

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №2

с. Обшаровка муниципального района Приволжский Самарской области

445551 Самарская область, Приволжский район, село Обшаровка, ул. Терешковой 16
Телефон/факс: 8 (84647) 93-2-32 E-mail: so_school2_obsh@samara.edu.ru

ПРИНЯТА
на педагогическом совете
ГБОУ СОШ № 2 с. Обшаровка
Протокол № 1
«30» августа 2024 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ № 2
с. Обшаровка
_____/С.М.Овчинникова
Приказ П № 151а од от 30.08.2024



S=RU, O=ГБОУ СОШ № 2
с. Обшаровка,
CN=Овчинникова
Светлана Михайловна,
E=school2_obsh@samara.ed
u.ru
00bf0d7b0d5a7dd186
2024.08.30 13:05:41+04'00'

Программа

«Здоровьесберегающее пространство школы»



Здоровье – не всё,
но всё без здоровья – ничто.
Сократ

Цели и задачи программы

Цель программы: сохранение и укрепление здоровья учащихся через систему профилактических оздоровительных мероприятий

Задачи программы:

- Создание условий для сохранения и укрепления здоровья учащихся;
- Выявление одарённых детей, обладающих уникальными физическими способностями, содействие полному их раскрытию;
- Привлечение к соревнованиям и конкурсам не только здоровых детей, но и учащихся с ослабленным здоровьем, физическими недостатками, обеспечивая при этом равные шансы на победу для всех учащихся;
- Воспитание негативного отношения к вредным привычкам, активная и широкая пропаганда здорового образа жизни;
- Установление тесной взаимосвязи с медицинскими учреждениями района по вопросам профилактики заболеваний.

Деятельность по реализации программы предполагает:

- Объединение учащихся в соответствии с их спортивными интересами для совместных занятий в спортивных кружках и секциях;
- Проведение разнообразных спортивных праздников и состязаний, игр, Дней здоровья;
- Подготовку и проведение тематических классных часов, бесед, родительских собраний, лекториев;
- Организацию экскурсий, походов, прогулок;
- Пропаганда здорового образа жизни детей и подростков;
- Организация интересного и плодотворного досуга, в том числе и в каникулярное время
- Привлечение внимания родителей и других представителей взрослого населения к проблемам формирования и ведения здорового образа жизни.

Участники программы:

- Учащиеся школы;
- Члены педагогического коллектива;
- Медицинские работники;
- Родители



**План работы
по реализации программы «Здоровьесберегающее пространство школы»**

I. Основные направления деятельности и предлагаемые формы работы

| № п/п | Содержание работы | Сроки | Ответственные | Система целесообразных форм и мер организации работы |
|-------|--|--|---|--|
| 1. | Поддержание санитарно-гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т.д.); организация дежурства по классу, по школе и по столовой | В течение года | классные руководители, администрация школы | |
| 2. | Эстетическое оформление интерьера класса и школы (разведение цветов, живые уголки, информационные центры) | Постоянно | заведующие кабинетами, Овчинникова С.М. | |
| 3. | Рациональное расписание уроков, не допускающее перегрузок | Ежегодно сентябрь, январь | Заместитель директора по УР | |
| 4. | Приемка кабинетов (аттестация рабочих мест), их соответствие требованиям (санитарно-гигиеническим, психофизическим, эстетическим) | Ежегодно август | Администрация школы, Заведующие кабинетами | |
| 5. | Организация активного отдыха на переменах (подвижные игры, настольные игры, работа библиотек) | Постоянно | Бекренева Н.В., Лычева Т.П., дежурный класс | Семинар для зам.директоров школ, педагогов-организаторов |
| 6. | Работа психологов ГКУ СО «КЦСОН Юго – Западного округа» отделение м.р.Приволжский по специальным программам, диагностика, организация психологоэмоциональной разгрузки учителей и учащихся. Организация психологической помощи | 1 раз в год По мере необходимости | Матвеева Л.Ф. | Тематика родительских собраний |
| 7. | Введение учебных предметов, непосредственно формирующих здоровый образ жизни: ОБЖ, ОЖС, «Окружающий мир», Физическая культура | В теч. года | Администрация школы | Педсовет |

| | | | | |
|-----|---|----------------|--|---------------------------------------|
| 8. | Проведение «здоровых уроков»; разнообразие форм проведения уроков | Постоянно | Администрация, учителя-предметники | Педсовет |
| 9. | Проведение тематических классных часов по программам «Здоровьесберегающее пространство школы», «Здоровое питание» | По плану школы | Классные руководители 1 – 11 классов | Примерная тематика классных часов |
| 10. | Подготовка учащихся к экзаменам, как к радостному событию | 2 полугодие | Зам.директора по УР, учителя-предметники | Семинар с учителями школы |
| 11. | Проведение мероприятий по охране зрения учащихся | Повседневно | Учителя-предметники | Мероприятия по охране зрения учащихся |

