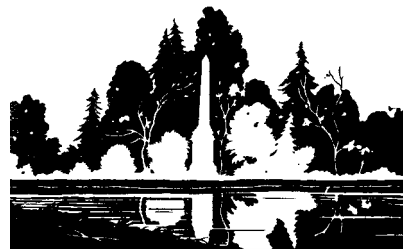




# ШКОЛА КАК ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ

**Развитие инновационных процессов в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга способствует совершенствованию всей системы образования города на Неве. Школы, ставшие городскими опытно-экспериментальными площадками, перешли в режим научно-методической работы и стали школами-лабораториями. Одна из них — школа-интернат № 49, с опытом которой мы вас знакомим.**



## Здоровьесберегающее образовательное пространство

**Геннадий Халемский,**  
заместитель  
директора  
по научно-  
методической  
работе школы-  
интерната № 49,  
кандидат  
педагогических  
наук

Школа-интернат № 49 Петродворцового района Санкт-Петербурга — школа здоровья — работает в режиме научно-методической исследовательской лаборатории с 1997 года. Её коллектив проводит исследование по проблеме «Создание организационно-педагогических условий сохранения и укрепления физического и психического здоровья, формирования здорового образа жизни детей с ограниченными возможностями». Цели и задачи, стоящие перед педагогами, — разработка, апробация и коррекция эффективного процесса обучения, воспитания, развития, а в целом — образования детей со сколиотической болезнью и нарушением осанки. Укрепление физического, психического, социального, нравственного здоровья учащихся учителя проводят на основе лично-ориентированного подхода.

Воспитательно-образовательная система школы — победитель 1-го Всероссийского конкурса воспитательных систем. Здоровьесберегающая деятельность требует целенаправленного управления этим процессом. В школе-интернате № 49 она, прежде всего, направлена на формирование нравственной позиции личности учащихся, достижение возможных для каждого больного ребёнка наивысших результатов в учении, лечении, активной творческой деятельности. Отношения между взрослыми и детьми построены на доверии и партнёрстве. В школе созданы условия, обеспечивающие реальную возможность индивидуального подхода к детям, планирования маршрутов обучения, развития и коррекции для каждого ребёнка на основе их комплексного педагогического, психологического, медицинского и социального сопровождения.

Школа-интернат № 49 представляет собой спектр взаимосвязанных и непротиворечивых целей, вокруг которых упорядочивается её жизнедеятельность (табл. 1).

Коллектив педагогов разработал и реализует программу «Здоровый образ жизни», расширяющую возможности детей в интеллектуальном развитии, в физической активности, повышении общего уровня положительного психоэмоционального состояния. Педагоги и воспитатели заботятся и о развитии интересов и способностей детей



к различным видам искусства (музыка, хореография, театральное искусство, живопись). Они выявляют и поддерживают юные таланты, помогают им принимать участие в конкурсах и фестивалях, проводят с воспитанниками экскурсии в художественные музеи, посещают выставки ленинградских художников, творческие вечера литераторов и музыкантов. Всё это проводится в рамках программы «Красота спасёт мир», которая является частью воспитательной системы школы.

Не менее важно выработать у детей сознательное отношение к гигиеническим процедурам, профилактике инфекционных заболеваний. В курсах валеологии, биологии, на внеурочных занятиях по основам медицины изучаются темы: «Человек среди микробов и других возбудителей болезней», «Инфекционные заболевания и защитные силы организма», «Профилактика инфекций», «Аллергия как нарушение функций иммунной системы», «Гигиена физического и умственного труда», «Гигиена питания», «Пищевые отравления», «Детские болезни», «СПИД — чума XXI века», «Гигиена одежды и обуви» и другие. Это неполный перечень тем, включённых в программу гигиенического воспитания.

За выполнением правил гигиены ведут наблюдения «санитарные посты». Помощники валеолога — учащиеся школы следят за чистотой рук, санитарным состоянием помещений, поведением детей во время приёма пищи, на переменах (предупреждение травматизма), выполнением физкультурных пауз во время уроков. Итоговая оценка состояния гигиены отражается в паспортах здоровья классов. Всё это формирует у детей убеждение, что здоровье — самая большая ценность у человека, а его сохранение и укрепление тесно связаны с соблюдением режима дня и гигиенических норм.

