

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1
с углубленным изучением отдельных предметов»
города Губкина Белгородской области



ШАГ 6

Школа – центр здоровья



Школа – центр здоровья

Колесникова Г.И.,
директор МАОУ «СОШ №1 с УИОП»
г.Губкина

Проблема сохранения и укрепления здоровья школьников является сегодня одной из самых актуальных. В школе появилось много новых предметов, увеличился объём информационных нагрузок, резко выросли интенсивность и эмоциональное напряжение учебного процесса, возросли требования к качеству образования.

Поэтому на протяжении последних лет приоритетным направлением работы коллектива является *сохранение и укрепление здоровья школьников*, воспитание, обучение и развитие здорового человека, создание условий для реализации ребенком своего социального и биологического потенциала, для успешной адаптации его в обществе.

На базе школы действуют федеральная стажировочная площадка «Распространение в субъекте Российской Федерации моделей формирования культуры здорового образа жизни обучающихся», региональные инновационные и стажировочные площадки:

- Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся
- Сохранение здоровья детей путем использования здоровьесберегающей технологии В.Ф.Базного.

В рамках реализации модели формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся на базе школы был создан центр здоровья.

Созданию центра способствовали такие важные условия, как достаточно квалифицированные педагогические кадры, современная материально-техническая база.

Задачи центра состоят в организации мониторинга состояния здоровья обучающихся, в применении различных оздоровительных реабилитационных методик, в реализации комплекса медицинских, гигиенических, педагогических, социальных мер, направленных на формирование здоровья.

С целью создания системы комплексной диагностики здоровья школьников заключили договоры о сотрудничестве с лечебными учреждениями города. Дважды в год проводится углубленный медицинский осмотр разных возрастных категорий учеников.

Состояние здоровья школьников оценивается по результатам изучения внутришкольной медицинской документации, по результатам медицинских осмотров.

Традиционным стало мероприятие, проводимое лечебными учреждениями совместно со школами, - «Поезд здоровья».

Центр здоровья оборудован программным комплексом «Автоматизированная система скринирующих обследований», компьютерным комплексом для психофизических исследований «Психомат», комплексом медицинской диагностики «Здоровый ребенок». Это

оборудование позволяет проводить постоянный контроль за уровнем здоровья, физического и психического развития, прогнозировать и курировать состояние здоровья, определять ситуации необходимого обращения к специалистам по вопросам коррекции состояния здоровья и поведения, получать оптимальное расписание оздоровительных процедур и регламент рационального образа жизни и питания.

Обследования проводятся по руководством медицинских работников с привлечением специалистов Центра диагностики и консультирования и детской поликлиники.

Мы проанализировали результаты углубленного медицинского осмотра и пришли к выводу, что среди проблем, приобретаемых школьниками в процессе обучения, наиболее распространенными являются поражения опорно-двигательного аппарата, органов зрения, пищеварения, а также расстройства нервной системы и обмена веществ. Эти выводы и определили задачи и направления работы центра здоровья

Важнейшими направлениями деятельности являются мониторинг состояния здоровья обучающихся, ежегодные скрининговые исследования состояния здоровья школьников, профилактические осмотры, использование немедикаментозных методов профилактики наряду со здоровьесберегающими технологиями, организация полноценного питания, пропаганда здорового образа жизни.

На сегодняшний день компонентами здоровьесозидающей среды являются:

- предметно-пространственная среда
- физкультурно-рекреативная среда
- коммуникативная среда
- интеллектуальная среда
- информационная среда

Предметно-пространственная среда

На уроках, прежде всего, создаются условия для здорового развития детей: соблюдаются физиологические основы учебно-воспитательного режима, учитывается время трудоспособности, утомляемость, учебная нагрузка; формируется здоровый образ жизни.

Особого внимания заслуживает здоровьесберегающая технология Владимира Филипповича Базарного, направленная как раз на профилактику таких распространенных заболеваний детей, как плоскостопие, сколиоз, снижение зрения.

В 1-5 классах учебные занятия проходят в смене динамических поз, для чего используется специальная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки.

Для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции на уроке используются схемы зрительных траекторий, расположенные над доской в

каждом кабинете начальных классов, специальные офтальмотренажеры «Бегущие огоньки», зрительно-вестибулярный тренажёр «Зевс».

С целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяются специально разработанные «Экологические панно», дающие возможность бескнижного обучения, снижая нагрузку на зрение.

Двигательной активности детей способствует применение на уроках «сенсорных крестов», а с помощью хорового пения, используемого на уроках и во внеурочной деятельности, формируются навыки правильного дыхания, что повышает сопротивляемость организма простудным заболеваниям.

Физкультурно-рекреативная среда

Средняя школа №1 на протяжении ряда лет является региональной экспериментальной площадкой по совершенствованию преподавания уроков физической культуры с использованием имеющейся материальной базы спортивных комплексов на основе народных, подвижных и спортивных игр.

Занятия физкультурой проводятся на базе МОУ ДОД «Детско-юношеская спортивная школа» для учащихся 5-8 классов на безвозмездной основе. В соответствии с учебным планом два часа физкультуры проводится в школе, а два часа один раз в неделю после 2-3 уроков в школе согласно расписанию – в ДЮСШ.

При проведении уроков физической культуры в 1-4 классах используются народные и подвижные игры, задействуется игровая площадка с разметкой для проведения различных игр («Шахматы», «Кочки», «Улитка», «Змейка»).

Организуя работу по пропаганде здорового образа жизни, нельзя не учитывать вовлечение школьников в занятия в спортивных секциях и клубах.

