

## ПРОЕКТИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ ШКОЛЫ

**Татьяна Соломонова**, директор средней общеобразовательной школы № 1 п. Суходол муниципального района Сергиевский Самарской области

На современном этапе школа не только транслирует знания, но и:

- 1) формирует компетентности;
- 2) сохраняет здоровье (ориентирует на здоровый образ жизни);
- 3) помогает получить социальный опыт;
- 4) реализует профилизацию.

Но цена *такого* образования слишком велика: по данном медицинском мониторинга, ежегодно проводимого в школе, за 10 лет обучения почти в три раза увеличивается количество детей, страдающих различного рода заболеваниями, в том числе хроническими.

Из проведённого опроса в социуме МОУ Суходольской СОШ № 1 выявлено, что наряду с формированием прочных знаний и компетентностей, ученики, родители и общественность ставят здоровьесбережение и безопасность жизнедеятельности на ведущее место:

- 85% родителей считают, что школа должна не только давать знания, но и сохранять здоровье ребёнка и учить его действовать в чрезвычайных ситуациях;
- 73% опрошенных *жителей микрорайона* уверены в том, что роль школы — сохранение, укрепление здоровья ученика, обучение умению быстро приспосабливаться к изменяющимся условиям жизни;
- 67% опрошенных *учащихся* считают, что для них важно не только получение знаний, но и сохранение здоровья.

То есть все группы респондентов одной из главных задач школы считают сохранение и укрепление здоровья школьников.

Следовательно, в современном обществе встаёт вопрос о цене образовательных результатов. Одна из причин ухудшения здоровья учащихся — экстенсивность обучения.

При реализации программы развития планируется минимизировать, с учётом возрастных особенностей детей, нежелательное влияние

процесса обучения и воспитания. Также в соответствии с запросом социума Программа предусматривает выстраивание системы обеспечения и самообеспечения учащимися безопасности жизнедеятельности в нестандартных ситуациях.

Таким образом, проектирование здоровьесберегающей среды предусматривает работу по следующим направлениям:

- организация образовательного процесса таким образом, чтобы он наращивал здоровье;
- создание системы обеспечения и самообеспечения учащимися безопасности жизнедеятельности в нестандартных ситуациях;
- повышение двигательной активности в соответствии с принципом возрастосообразности;
- создание методической базы по проблеме укрепления и сохранения здоровья.

### Концептуальные основы

В соответствии с определением Всемирной организации здравоохранения здоровье необходимо рассматривать не только как состояние благополучия, но и как процесс постоянного поддержания этого благополучия. Поэтому, чтобы быть здоровым, необходимо выработать особый стиль жизни, который позволял бы постоянно поддерживать здоровье, т.е. сформировать здоровый образ жизни.

Образ жизни подростка может считаться здоровым, если он не только позволяет ему сохранять и поддерживать здоровье, но и обеспечивает адаптацию к внешне-средовым факторам в трудный период взросления.

Научно-исследовательский институт гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук в статье «Приоритетные направления формирования ценности здоровья и здорового образа жизни современных подростков» («Вестник образования», сентябрь, 2004 г.) в качестве основных выдвигает задачи:

— Выработать и закрепить у детей и подростков в период их обучения в школе осознанное отношение к здоровью, личной и общественной безопасности.

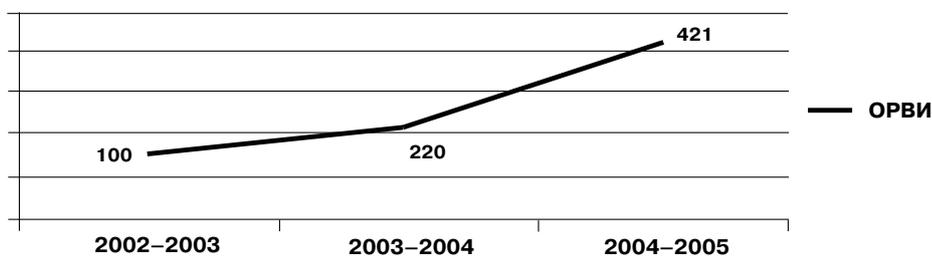
— Повысить двигательную активность детей и подростков через увеличение объёма занятий по физическому воспитанию (до 3–5 часов в неделю) и повышение эффективности занятий.

В связи с трагическими событиями в Беслане Правительство Самарской области поставило задачу сформировать рабочую группу по организации персонала и учащихся образовательных учреждений Самарской области к действиям в чрезвычайных ситуациях.