В школе здоровья дети живут по определённому режиму. Блок оздоровительных мероприятий естественным образом увязывает весь учебно-воспитательный процесс: уроки плавания, лечебной физкультуры, массаж, электростимуляция проводятся в первую половину дня перед дневным сном, а фитотерапия, аутотренинг, дополнительные занятия по специальной физкультуре — во вторую половину, когда необходимо снять накопившееся утомление.

Ежедневно ребята совершают не менее двух-трёх прогулок на свежем воздухе. Во время прогулки особое внимание учителя уделяют оздоровительной ходьбе как эффективному лечебному средству, способствующему увеличению резервных возможностей организма и формированию осанки. Проводятся и тематические прогулки-экскурсии — «Дед Всевед», «На берегу Финского залива», «Лекарственные растения нашей местности», «В поход за здоровьем» и другие.

Особое значение в школе здоровья придаётся составлению расписания. Оно состоит из таких блоков: основные занятия; оздоровительные мероприятия; факультативы, кружки и коррекционные занятия.

Разработаны чёткие гигиенические требования к уроку: его продолжительность — 40 минут; в середине урока — двухминутная физпауза с обязательным включением упражнений для снятия спазма аккомодации глазных мышц. Учителя строго следят за режимом освещения и проветривания; соблюдают ортопедический режим. Всё это дополняется музыкальными переменами и 40-минутной динамической паузой в середине занятий (для начальной школы). В середине дня между учебными занятиями есть значительный перерыв на обед, отдых, прогулку и сон для учащихся начальной школы.

Расписание занятий представлено в графической форме с использованием ранговой шкалы М.Г. Сивкова, позволяющей видеть распределение нагрузки в динамике, помогающей учителю оценить работоспособность учеников и, исходя из этого, правильно планировать учебную нагрузку. Расписание учитывает, что наиболее высокий уровень продуктивности умственного труда приходится на время с 1-го по 4-й урок. Поэтому трудные предметы проводятся именно в эти часы. В течение недели чередуются трудные и лёгкие дни. В условиях нашего интерната понедельник и пятница — относительно лёгкие дни. Состояние ребят отражено в паспорте здоровья.

### **Здорового школьника воспитывает здоровый учитель**

В образовательном процессе учителя и воспитатели используют здоровьесберегающие технологии. Основные требования к ним — личностная направленность, создание здоровьесберегающего пространства, повышение мотивации учащихся, их ориентация на достижение высоких результатов.

В результате многолетних исследований в школе разработаны содержание и принцип организации уроков. Каждое занятие базируется на умении учителей и воспитателей формировать у детей вы-



сокие духовные качества — доброту, милосердие, любовь; на способности создать комфортную среду для ребёнка, — его жизнедеятельности и познания. Учителя ведут валеологическое просвещение на своих предметах. Педагоги понимают: освоение материала не может достигаться ценой здоровья ребёнка, уровень требований к его мыслительной деятельности должен соответствовать его индивидуальным возможностям.

Здоровье детей, диагностика возможностей ученика — критерии качества работы учителя. Для укрепления здоровья и хорошего самочувствия школьников очень важно создать условия, вызывающие положительные эмоции. Снять нервно-психическое напряжение учащихся помогают тренинги, аутогенная тренировка, саморегуляция, релаксационные упражнения.

Домашняя обстановка, доброжелательность в сочетании с требовательностью, мягкий юмор, культура общения, построенного на доверии и понимании, способствуют реабилитации здоровья школьников. На занятиях постоянно звучат слова: «Молодец!», «При твоих способностях...», «У тебя обязательно получится!» И ребёнок в ответ благодарно раскрывается, проявляет свои способности. Разнообразие используемых в учебном процессе педагогических приёмов вытесняет скуку и формализм, сберегает здоровье учащихся. Стиль педагогического общения распространяется и на оценивание результатов деятельности. Оценка — это не только балл, но и неизменное поощрение ребёнка: «Тебя было приятно слушать!», «Мы отлично поработали вместе» и т.д. Учёт индивидуальных особенностей детей способствует тому, что оценки выставляются объективно, конфликты практически отсутствуют.

