист. Кроме скрининга обязательны методы, диагностирующие уровень адаптации ребёнка к окружающей среде.

В центре открыты кабинеты: лечебного массажа, лечебной физкультуры, коррекции зрения, физиотерапевтический кабинет, стоматологический кабинет, процедурный кабинет, кабинет врача, тренажёрный зал. В перспективе планируется открыть фитобар. Посещение кабинетов осуществляется по утверждённому расписанию, которое не нарушает учебно-воспитательный процесс в школе. Детская поликлиника им. В.Ковалева оказывает методическую помощь в работе школьного реабили-

тационного центра, организует и проводит совместно со школьным медицинским персоналом обследование детей.

Деятельность реабилитационного центра направлена на оздоровление детей, часто болеющих, имеющих нарушения в носоглотке, функциональные изменения осанки и стопы, органов зрения. Ежегодно до 90% учащихся школы дважды проходят оздоровительные процедуры в реабилитационном центре.

Результаты отчёта о работе ШОРЦА показали, что 29% учащихся получили массаж; 65% получили лечение в кабинете ФК, 100% — лечение ЛФК, 4% осуществили лечение в кабинете коррекции зрения.

Реабилитация составляет единое целое с комплексом мероприятий по первичной профилактике и строится с учётом индивидуальных особенностей личности школьника, своеобразия патологических, морфологических и функциональных изменений.

Для обеспечения научного подхода в организации образовательного процесса, оценки физического состояния организма школьников, определения их резервных возможностей и уровня работоспособности в школе широко используется **мониторинг состояния здоровья обучающихся**. Мониторинг позволяет оценить правильность выбранного пути, используемых программ, привлечь внимание самих школьников к проблеме своего здоровья.

Диагностика состояния здоровья по результатам диспансеризации за последние три года показала, что процент хронических заболеваний снизился на 2%.

2005 год	2006 год	2007 год
156%	143%	141%

Изучение физического развития показало, что на 3,9% увеличилось количество учащихся, гармоничных по физическому развитию. Отмечается снижение числа заболеваемости по отдельным патологиям:

- заболевания органов зрения уменьшилось на 1%;
- центральной нервной системы — на 0.4%;

По результатам медицинского осмотра за последние три года в школе отмечается позитивная тенденция по основным показателям состояния здоровья:

- заболевания органов дыхания — на 5%;
- заболевания опорно-двигательной системы — на 14%;
- нарушение осанки — на 10%;
- сколиоз — на 1%;
- плоскостопие — на 3%.

В соответствии с выявленными заболеваниями определяется система медицинских и педагогических мероприятий, которые дают положительные результаты по основным показателям заболеваемости учащихся. Долечиваются и оздоравливаются школьники, не отрываясь от учебных занятий, что, в свою очередь, снижает количество пропущенных уроков и учебного материала.

Реабилитационная и профилактическая работа медиков в «Школе здоровья» за три года способствовало снижению случаев острых заболеваний на 42%.

Ежегодно осуществляем комплексную оценку состояния здоровья и физического развития учащихся для составления «Паспорта здоровья». В соответствии с выявленными заболеваниями определяется система медицинских и педагогических мероприятий.

Физическая активность учащихся в школе организована при взаимодополняющем сочетании двух направлений: уроков физической культуры и работы спортивных секций во внеурочное время («больших» форм занятий) и «малых» форм, вводимых в структуру учебного дня для поддержания высокого уровня работоспособности школьников в течение всего времени обучения.

«Малые» формы широко применяются в образовательном процессе учреждения и играют дополнительную роль в системе физического воспитания, способствуют поддержанию высокого уровня работоспособности, двигательной активности детей.

Гимнастика до уроков проводится на протяжении 5–10 минут и не заменяет, а дополняет утреннюю гимнастику. Она имеет своё назначение — подготовить ученика к удержанию рабочей позы, углубить дыхание, сосредоточить внимание. Подвижные игры проводятся на малых переменах в начальной школе.

В системе проводятся физкультминутки на уроках учителями и учениками в старших классах, где учитывается специфика предмета и возрастные особенности детей. В состав физкультминуток включены упражнения по формированию осанки, укреплению зрения и выработке рационального дыхания. На уроках и внеучебных занятиях они вырабатывают у детей умение самостоятельно использовать средства физического воспитания для укрепления здоровья и профилактики заболеваний; формируют у них чувство ответственности за своё здоровье.

Основная ответственность за восполнение двигательной активности учащихся в школе ложится на уроки физической культуры.

На уроках физкультуры учителями используются различные технические приёмы, тактические действия, игры в баскетбол, пионербол, направленные на формирование двигательной активности и развитие физических способностей учеников. По сравнению с прошлым годом шире стали использоваться различные формы организации деятельности учащихся.

Новый подход предполагает, в первую очередь, изменение сознания участников педагогического процесса с ориентацией на ценность здоровья. Так, уже четвёртый год действуют три группы здоровья учителей, что является одним из показателей изменения сознания участников педагогического процесса.

Практическим результатом этих действий стало превращение общеобразовательной школы в «Школу здоровья», где решение образовательных задач не вступает в противоречие с возможностями обучающихся, их физическими, психическими и нравственными возможностями.

Главное, что приобрела школа за последние годы, — это стремление к перестройке своей работы с учётом приоритета, каковым является сохранение и укрепление здоровья учащихся.

г. Тамбов