**Аналитико-прогностическое обоснование**

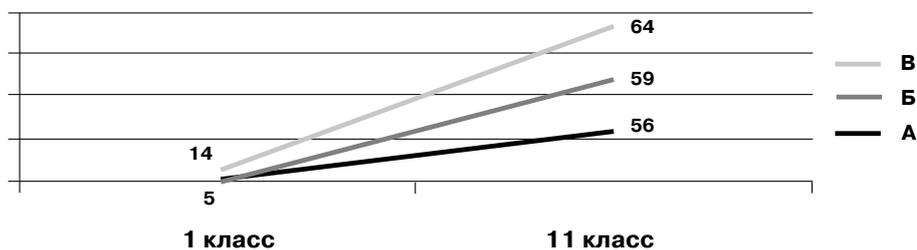
Необходимость разработки программы «Создание здоровьесберегающей среды для укрепления здоровья и безопасной жизнедеятельности учащихся» вызвана следующими данными:

1. Анализ результатов физического состояния учащихся показал:

**Динамика количества учащихся, болеющих ОРВИ****Диаграмма 1**

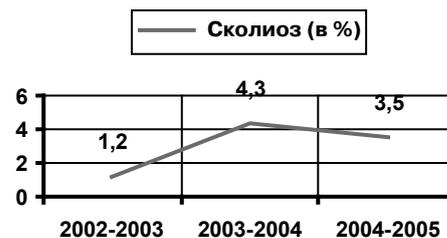
Анализ заболеваемости учащихся показал рост заболеваний, связанных с ослаблением иммунитета и ухудшением физических кондиций.

**В. Взаимосвязь между возрастом и состоянием здоровья обучающихся:**  
чем старше возраст школьников, тем больше процент учащихся, имеющих хронические заболевания

**Диаграмма 2**  
**Динамика хронических заболеваний обучающихся**  
(11 А, 11 Б, 11 В)

Данные графика говорят, в том числе, и об отсутствии целенаправленной системной работы по сохранению здоровья детей.

**С. Динамика основных заболеваний учащихся**  
(количество болеющих учащихся и% от общего количества учащихся)



Данные диаграмм говорят о том, что в 2003–2004 гг. произошло резкое увеличение количества детей с хроническими заболеваниями, с нарушением опорно-двигательного аппарата, но с начала реализации программы развития школы по заявленному направлению (2004–2005 уч. год) значительно снизилось количество детей с названными заболеваниями.

2. В связи с участвовавшими случаями террористических актов родители обеспокоены безопасностью своих детей (по данным социологического опроса, эта проблема волнует 85% родителей), следовательно, существует необходимость обучения детей навыкам действовать в экстремальных ситуациях.

3. По данным Управления ГИБДД ГУВД Самарской области, ежегодно увеличивается количество ДТП с участием детей ( $\approx$  на 13%), по вине самих детей — 28,5% от их общего количества. Среди пострадавших в ДТП 8% относятся к категории велосипедистов. Около 70% ДТП, в которых погибли дети, произошли по вине водителей.

По данным ГИБДД Сергиевского РОВД в 2004 г. 12 детей пострадали в результате ДТП, в 2005 году — 10. Из них 14% — велосипедисты.

В посёлке Суходол большое количество детей имеют велосипеды. Во избежание негативных факторов, указанных выше, был организован кружок «Безопасное колесо»; основная задача которого — вооружить ребёнка знанием Правил дорожного движения.



Данные цифры свидетельствуют о проблеме некачественной подготовки водителей (получение прав, но отсутствие необходимых знаний и умений) и формальном подходе к изучению Правил дорожного движения в образовательных учреждениях, что обязывает обучать детей Правилам дорожного движения с использованием всех внешних и внутренних ресурсов, а старшеклассникам предоставлять возможность качественного получения профессии «Водитель» (в нашей школе дети обучаются по программе дополнительного образования и получают профессию «Водитель категории В»).

#### ВЫВОД

Следовательно, приведённые факты по пунктам 1–3 говорят о необходимости работы:

— по улучшению качества медицинского сопровождения с целью уменьшения количества детей с заболеванием ОРВИ, повышения защитных сил организма часто болеющих детей;

— по увеличению процента охвата детей физкультурно-оздоровительной работой за счёт включения в данную деятельность детей, относящихся к специальной медицинской группе;

— по повышению уровня знаний учащихся по безопасной жизнедеятельности с целью обеспечения и самообеспечения безопасности в экстремальных ситуациях.

