

*«Забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя.*

*От жизнедеятельности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы...»*

В.А. Сухомлинский

## **Условия питания и охрана здоровья обучающихся**

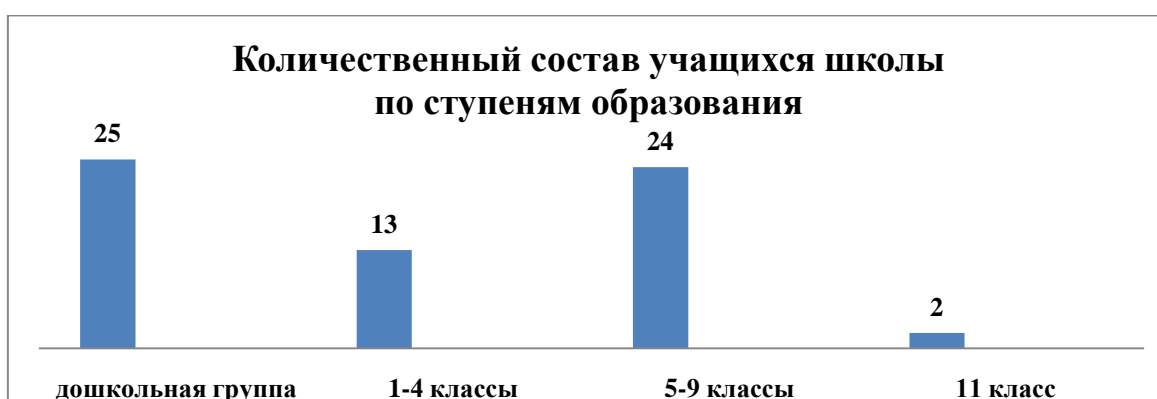
### **МБОУ Новоандриановской сош**

Проблемы сохранения здоровья учащихся и привития навыков здорового образа жизни очень актуальны сегодня. В последнее время на фоне меняющейся общественно-политической и экономической ситуации в стране происходят серьезные изменения в формах, методах и содержании образования. Углубляется дифференциация обучения детей с разными интеллектуальными и материальными возможностями, появляются новые социально востребованные области обучения, формируются новые жизненные приоритеты. Сохранение здоровья подрастающего поколения - задача государственной важности, так как современные школьники составляют основной трудовой потенциал страны. Одной из приоритетных задач Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» является сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

В связи с этим педагогический коллектив МБОУ Новоандриановской сош определяет для себя первостепенную роль в поддержании, сохранении и укреплении здоровья детей, через организацию здоровьесберегающего образовательного пространства. Планируя работу в данном направлении, нами были учтены факторы внешней и внутренней среды. А именно. Школа удалена на 15 км от райцентра, что не позволяет нашим учащимся систематически посещать различные физкультурно-

оздоровительные центры, учреждения дополнительного образования и т.п. Это обстоятельство ставит школу в положение, когда с одной стороны, понимая всю важность и остроту вопроса, она должна взять на себя дополнительные функции, с другой стороны для того чтобы качественно реализовать эти функции и получить положительный результат школа должна приложить максимум усилий для создания качественно новой системы функционирования, совершенно особой и индивидуальной. Социальное окружение микрорайона нашей школы характеризуется небольшим набором социокультурных объектов: сельская библиотека, ФАП, дом культуры. Школа на селе больше, чем образовательное учреждение. Это и селообразующий фактор и фактор формирования духовных ценностей, культуuroобразующий фактор, а главное, фактор оздоровления социальной среды. Таким образом, школа имеет высокий статус. В условиях сельской местности логичным является вопрос «Кто – если не школа, должен и главное может более полноценно организовать здоровьесберегающее пространство для подрастающего поколения?» Школа является социокультурным центром села, и поэтому именно ей отводится главная роль в формировании осознанного отношения подрастающего поколения к своему здоровью.

В школе обучается 39 учащихся. Функционирует дошкольная группа, которую посещают 25 воспитанников.