Особой заботой окружены дети-дезадаптанты и дети с проблемами в обучении. Они выделяются в группу «особое отношение». Работа с ними ведётся по особой схеме — в малых группах по ин-

дивидуальным программам. Особенности таких ребят, их трудности и способы их преодоления обсуждает психолого-педагогический консилиум. Таким образом, каждый трудный ребёнок включён в систему индивидуального сопровождения психолога, социального педагога, воспитателя, определяющих стратегию помощи и развития. Работа с трудными подростками предполагает наблюдение, анкетирование, включение в общественную, игровую, театрализованную деятельность. В воспитательный процесс школа активно включает и родителей.

Большое внимание уделяется и состоянию здоровья учителей, их образу жизни. Коллектив школы-интерната № 49 — стабильный. Многолетняя работа в лечебно-оздоровительном учреждении влияет не только на характер деятельности педагога, но и на его отношение к своему здоровью, к образу жизни. В школе созданы условия для сохранения здоровья педагогических работников — большинство учителей регулярно посещают бассейн, тренажёрный зал, используют оздоровительные возможности школы, в том числе консультации специалистов. Расписание составлено так, что у педагогов минимум «окон» — это экономит время для занятий спортом, для отдыха. Большинство сотрудников работают без больничных листов.

Регулярное валеологическое просвещение, постоянная помощь психологов повышают компетентность педагогов в отношении к своему физическому и психическому здоровью, помогают преодолевать профессиональные затруднения с наименьшими эмоциональными потерями.

### **ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КОЛЛЕКТИВА ШКОЛЫ-ЛАБОРАТОРИИ**

Динамический характер здоровьесберегающей среды школы, её развитие вызвали необходимость совершенствовать управление этим процессом. Иницированию, созданию и распространению образовательных инновационных продуктов способствуют созданные в школе научно-методическая служба, научно-методический совет и работающие под их руководством научно-методические объединения учителей-предметников, ведущие исследовательскую деятельность.

Постоянный поиск учителя формирует потребность в самообразовании, стремление к профессиональным контактам с коллегами, к изучению педагогического опыта. Каждый учитель школы имеет возможность реализовать себя. *Научно-методическая исследовательская работа становится одним из ведущих компонентов в деятельности учителя*, побуждая его постоянно занимать позицию исследователя, *включённого в продуктивное творчество*.

Исследовательские работы в школе-интернате выполняются поэтапно. Каждому этапу соответствует один календарный год. В настоящее время мы руководствуемся планом работы, составленным по 2007 год включительно. Он предполагает



ежегодное создание научно-методических разработок по ряду актуальных тем.

Исследовательская деятельность педагогов образовательного учреждения, управление этим процессом требуют от всех участников постоянного взаимодействия. Это обогащает профессиональные контакты, создаёт условия для коллективного творчества учителей.

В рамках концепции развития школы-интерната разработаны и реализуются внутришкольные целевые программы — «Здоровье», «Сопровождение», «Развитие творческих способностей и творческой активности», «Воспитательная система» и другие. Главная установка сотрудников школы-интерната — вера в успех, в возможности педагогического коллектива, уверенность в своих силах.

Анализ исследовательской деятельности педагогов, работающих в режиме

школы-лаборатории, позволяет сделать вывод о том, что в условиях развивающейся школы творческая деятельность учителя становится важнейшим фактором повышения его профессиональной компетентности и результативности педагогического труда, обеспечения высокого качества образования. Сам факт существования школ-лабораторий, проводящих целенаправленную научно-методическую исследовательскую работу, свидетельствует о формировании профессиональной элиты, о необходимости и важности создания которой заявлено в Концепции модернизации российского образования на период до 2010 года.

Мы убеждены: работа и результаты деятельности школ-лабораторий способствуют устойчивому развитию системы образования и отвечают целям и задачам его модернизации. **НО**