Школа одна из первых в районе разрабатывает программы по следующим направлениям:

⇒ Умение действовать в экстремальных ситуациях (в рамках военно-туристического кружка «Экстрим»);

⇒ Безопасное поведение на дорогах (кружок «Безопасное колесо» и Автокласс, Агитбригада по правилам дорожного движения), а также:

• Цикл занятий по изучению безопасного поведения на дорогах:

⇒ Беседы о правилах дорожного движения;

⇒ Конкурс рисунков «Пешехода надо любить»;

⇒ Игра — путешествие «Авторалли»;

⇒ «Самый быстрый, самый ловкий, самый смелый»;

⇒ Участие в районном конкурсе «Безопасная дорога глазами ребёнка».

• Утренник «Знай и выполняй ПДД»:

⇒ Конкурс фоторабот «Добрая дорога детства».

Для продолжения работы в этом направлении школе необходимо оборудовать велосипедные дорожки и закупить велосипеды.

По определению подросткового возраста — это период, когда идёт поиск себя, период быстрого переключения интересов. В соответствии с этим школа намерена возобновить работу кружка юных картингистов, которой пользуется популярностью. Тем самым появится возможность предоставления разнообразной деятельности учащимся и вовлечения детей, и «группы риска» в том числе, во внеурочную деятельность.



*Результаты образовательного учреждения, достигнутые в базовый период проектирования здоровьесберегающей среды*

В 1-й год (2004–2005 уч. год) работы по программе «Создание здоровьесберегающей среды для укрепления здоровья и безопасной жизнедеятельности» были достигнуты следующие результаты:

Диаграмма 3

**Динамика заболеваний учащихся**

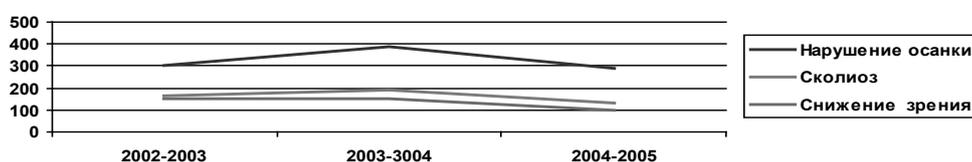
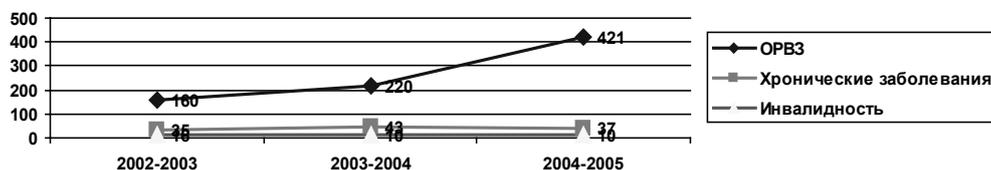


Диаграмма 4

**Динамика состояния здоровья обучающихся**



Из графиков динамики состояния здоровья обучающихся следуют выводы:

- Благодаря системно организованной работе по сохранению и укреплению здоровья уменьшилось число учащихся, страдающих различного рода заболеваниями.
- Количество детей с нарушениями зрения и осанки остаётся довольно высоким, т.к. мебель многих учебных кабинетов и освещение не соответствуют требованиям СанПиНа.
- Высокий процент учащихся со сколиозом и нарушением осанки требует оборудования спортивных залов для проведения специальных занятий по коррекции осанки.
- Продолжает расти количество болеющих ОРВИ, что побуждает к решению проблемы через оснащение медицинского кабинета профилактическим и лечебным оборудованием; витаминизацию стола, особенно в осеннее-весенний период, и развитие инфраструктуры медицинского обслуживания.