Учебно-воспитательный процесс осуществляют 18 педагогов. Из них 2 учителя имеют высшую квалификационную категорию, 5 первую, 1 вторую. Малочисленность и необходимость работы в условиях объединения разновозрастного школьного сообщества является его качественной и отличительной особенностью, так как практически вся деятельность школы основана на тесном, одновременном взаимодействии этих групп, что способствует формированию благоприятного психологического микроклимата. Сплоченный коллектив учащихся, воспитанников и педагогов школы является хорошо организованной системой, находящейся в постоянном творческом развитии. В коллективе царит атмосфера сотрудничества и сотворчества, основанная на тесной взаимосвязи всех её составляющих.

Учебно-воспитательный процесс осуществляется в двухэтажном типовом здании 1984 года постройки, соответствующем нормам и требованиям СанПиН. Имеются спортивный зал, пищеблок, библиотека, компьютерный класс, оборудованные учебные кабинеты. А также стадион, спортивная площадка, учебно-опытный участок.

Как же должно быть организованно образовательное пространство сельской малокомплектной школы, не имеющей тренажерного зала, бассейна и других «здоровьесберегающих» компонентов материальной базы, чтобы оно способствовало сохранению и укреплению здоровья всех субъектов учебно-воспитательного процесса и отвечало показателям «здоровьесберегающего»? При определении целей деятельности по здоровьесбережению мы исходили из полученных сведений о фактическом состоянии здоровья обучающихся, воспитанников, о неблагоприятных для здоровья факторах, о выявленных достижениях педагогической науки и практики в сфере здоровьесбережения. Поэтому в качестве основы нашей деятельности по здоровьесбережению стала модель школы, где приоритетом является забота о сохранении здоровья воспитанников, учащихся и педагогов. При этом **главной целью в рамках**

**этой деятельности является создание организационно-педагогических условий здоровьесбережения учащихся и сотрудников школы.**

Здоровьесберегающее пространство мы рассматриваем как многокомпонентную систему гармоничного развития личности обучающегося. Данная система включает в себя следующие составляющие: здоровьесберегающая инфраструктура ОУ, рациональная организация учебно-воспитательного процесса, организация физкультурно-оздоровительной работы, организация качественного школьного питания, образование учащихся в области здоровья, образование и взаимодействие педагогов, специалистов и родителей в области здоровья, психолого-педагогический и медицинский мониторинг состояния здоровья воспитанников, учащихся и педагогов, профилактическая работа.

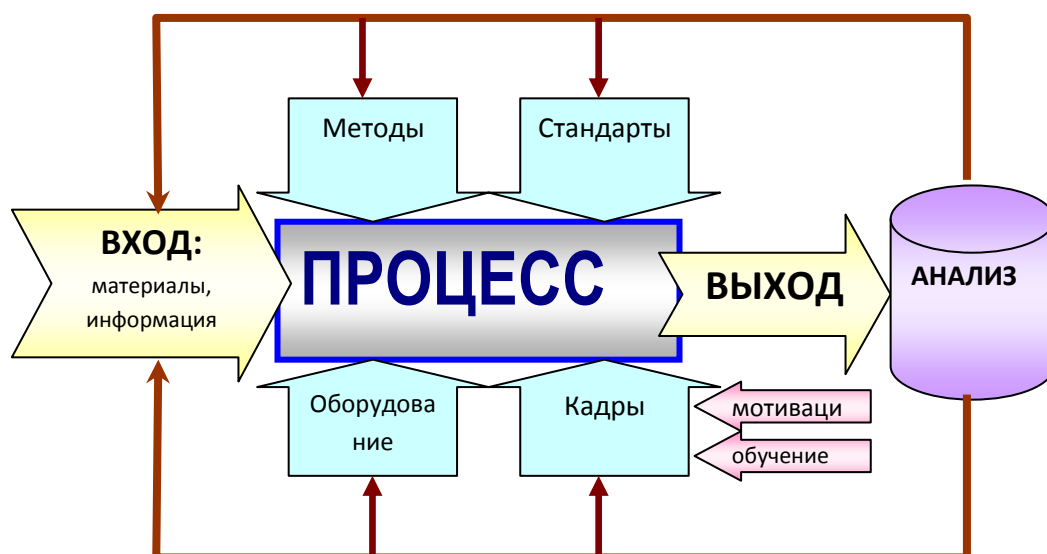
Правильная организация пространства по сбережению здоровья подростка может дать эффективные результаты только при условии активного взаимодействия всех компонентов среды, так как ребенок является не только объектом, на которого влияют, но и субъектом, со своим интересом, мнением, мотивом, поднимаясь на качественно новый уровень сознания - формированию культуры здоровья.

