

## **Вовлечение субъектов образовательного процесса в деятельность по оздоровлению и пропаганде ЗОЖ в МБОУ «Нахимовская СШ»**

Сегодня перед человечеством со всей остротой стоит вопрос, как организовать образ жизни в соответствии с биологической природой человека и его социальными потребностями жить полноценной, творческой жизнью, не болея. Особенно остро стоит этот вопрос в наши дни, так как из года в год в нашей стране здоровье детей оставляет желать лучшего. Эта проблема не обошла и наше образовательное учреждение.

Для решения задач по сохранению, укреплению здоровья и формированию потребности в здоровом образе жизни разработали модель взаимодействия всех участников образовательного процесса: учителей, учеников и родительской общественности по следующим направлениям: внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно — воспитательный процесс; формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни, его пропаганда; систематические занятия учащихся физической культурой, спортом, туризмом; педагогический коллектив как проводник здорового образа жизни; пропаганда здорового образа жизни в социуме.

С целью выявления проблем, планирования и коррекции деятельности в данном направлении проводим мониторинги: экспресс — оценка физического здоровья обучающихся; диагностика показателей физического развития школьников; оценка психологического здоровья обучающихся; диагностика двигательной активности обучающихся в неделю; характеристика по группам здоровья.

На начало реализации проекта с помощью мониторинга был выявлен ряд проблем: недостаточная двигательная активность в средних и старших классах, высокий уровень тревожности в 9-х, 11-х классах, увеличение пропусков уроков по болезни за последние два года, низкая мотивация к здоровому образу жизни, недостаточная информированность по вопросам профилактики вредных привычек. В ходе реализации проекта задействовано 34 педагога и медицинские работники, обучающиеся с 1- 11 классы, родительская общественность.

С целью формирования потребности в здоровом образе жизни и систематическими занятиями физической культурой и спортом для обучающихся школы и их родителей был создан школьный спортивный клуб «Олимп».

В рамках клуба работают спортивные секции: хоккей, баскетбол, волейбол, фитнес. Деятельность клуба предусматривает тесное сотрудничество с социокультурным центром «Восточный», функционирующим на базе школы и школами округа, ДЮСШ, спортивным комплексом «Космос», лыжной базой. Спортивным клубом организуются соревнования, праздники, недели здоровья, объединяющие школьников, родителей, учителей, жителей микрорайона. Спортивные соревнования позволяют ярко продемонстрировать достижения воспитанников и являются наглядной пропагандой здорового образа жизни. Поэтому в школе систематически проводятся товарищеские матчи по мини-футболу, баскетболу, хоккею, волейболу, шахматные турниры. Школьные команды принимают участие в районных легкоатлетических кроссах, спартакиадах, в футбольных турнирах, в лыжных гонках, занимая призовые места. На пропаганду здорового образа жизни направлены традиционно проводимые мероприятия: «Русские богатыри», День Здоровья, «Веселый старты», семейные спортивные праздники «Папа, мама я – спортивная семья», дружеские встречи по хоккею между папами и сыновьями.

Вся спортивно - массовая работа школы состоит в том, чтобы побудить учащихся к формированию потребности в здоровом образе жизни. В перспективе планируется продолжать работу в проведении спортивно-массовых мероприятий в виде игр, соревнований, спортивных состязаний с широким вовлечением родителей жителей микрорайона.

Система физического воспитания складывается из следующих элементов: физическая зарядка, физкультурные минутки на уроках, уроки физической культуры, ритмики, внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия, занятия в спортивных секциях в школе и вне ее, просветительская работа в рамках проекта. Каждый элемент системы преследует единую цель: формирование ответственного отношения к своему здоровью на основе деятельностного подхода.

Учебный день в школе ежедневно начинается в 8.00 с утренней зарядки, которая помогает сформировать потребность регулярно заниматься физическими упражнениями. В школе работает медицинский кабинет, оснащенный необходимым оборудованием и медикаментами, что позволяет проводить профилактику детских болезней, оказывать неотложную помощь, поддерживать связь с медицинскими учреждениями города.

Школьный фельдшер и фельдшер центра «Здоровье» ведут санитарно-просветительскую работу совместно с педагогами школы по важным вопросам профилактики заболеваний. По результатам диспансеризации учащихся осуществляется мониторинг групп здоровья, наиболее распространенных заболеваний. Так среди учащихся 5-9 классов наметилась тенденция на укрепление здоровья, выразившаяся в росте числа детей с I группой здоровья и сокращением численности детей с III группой здоровья, и сокращении числа дней, пропущенных по болезни.