## Работа по профилактике заболеваний

№	Содержание	Результаты
1	Частично оборудованный медицинский кабинет	Ребёнок может получить первую медицинскую помощь
2	Третий урок физической культуры — «Урок здоровья» в 3,4,8 классах	Повышение двигательной активности
3	Традиционный День здоровья, три раза в год.	Повышение двигательной активности, охват — 100%.
4	Организация горячего питания	Низкая стоимость обеда, 80% учащихся охвачены горячим питанием.
5	Профилактические беседы	Информированность учащихся
6	Два частично оборудованных спортивных зала	Возможность введения 3 часа физ. культуры, оптимальный режим работы.
7	Спортивно — массовые мероприятия	Привитие навыков ЗОЖ.
8	Работа спортивных секций	Удовлетворение спроса на различные виды спорта
9	Совместная программа с фитнес-клубом МЦДО «Поиск»	Коррекция фигуры по индивидуальным планам

## По профилактике дорожно-транспортного травматизма

№	Содержание	Результаты
1	Преподавание автодела	100% информированность учащихся по правилам дорожного движения
2	Преподавание вождения	80% выпускников получают удостоверения «Водитель категории В»
3	Кружок «Безопасное колесо»	За 5 последних лет не зарегистрированы ДТП с участием детей нашей школы
4	Агитбригада по ПДД	Информированность учащихся 2 ступени обучения. Повышение мотивации учащихся о необходимости изучения ПДД
5	Вожатский отряд	Информированность детей в ДОУ и в начальном звене ОУ о правилах дорожного движения и получение начальных знаний о безопасном поведении на дорогах

## По безопасности жизнедеятельности

	Содержание	Результаты
1	Кружок «Экстрим»	Умение быстро реагировать на постоянно изменяющиеся условия окружающей среды, возрастосообразное повышение уровня двигательной активности
2	Курс ОБЖ	Навыки по укреплению здоровья и безопасной жизнедеятельности
3	Школа безопасности	Приобретение навыков ЗОЖ и безопасной жизнедеятельности

Существующая материально-техническая база

	Количество	Состояние		
		Оптимальное	Допустимое	Критическое
Спортивный зал	2		+	+
Спортивные площадки	2		+	
Тир	1			+
Оружейка	1		+	
Столовая	1		+	
Мастерские:	1		+	
Кабинеты:				
русского языка	4	+	++	+
иностранного языка	3	+	++	+
математики	4	+	+++	+
химии	1	++	+	+
биологии	2	+	+	+
физики	1		+++++	+
истории	1		++	+++
географии	1			+
начальных кл.	10			
обслужив. труда	2			
информатики	2			
Автокласс	1			
ОБЖ	1			
Мебель	488*976			+
Компьютеры	26		+	
Медицинский кабинет	1		+	
Библиотека	1		+	

Факторы, препятствующие реализации программы действий:

1. Недостаточно отработанные связи с внешними партнёрами, позволяющие улучшить качество медицинского сопровождения детей: например, Самарские лектравы, МУЗ СЦРБ, аптеки, специализированные медицинские учреждения и т.д.

2. Не приведена в систему база данных о состоянии здоровья обучающихся.

3. В медицинском кабинете отсутствуют средства для профилактики здоровья: ингалятор, кварцевая лампа, прибор УВЧ; витаминные препараты.

4. Не оборудован гимнастический зал.

5. 16% детей по состоянию здоровья (спецгруппа) не имеют возможности заниматься на уроках физкультуры.

6. Нет инструктора ЛФК для проведения занятий с детьми, имеющими специальную физкультурную группу, а также массажиста для профилактики сколиоза и простудных заболеваний.

7. Не оборудован автогородок с автодромом. До сих пор автомобиль арендовался у Самарской автошколы, что ставит под угрозу существование автоклассов.

8. В 12 кабинетах школьная мебель не соответствует требованиям СанПиНа (не менялась в течение 30 лет).

9. Не хватает велосипедов и картингов.

10. Нет оборудованной велосипедной дорожки для проведения занятий по программе «Безопасное колесо».

### Концепция желаемого будущего школы

Схема 1

#### Организационная модель информационно-методического центра



**«Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным — сделайте его крепким и здоровым» (Жан Жак Руссо)**

**Проблема:** Несмотря на организованную работу, существующая материально-техническая и учебно-методическая база не позволяют достичь улучшения здоровья детей.

**Цель:** Создание условий для сохранения, укрепления здоровья детей и обеспечения их безопасной жизнедеятельности

Поставленную цель планируется достигнуть путём решения следующих задач:

1. Обеспечить качественное медицинское сопровождение часто болеющих детей и детей, имеющих хронические заболевания.

2. Повысить эффективность спортивных занятий.

3. Отработать механизмы формирования навыков безопасной жизнедеятельности на основе принципов возрастосообразности.

4. Сформировать методическую базу по проблеме создания здоровьесберегающей среды для укрепления здоровья и безопасной жизнедеятельности.