Таким образом, грамотно продуманное моделирование здоровьесберегающего пространства способствует решению следующих задач:

- созданию благоприятных условий для формирования личности школьника, способствующих конструированию его индивидуального воспитательно-образовательного пути;
- формированию новых ценностных установок на здоровый образ жизни, умения и навыками вести такой образ жизни;

- разработка воспитательно-образовательных подходов для каждого учащегося;
- привлечение родителей к здоровьесберегающей работе в условиях сельской школы;
- планомерной организации полноценного сбалансированного питания учащихся;
- разработка и внедрение механизма сотрудничества всех звеньев культурно-оздоровительного пространства сельского социума;
- согласованные действия педагогического коллектива, медицинского персонала, психологической службы, учащихся и воспитанников на основе гуманистического и оптимистического подхода к обучению и воспитанию.

Для решения этих задач нами была внедрена система комплексной работы по формированию здоровьесберегающего пространства, направленного на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, учащихся и педагогов, базирующаяся на основных положениях процессного подхода. Под процессом мы понимаем совокупность взаимосвязанных ресурсов и деятельности, которые преобразуют вход процесса в соответствующий его ВЫХОД.



*Схема процесса согласно стандарту  
Международной организацией по стандартизации (ИСО)*

Каждый процесс, происходящий в системе, имеет свои цели, обеспечивается специфическими ресурсами (кадровыми, методическими и материально-техническими) и приводит к конкретным результатам, что подтверждается результатами мониторинга. Реализация этих процессов позволяет гарантировать результативность здоровьесберегающей деятельности школы в целом.



Взаимодействие процессов можно представить в виде схемы.

В ходе реализации данной системы проводится большая организационная, методическая и педагогическая работа по формированию здоровьесберегающего пространства, оздоровлению учащихся и пропаганде ЗОЖ, которую можно разделить на три блока.



**I. Организационно-управленческий блок** - это совокупность различных по своей природе и свойствам компонентов, связанных между собой: информация, ресурсы, программы, технологии, функции, система физкультурно-оздоровительной работы. Этот блок включает создание нормативно – правовой базы, информацию и анализ, анализ состояния здоровья школьников, качества образовательных услуг. Для этого были изучены нормативные документы и на основе их изданы приказы, разработаны локальные акты, создана рабочая группа мониторинга здоровья, которая осуществляет диагностику физического развития, физической подготовленности детей, индивидуальной культуры здоровья. На их основе создали банк данных о состоянии здоровья всех учащихся и воспитанников школы. На основе анализа информации о состоянии индивидуального здоровья воспитанников и учащихся в школе разработаны учебно-воспитательные программы по формированию индивидуального здоровья, сохранению и укреплению здоровья. Интегрирующим началом совершенствования системы укрепления и сохранения здоровья школьников

стала разработанная коллективом школы целевая программа «Здоровье». В этой программе присутствуют основные положения по профилактике школьных болезней, организация правильного питания детей, о режиме работы школы. Реализация данной программы позволяет повысить качество знаний учащихся о здоровье, гигиенических умениях. Неотъемлемой частью организационно-управленческих технологий также является планирование и прогнозирование, контроль и диагностика. Данное направление включает в себя повышение компетентности учителя в вопросах формирования индивидуальной культуры ЗОЖ школьников, проектирование и контролирование здоровьесберегающего образовательного процесса на основе анализа уроков с позиции здоровьесбережения. Педагогическим коллективом школы используются различные рекомендации, анкеты, опросники по данной проблеме, сценарии спортивных праздников, мероприятий, классных часов и т.д.

Система педагогических советов («Использование приемов современных педтехнологий с позиций здоровьесбережения, как основы реализации основной задачи школы – качество образования», «Работа педколлектива по формированию у учащихся ответственного отношения к своему здоровью»), семинаров, работы методических объединений, бесед с медицинскими работниками, обучение на дистанционных курсах повышения квалификации позволило повысить здоровьесберегающую компетентность учителей.

Результаты внутришкольного контроля позволяют сделать вывод о том, что все учителя организуют учебный процесс на уроке с позиции здоровьесберегающего подхода.

