ГБОУ АО «Вычегодская СКОШИ»

**Организация здоровьесберегающей среды в школе - интернате**

Подготовили: Хохлова Ольга Валерьевна, учитель

Корелина Людмила Михайловна, воспитатель.

В настоящее время состояние Российского государства, высочайшие темпы его развития предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью. Забота о здоровье ребёнка занимает приоритетные позиции. Здоровье детей – это главное достижение нации, критерий духовного, политического, социально - экономического развития общества. Под понятием «здоровье» в совершенном цивилизованном обществе подразумевается не только отсутствие болезней и физических дефектов, но и наличие полного физического, духовного и социального благополучия индивидуума.

Формирование здорового поколения – это одна из главных стратегических задач развития нашей страны. Полноценное физическое развитие и здоровье ребёнка – это основа формирования личности.

Значимыми факторами, формирующими здоровье детей, являются грамотно организованная система воспитания и обучения детей в школе, физическое воспитание, способствующее сохранению и укреплению здоровья школьников.

Цель здоровьесберегающей деятельности школы - сохранение, профилактика и улучшение состояния здоровья каждого воспитанника.

Здоровьесберегающее направление работы школы предполагает организацию и проведение целенаправленной работы, направленной на пропаганду здорового и безопасного образа жизни, сохранение и укрепление здоровья, профилактику заболеваемости.

Для целостной и целенаправленной системы формирования культуры здоровья школьников необходима согласованная работа всех работников школы. Поэтому в нашем учреждении в организации работы по данному направлению принимают участие классные руководители, воспитатели, педагоги – предметники, педагоги дополнительного образования, социальный педагог, педагоги - психологи школы, медицинская служба.

Решение основных задач здоровьесбережения в нашей школе осуществляется через слаженную здоровьесберегающую среду:

- в первую очередь - режим дня, в котором предусмотрены зарядка, подвижные перемены, динамические часы на улице в соответствии с погодными условиями, прогулки, спортивные игры, закаливающие процедуры;

- использование мониторинга состояния физического развития современного поколения детей. Педагогические коллективы классов проводят разнообразные диагностические исследования, анкеты, тесты. Ежегодно старшим воспитателем проводится диагностика знаний обучающихся школы по пожарной безопасности и правилам дорожного движения. По итогам исследований можно проследить динамику сформированности тех или иных знаний у обучающихся по здоровому образу жизни, правильному питанию, отношению к проблемам здоровья, знанию навыков сохранения собственного здоровья и т. д.

На основе полученных данных педагогические коллективы классов планируют мероприятия на новый учебный год;

- пропаганда здорового образа жизни ведётся в процессе внеурочной, досуговой деятельности, а в классах, обучающихся по ФГОС, ещё и через курсы внеурочной деятельности, в предыдущие годы проходили курсы «Разговор о здоровом питании», «Будем здоровы!», «В здоровом теле – здоровый дух», «Динамический час».

Обширные возможности воспитания культуры здоровья даёт организация оздоровительных, профилактических мероприятий во внеурочное время. Используемые для этого формы и методы разнообразны и реализуется через систему проведения классных часов, внеклассных занятий, бесед, практических занятий, выпусков стенгазет и стендов, диспутов, тренингов, организация спортивных мероприятий, Дней здоровья, спартакиад, социальных акций, игр на свежем воздухе, проведения спортивных соревнований и состязаний, динамических пауз, физкультминуток, гимнастик для глаз, дыхательных гимнастик, релаксаций, решения ситуационных задач, рассмотрения ситуаций, бесед с инспектором по делам несовершеннолетних, конкурсов рисунков, изучение документов, викторин, лекций, дискуссий, имитационных игр, ролевых игр, просмотров видеофильмов, инсценирования ситуаций, анкетирования, часов общения, акций «Скажем курению – нет!» и других мероприятий.