## Стратегия и тактика перевода школы в желаемое состояние

### План мероприятий по реализации программы

*Обеспечить качественное медицинское сопровождение часто болеющих детей и детей, имеющих хронические заболевания*

Содержание	Результаты
Сохранение и развитие инфраструктуры медицинского обслуживания и оздоровления учащихся.	Снижение показателей по заболеваниям ОРВИ, по детям с ослабленным здоровьем.
Создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся. Организация мониторинга для постоянного корректирования банка данных	Сформированный банк данных
Оборудование медицинского кабинета	Медицинский кабинет оказывает услуги по профилактике инфекций верхних дыхательных путей, массажа.
Организация витаминизированного стола (особенно в осеннее — весенний период)	ЧБД получают витамины группы А, С; желающие могут укрепить свой иммунитет, употребляя фито-чай
Создание ученической агитбригады по ЗОЖ	Не менее 9 выступлений в год: перед учащимися 1–7 классов, воспитанниками подшефных детских садов и СРЦ «Исток».
Смена мебели в 12 учебных кабинетах	Снижение количества учащихся, болеющих сколиозом на%

### *Повысить эффективность спортивных занятий*

Содержание	Результаты
Оборудование гимнастического зала	Оборудованный гимнастический зал до 95%. Проведение занятий по гимнастике и ЛФК
Расширение сети спортивных секций	Охват детей спортивными секциями до 36%
Организация занятий ЛФК с детьми с ослабленным здоровьем	Снижение уровня заболеваемости на 30%
Проведение не менее 4 дней здоровья, сезонных спартакиад	Охват детей физкультурно-оздоровительными мероприятиями до 100%
Обучение инструкторов ЛФК, специалистов по работе с детьми, имеющими специальную медицинскую группу	Имеются кадры для проведения занятий ЛФК с детьми, относящимися к специальной медицинской группе

*Отработать механизмы формирования навыков безопасной жизнедеятельности на основе принципов возрастосообразности*

Содержание	Результаты
Открытие на базе школы районного военно-туристического клуба «Экстрим»	Дети четырёх населённых пунктов: Суходол, Сергиевск, Серноводск, Сургут — охвачены деятельностью клуба «Экстрим»
Проведение клубом районных соревнований «Школа безопасности»	Участие в соревнованиях до 15 районных команд
Организация и проведение военно-патриотической игры «Орленок» для учащихся двух школ п. Суходол	Участие учащихся 2–8 классов (до 500 человек)
Создание собственной материально-технической базы для проведения занятий по автоделу: Приобретение: <ul style="list-style-type: none"> <li>• учебного автомобиля;</li> <li>• учебно-методических комплектов;</li> <li>• наглядно-демонстрационного материала;</li> </ul> Сооружение автодрома	Сдача экзаменов в ГИБДД, получение прав
Оборудовать городок для проведения занятий по ПДД	Проведение практических занятий по ПДД
Приобретение велосипедов	Увеличение количества групп детей (с одной до трёх), вовлечённых в программу «Безопасное колесо»
Приобретение картингов	Возобновление работы кружка картингистов Вовлечение 50% детей группы риска в кружок картингистов
Оборудовать велосипедную дорожку	Проведение практических занятий

*Сформировать методическую базу по проблеме создания здоровьесберегающей среды для укрепления здоровья и безопасной жизнедеятельности*

Содержание	Результаты
Изучение опыта школ района по вопросу внедрения в образовательный процесс малых форм физического воспитания (динамические паузы, час подвижных игр).	Издание буклета
Установление контактов с другими ОУ, работающими над проблемой здоровьесбережения	Обобщение опыта, создание методической копилки
Составление сборников сценариев Агитбригад по ЗОЖ и ПДД	Сборники сценариев Агитбригад по ЗОЖ и ПДД

*Дополнительные эффекты от реализации программы:*

- получение профессии «Водитель»;
- воспитание патриотизма и гражданской позиции;

- формирование чувства ответственности, самодисциплины, взаимовыручки;
- развитие ловкости, сноровки, умения концентрировать внимание;
- увеличение адаптационных и творческих возможностей учащихся.

#### Основные этапы реализации программы

Базовый этап — первый год.

Основной этап — второй год.

Завершающий этап — третий год.