В связи с внедрением федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения проблема сохранения здоровья встала с особой остротой. Для учеников 1 – 3 и 5 классов в рамках внеурочной деятельности организованы кружки физкультурно-оздоровительной направленности.

Коммуникативная среда

Успешная работа центра здоровья во многом зависит от социального партнерства. Наша школа активно сотрудничает на договорной основе с учреждениями здравоохранения, спорта, культуры.

Социальное партнёрство вносит существенный вклад в образовательный процесс и позволяет формировать культуру здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Наглядным примером этому может служить наше сотрудничество с Дворцом детского (юношеского) творчества «Юный губкинец» в рамках реализации проекта «Танцующий класс». На базе дворца организованы занятия ритмикой для учеников начальных классов. Ритмика, то есть движение под музыку, на сегодняшний день – одно из самых органичных и любимых занятий наших детей.

Большая роль в пропаганде здорового образа жизни принадлежит сегодня волонтерскому движению. Выступления агитбригад, акции «Мы –

вместе», «Молоко и мед Белогорья», «Радуга здоровья» воспитывают у учеников культуру здоровья, формируют потребность в здоровом образе жизни.

Информационная среда

В решении задачи сохранения психического, физического и нравственного здоровья подрастающего поколения очень важно взаимодействие семьи и школы. *Ведущая роль в психолого-педагогическом просвещении родителей принадлежит университету педагогических знаний.* Формы организации занятий с родителями разнообразны. Большой популярностью в пользуется «Мамина школа», когда в роли лектора, преподавателя выступают сами родители. **(Например, о правилах дорожного движения, о правильном питании)**

На школьном сайте для родителей, обучающихся и педагогов работает виртуальный консультационный кабинет, где можно получить необходимую информацию по проблемам сохранения здоровья, советы и консультации школьного психолога, специалистов медицинских учреждений.

В школьном информационно-методическом центре собран электронный банк уроков, внеклассных мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий, методические рекомендации по технологии разработки уроков здоровья. Готовится к изданию сборник статей, методических разработок из опыта работы коллектива по формированию здоровьесозидающей среды в учреждении.

Интеллектуальная среда

Педагоги школы повышают свой интеллектуальный уровень через курсы повышения квалификации, участие в конкурсах муниципального, регионального, всероссийского уровней, делятся опытом работы на семинарах, конференциях, публикуют статьи, посвященные проблемам здоровьесбережения в муниципальных, региональных сборниках.

Два года деятельности центра содействия укреплению здоровья обучающихся принесли первые успехи. Мониторинг состояния здоровья школьников показал, что снизилось количество детей, страдающих такими заболеваниями, как сколиоз, нарушения осанки, плоскостопие, нарушения зрения, простудные заболевания.

Мы помним, что понятие «Здоровье» - это не только отсутствие болезней, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому немаловажным результатом мы считаем не только уменьшение уровня заболеваемости, но и позитивное изменение степени интереса школьников к учебе, к школе, к жизни в социуме, к занятиям физической культурой и спортом.

Исследования показали, что за последние три года повысилась мотивация школьников к учению и, как результат, повысилось качество знаний, а также улучшились результаты единого государственного экзамена и государственной итоговой аттестации.

На школьном сайте для родителей, обучающихся и педагогов работает

виртуальный консультационный кабинет, где можно получить необходимую информацию по проблемам сохранения здоровья, советы и консультации школьного психолога, специалистов медицинских учреждений.

В школьном информационно-методическом центре собран электронный банк уроков, внеклассных мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий, методические рекомендации по технологии разработки уроков здоровья. Готовится к изданию сборник статей, методических разработок из опыта работы коллектива по формированию здоровьесозидающей среды в учреждении.

Интеллектуальная среда

Мы знаем, что прежде чем научить ребенка чему-то, нужно научиться самому. Поэтому педагоги школы повышают свой интеллектуальный уровень через курсы повышения квалификации, участие в конкурсах муниципального, регионального, всероссийского уровней, делятся опытом работы на семинарах, конференциях, публикуют статьи, посвященные проблемам здоровьесбережения в муниципальных, региональных сборниках.

Мониторинг состояния здоровья школьников показал, что снизилось количество школьников, страдающих такими заболеваниями, как сколиоз, нарушения осанки, плоскостопие, нарушения зрения, простудные заболевания.

Мы помним, что понятие «Здоровье» - это не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и состояние полного физического, душевного и социального благополучия человека. Поэтому немаловажным результатом здоровьесберегающей деятельности мы считаем не только увеличение количества практически здоровых детей, уменьшение уровня заболеваемости, но и позитивное изменение степени интереса школьников к учебе, к школе, к жизни в социуме.

Исследования показали, что за последние три года повысилась мотивация школьников к учению и, как результат, повысилось качество знаний, а также улучшились результаты единого государственного экзамена и государственной итоговой аттестации.

В результате работы центра здоровья сложилась следующая схема реализации модели: «Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся посредством физической культуры, физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы на основе взаимодействия школы и социокультурных учреждений»

Проведение медицинского осмотра в центре здоровья с
применением современного оборудования

Антропометрические измерения

Измерение окружности головы



Динамометрия



Измерение веса



Спирометрия



Измерение роста



Проверка остроты зрения



Электродиограмма (ЭКГ)



Диагностика с использованием аппарата «ПСИХОМАТ»

(



Диагностика с использованием аппарата «ПСИХОМАТ»
(определение скорости реакции)