## **II. Учебно-воспитательный процесс**

В рамках учебно-воспитательного процесса педагоги школы организуют учебный процесс, используя в своей работе памятки по рациональной организации урока с позиции здоровьесбережения, рекомендации по



интеграции программы «Здоровье» в учебно-воспитательный процесс школы. В качестве основополагающих принципов здоровьесбережения в учебно-воспитательном процессе можно выделить:

1. Преемственность между всеми ступенями образования (дошкольная, начальная, основная и средняя)
2. Создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессообразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, доверия, индивидуальный подход, создание для каждого ситуации успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.
3. Творческий характер образовательного процесса. Обучение без творческого заряда не интересно, а значит, в той или иной степени является насилием над собой и другими.
4. Обеспечение мотивации образовательной деятельности.
5. Осознание ребёнком успешности в любых видах деятельности.
6. Смены видов деятельности.

В рамках программы «Здоровье» в школе реализуются отдельные подпрограммы: «Экологическое воспитание», «Профилактика правонарушений». Кроме того, во внеурочное время для учащихся проводятся обучающие занятия: «Здоровые привычки – здоровый образ жизни» (5-6 классы), «Сотвори себя сам» 7-8 классы, «Здоровье человека 21 века» 9 класс, «Умение управлять собой» 10-11 классы.

Ежегодно в школе проходят декады по профилактике правонарушений, наркомании и токсикомании. О здоровом образе жизни с ребятами говорит нарколог, с девочками — врач-гинеколог, работники полиции, фельдшер ФАПа. Один раз в полугодие мы проводим ставший уже традиционным День

Здоровья. Наши декады профилактики носят тематический характер. Так как курение является одной из вредных и распространенных привычек среди молодёжи, то мы уделяем этому много внимания. В плане работы обязательно присутствуют классные часы «Брось курить, пока не поздно», «Курить, выпивать — себя убивать», «Жизнь без табака» и др. Есть ли результаты? Есть. Среди учащихся нашей школы нет курящих.

Максимально возможную работоспособность и сохранение здоровья детей обеспечивает двигательная активность. Двигательная активность учащихся в течение учебного дня школа обеспечивается уроками физической культуры (3 часа с 1 по 11 классы), физкультминутками на уроках (1-9 классы). Школьные спортивные соревнования ставшие традиционными: «Веселые старты», общешкольный поход — любимые школьные праздники. Дополнительную двигательную активность 85% наших учеников «добирают», занимаясь в системе дополнительного образования через посещение спортивных секций по волейболу и футболу. В течение всего учебного года в фойе школы установлен стол для настольного тенниса, что также способствует увеличению двигательной активности учащихся. В зимний период на территории школы функционирует каток, при этом большинство учащихся обеспечивается необходимым спортивным инвентарем за счет школы. Здоровьесберегающая среда школы включает в себя, конечно, материально-предметный компонент. Школа имеет достаточное количество спортивного инвентаря: мячи, скакалки, гимнастические палки, обручи и другой спортивный инвентарь.

Немаловажное значение имеет организация питания. В школе организовано одноразовое горячее (горячий завтрак) питание, с осуществлением витаминизации. Пришкольная территория активно используется для образовательных экскурсий, прогулок на свежем воздухе, проведении уроков физической культуры, здоровья и просто для игры.

Администрацией ОУ уделяется большое внимание составлению расписанию уроков. Расписание составляется в соответствии санитарно-гигиеническим

требованиям, учитывается объем учебной нагрузки учащихся, затраты времени на выполнение домашнего задания, элективных курсов и кружков. В школе разрабатываются новые инновационные модели обучения, используются современные образовательные технологии: организация учебно-поисковой деятельности, исследовательской, учебно-игровой, моделирующей; учебно-воспитательная среда реализуется через проектную деятельность. Именно проектная деятельность становится приоритетной по пропаганде здорового образа жизни, так как путём планирования, прогнозирования, моделирования реализуются потребности ребёнка.

Главное достоинство нашей школы в формировании здоровьесберегающей среды это - системная просветительская работа по воспитанию у детей ответственности за свое здоровье, здоровье семьи и общества; обучению навыкам здорового образа жизни и поддержанию хороших межличностных отношений.