Их целью является предупреждение правонарушений и несчастных случаев, профилактика различных заболеваний и привычек, пропаганда здорового образа жизни и безопасного поведения. Никто не знает своих учеников лучше, чем классный руководитель и воспитатели класса. И именно им известны все вредные привычки своих воспитанников. И если в младших классах вредные привычки безобидные: грызть ногти, грызть ручки, карандаши и другие канцелярские принадлежности, перекусы чипсами, употребление газированных напитков и т.д. То в старших классах вредные привычки имеют уже пагубный характер: курение, злоупотребление вейпами, употребление алкоголя. И чем раньше будет выявлена вредная привычка, тем более эффективной будет помощь. Вредные привычки школьников можно попробовать искоренить разными методами. Одним из таких методов является организация свободного времени подростка. Организованная свободная деятельность способна стать важным фактором физического развития детей. Любимые занятия поддерживают эмоциональное здоровье, способствуют выходу из стрессов и мелких беспокойств;

- следующая составляющая здоровьесберегающей среды - организация общешкольных соревнований, работа школьного адаптивно - спортивного клуба «Здоровое поколение».

Спортивные соревнования являются одной из самых интересных, увлекательных форм внеклассной работы по физическому воспитанию в школе. Они содействуют привлечению обучающихся к систематическим занятиям физическими упражнениями, повышают физическую подготовленность, сплачивают детский коллектив.

Соревнования включаются в план общешкольных мероприятий. В начале учебного года точно определяются сроки проведения соревнований. С учётом этих сроков проводится подготовка к соревнованиям.

Спортивные соревнования организуются и проводятся непосредственно руководителем и членами школьного спортивного клуба. В течение учебного года обучающиеся школы принимают участие не только в школьных, но и муниципальных и региональных соревнованиях;

- неотъемлемой частью по реализации задач здоровьесберегающего направления является кружковая работа, посещение спортивного и гимнастического зала.

В течение учебного года воспитанники школы посещают спортивные секции «ОФП», «Спортивные игры», целью которых является привлечение обучающихся к систематическим занятиям спортом, направленных на сохранение, поддержание, формирование их здоровья и всестороннее физическое развитие.

Во время организованной свободной деятельности обучающиеся школы совместно с воспитателями посещают спортивный и гимнастический зал;

- формирование культуры здоровья успешно происходит в общественно - полезной трудовой деятельности. Формирование положительного отношения к труду, желание трудиться приводит к накоплению запаса жизненной силы, которая предохраняет от многих болезней, удлиняя жизненное существование. Одним из видов трудовой деятельности является выполнение ребёнком каких - либо поручений (полить цветы, прибраться на парте, в шкафу, приготовить учебную форму и т. д.). Ежегодно в школе проводятся субботники по благоустройству пришкольной территории;

- активно с обучающимися ведёт работу медицинская служба школы. Ежемесячно в каждом классе проводятся беседы по культуре здоровья, профилактике заболеваний, практические занятия по оказанию неотложной помощи при различных травмах.

Также ребята принимают активное участие в работе санитарного и спортивного секторов школьного актива школы, работают с портфолио.

У каждого обучающегося школы в разделе портфолио «Это я» есть подраздел «Моё здоровье».

Сегодня, очевидно, каждая школа должна стать «школой здоровья», а сохранение и укрепление здоровья обучающихся должно стать приоритетной функцией образовательного учреждения. Наверное, нам всем нужно не строить грандиозных заоблачных планов, которые сегодня, по ряду объективных причин, не могут быть выполнены, а решать самые простые, но очень важные ежедневные проблемы, чтобы постепенно продвигаться в осуществлении поставленной цели — сохранить, укрепить и улучшить здоровье наших детей. Необходимость усиления работы всего педагогического коллектива по укреплению здоровья детей очевидна.

Каждый взрослый мечтает быть здоровым. Дети, к сожалению, не думают об этом. Мы обязаны помочь ребёнку осознать, что нет ничего прекраснее здоровья. Здоровый и духовно развитый человек счастлив. Он отлично себя чувствует, получает удовлетворение от учебной деятельности, стремиться к самосовершенствованию.