#### Материально-техническое обеспечение

№	Этапы	Содержание
1	Базовый	<ul style="list-style-type: none"> <li>• приобретение для медицинского кабинета стоматологического кресла и кушетки для массажа;</li> <li>• ремонт одного спортивного зала;</li> <li>• приобретение оборудования для спортивных залов: 10 матов, 30 пар лыж, футбольные и баскетбольные мячи;</li> <li>• приобретение туристического снаряжения: рюкзаки, палатки, спальные мешки, верёвки</li> </ul>
2	Основной	<ul style="list-style-type: none"> <li>• оборудование медицинского кабинета: приобретение прибора УВЧ, ингалятора, кварцевой лампы;</li> <li>• оборудование гимнастического зала: настелить ковровое покрытие, приобрести шведские стенки, спортивные снаряды «бревно», «конь», «козёл», «прыжковый промост», «брусья», «кольца»;</li> <li>• закупка инвентаря и оборудования для проведения занятий по ЛФК;</li> <li>• закупка лекарственных трав и препаратов для витаминизированного стола;</li> <li>• закупка оружия;</li> <li>• приобретение велосипедов;</li> <li>• приобретение картингов;</li> <li>• смена мебели в учебных кабинетах;</li> <li>• оборудование велосипедной дорожки</li> </ul>
3	Завершающий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• приобретение учебного автомобиля;</li> <li>• сооружение автодрома;</li> <li>• оборудование городка для проведения занятий по ПДД;</li> <li>• оборудование имеющегося помещения тира;</li> <li>• реставрация военной полосы</li> </ul>

#### Кадровое обеспечение

№	Этапы	Содержание
1	Базовый	• обучение педагогов школы здоровье сберегающим технологиям: профилактика гиподинамии, снижения зрения, сколиоза
2	Основной	• обучение специалистов по ЛФК и работе с детьми, имеющими специальную физкультурную группу
3	Завершающий	• обучение массажиста



## Научно-методическое обеспечение

№	Этапы	Содержание
1	Базовый	<ul style="list-style-type: none"> <li>• приобретение серии книг по здоровью сберегающим технологиям;</li> <li>• приобретение пособий по профилактике гиподинамии, снижения зрения, сколиоза;</li> <li>• приобретение УМК по ОБЖ</li> </ul>
2	Основной	<ul style="list-style-type: none"> <li>• учебно-методических комплектов по ПДД и автоделу;</li> <li>• наглядно-демонстрационного материала по ПДД и автоделу</li> </ul>
3	Завершающий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• приобретение наглядно-демонстрационных материалов по ОБЖ;</li> <li>• приобретение учебно-методических пособий по туризму и военному делу</li> </ul>

## Организационные мероприятия

№	Этапы	Содержание
1	Базовый	<ul style="list-style-type: none"> <li>• введение третьего урока физической культуры — «Урока здоровья» в 3, 4, 8 классах;</li> <li>• совместная программа с фитнес-клубом МЦДО «Поиск».</li> </ul>
2	Основной	<ul style="list-style-type: none"> <li>• выступление агитбригады в других ОУ (дошкольных и школьных);</li> <li>• создание ученической агитбригады по ЗОЖ;</li> <li>• создание банка данных о состоянии здоровья обучающихся;</li> <li>• организация мониторинга для постоянного корректирования банка данных;</li> <li>• организация занятий ЛФК с детьми с ослабленным здоровьем</li> </ul>
3	Завершающий	<ul style="list-style-type: none"> <li>• открытие на базе школы районного военно-туристического клуба «Экстрим»;</li> <li>• проведение клубом районных соревнований «Школа безопасности»;</li> <li>• организация и проведение военно-патриотической игры «Орленок» для учащихся двух школ п. Суходол. Выход на районный уровень;</li> <li>• установление контактов с другими ОУ, работающими над проблемой здоровьесбережения</li> </ul>

## Распространение результатов в профессиональном сообществе по окончании реализации программы

Проведение консультаций по формированию здоровьесберегающей среды и основ безопасной жизнедеятельности.

- Организация и проведение районных соревнований «Школа безопасности».
- Районная конференция «Организация и проведение соревнований «Школа безопасности».
- Издание учебно-методического пособия «Организация и проведение соревнований «Школа безопасности».
- Организация и проведение районных соревнований «Безопасное колесо».
- Семинар по проведению занятий ЛФК.
- Мастер-класс по профилактике сколиоза.
- Публикация разработок занятий по изучению ПДД в газете «Добрая дорога детства».
- Публикация сценариев агитбригад по ПДД в приложении к газете «1 сентября».
- Публикация сценариев агитбригад по ЗОЖ в приложении к газете «1 сентября».
- Проведение стажировок на базе школы.