В школе складывается взаимодействие всех участников образовательного процесса, в том числе и с родительской общественностью. Регулярно проходят родительские собрания, психолого-педагогический лекторий, коллективные тренинги и консультирование родителей по вопросам образования и воспитания, просветительской деятельности в целях сохранения здоровья и пропаганды здорового образа жизни. Родители принимают активное участие в проектной деятельности в рамках школьного проекта и содействуют в выпуске листовок, буклетов по вопросам сохранения здоровья, а также в школьной научно-практической конференции, принимают участие в спортивно-оздоровительных праздниках, Днях здоровья, и в других традиционных праздниках. Руководство взаимодействием всех участников образовательного процесса осуществляет Совет школы, действующий общешкольный родительский комитет.

Мониторинг уровня информированности родителей по вопросам здоровья за последний год демонстрирует положительную динамику их заинтересованности в активном участии в программе оздоровления и просвещения. Число родителей, посещающих лекторий по вопросам здоровья, растет.

Большое внимание уделяется формированию здорового образа жизни не только во внеклассной работе, но и на уроке. В педагогической практике большинства учителей школы принцип психологической комфортности является ведущим. Благодаря чему уменьшается количество стрессообразующих факторов учебного процесса, создается такая атмосфера, которая расковывает детей, в которой они чувствуют себя «как дома». В практику учебно-воспитательного процесса школы введены технологии личностно-ориентированного обучения, технология проектной деятельности, проблемного обучения. Разработаны и внедрены в образовательный процесс программы по валеологии для 7-9 классов. На уроках в начальной используются физминутки по дням недели, с первого по пятый уроки – для снятия напряжения с плечевого пояса, для улучшения кровоснабжения головного мозга, гимнастика для кисти руки, зрительная, гимнастика, релаксация, гимнастика мозга. Двигательная активность учащихся на уроках увеличивается также благодаря использованию учителями современных педагогических технологий – игровых форм урока, дебатов, технологии развития критического мышления через чтение и письмо. Эффективными стали на практике следующие приемы: «хохочущие лица», офтальмологическая гимнастика, музыкальная физминутка, динамическая пауза, бег смехотерапия, музыкотерапия, арт-терапия. В марте 2012 года состоялась презентация проектов обучающихся 5-11 классов по теме «Мы за здоровый образ жизни!». Выпускались общешкольные стенгазеты с обязательной рубрикой «Наше здоровье». Совет старшеклассников совместно со старшей вожатой проводят оздоровительные игры для учащихся школы.

Ученицы десятого класса на районной научно-практической конференции «Эврика» представили исследования «Влияние лунных фаз на здоровье и успешность школьников» и «Физические свойства воды и их влияние на организм».

В летний период организован разновозрастной отряд «Здоровье», составлен план, ориентированный, в основном, на спортивную деятельность. В составе отряда было 15 детей с ослабленным здоровьем и детей, имеющих низкие физические показатели в течение учебного года на уроках физвоспитания. Для них был

разработан специальный комплекс развивающих упражнений в щадящем режиме. Учащиеся занимались на спортивной площадке школы, играли, соревновались, обучались первичным туристическим навыкам в течение всего лета.

За последний год проведены: педагогические советы «Работа школы по формированию у обучающихся ценностного отношения к здоровью», «Интеграция воспитательных усилий семьи и школы»; на совещаниях при директоре рассматривались вопросы «Организация горячего питания в школе», «Работа по пропаганде здорового образа жизни и состояние здоровья школьников», «О состоянии спортивно-массовой работы в школе»; на совещании при заместителе по УВР рассматривался вопрос «Роль семьи в воспитании у детей потребности в здоровом образе жизни»; проведен семинар «Эффективные педагогические технологии — как одно из условий здоровьесбережения»; методическим объединением художественно-оздоровительного цикла проведен мастер-класс с педагогами и родителями по арт-терапии.

Научно-методическое сопровождение проекта осуществляется с использованием подписных изданий в школе «Здоровье детей», «Спорт в школе».

На сайте школы размещены методические памятки и материалы в помощь учителям для совершенствования здоровьесберегающих компонентов урока.

Создавая условия для обучения и воспитания, организуя образовательное окружение, школа формирует свой тип жизнедеятельности, который особым образом влияет на детей, их интересы, мышление, поведение и здоровье.

### **В перспективе планируется**

-привлечение внимания общественности к опыту работы школы и расширению материально-технических возможностей для совершенствования оптимального учебно-воспитательного процесса, конечной целью которого является выполнение важнейшего социального заказа - формирование личности, способной с наибольшей пользой для себя и общества жить и работать в современных условиях;

- укрепление здоровья подрастающего поколения, снижение уровня заболеваемости детей в ОУ;
- повышение уровня физической подготовки подрастающего поколения;
- совершенствование системы подготовки спортсменов высокого класса из числа одаренных детей.