II. Уровень здоровья учащихся.

Мероприятия по сохранению и укреплению здоровья учащихся

| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |
|----|---|--|--------------------------------------|--|
| 1. | Состояние здоровья учащихся (анализ на основе углубленного осмотра) | Начало учебного года | Хохрина И.И. | Педсоветы, родительские собрания. Выступления врача и медсестры на педсоветах и родительских собраниях. Индивидуальные консультации и рекомендации |
| 2. | Улучшение качества медицинского обслуживания: <ul style="list-style-type: none"> Усовершенствование материальной базы медкабинета. Программа деятельности школьного медработника: работа с больными детьми. Наблюдение врача-педиатра, закреплённого за школой (организация амбулаторного и диспансерного лечения) | Постоянно Не реже 1 раза в месяц Постоянно | Хохрина И.И. Овсянникова И.И. | |
| 3. | Организация горячего питания | Постоянно | классные руководители | |
| 4. | Профилактическая работа во время эпидемий | | Администрация школы, | Составляется специальная |

| | | | | |
|----|---|-------------|---------------------------------------|--|
| | | | Хохрина И.И. | программа |
| 5. | Оздоровление детей в санаториях Самарской области | В теч. года | Кузина Е.В. | |
| 6. | Оздоровительная работа с детьми в летний период | Июнь | Начальник летнего лагеря, воспитатели | Организация и работа оздоровительного лагеря, турпоходы, экскурсии |

III. Гигиеническое, санитарно-просветительское воспитание учащихся

| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |
|----|--|-------------------|--|---|
| 1. | Просветительская работа | 1 раз в четверть | Психологи ГКУ СО «КЦСОН Юго – Западного округа» отделение м.р.Приволжский, зам. директора по УР, зам. директора по ВР, медсестра | 1.Совещания по различным темам. 2. Лекции врачей. 3.Индивидуальные консультации |
| 2. | Реализация программы «Здоровое питание» (1-11 кл.) | В течение года | Классные руководители, школьный врач, медсестра | |
| 3. | Пропаганда спецлитературы по здоровому образу жизни | | Педагог-библиотекарь Бекренева Н.В. | |
| 4. | Организация постоянно действующих лекториев для учащихся, учителей, родителей по пропаганде здорового образа жизни | | Классные руководители | Тематика составляется на основе диагностических данных, исследований педагогов, родителей, учащихся |
| 5. | Организация работы спортивных кружков и секций | Ежегодно сентябрь | Кузина Е.В. | |

IV. Профилактика вредных привычек (курение, алкоголизм, наркомания)

| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |
|----|---|----------|------------------------------------|--|
| 1. | Результаты тестирования учащихся (5-8 кл., 9-11 кл.) по выявлению склонностей учащихся к вредным привычкам. Определение дальнейшей деятельности школы | Ежегодно | Кузина Е.В., классные руководители | Вопросы и анкеты |
| 2. | Участие в проведении: Международного дня борьбы со СПИДом; | 1.12 | Кузина Е.В. классные руководители, | <ul style="list-style-type: none"> • Выпуск плакатов и бюллетеней • Тест «Что мы знаем о курении»; |

| | | | | |
|----|--|-----------------|---|---|
| | Международного дня борьбы с курением | 19.11 | | <ul style="list-style-type: none"> • Беседа врача. • Диспут «Мы против» • Акция «Чистая книга» |
| 3. | Родительский лекторий | Раз в полугодие | Администрация школы, спецслужбы | Круглый стол. Участники: Родительские комитеты, педагоги, КДН, врач, нарколог |
| 4. | Цикл лекций по профилактике вредных привычек | Постоянно | Классные руководители, Хохрина И.И., врачи | Цикл лекций, составленный классными руководителями на год с учётом возрастных особенностей учащихся |
| 5. | Проведение школьной акции «Мы – за ЗОЖ» | Ежегодно | Филев С.П., Чернышова Н.В., Лычева Т.П., Овчинникова С.М. | <p>В программе:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Конкурс рисунков, плакатов, сочинений; • Обзорные книжные выставки, материалы СМИ; • Просмотр фильмов; • Беседы, диспуты, конференции на классных часах • Спортивные соревнования |

V. Физкультурно-массовая оздоровительная работа

| 1. | 2. | 3. | 4. | 5. |
|----|---|------------------|---|---|
| 1. | <p>Анализ занятости учащихся физкультурой и спортом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определение группы здоровья; • Занятость в спортивных секциях | Сентябрь, январь | <p>Хохрина И.И., Кузина Е.В., учителя физкультуры</p> | <p>В школе должно быть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Расписание работы спортсекций • Данные о посещении спортивных секций |
| 2. | План общешкольной спартакиады школьников | | Учителя физкультуры | <ul style="list-style-type: none"> • Школьные спортивные соревнования |
| 3. | Школьные программы спортивно- | Учебный год | Учителя физкультуры, | <ul style="list-style-type: none"> • Дни здоровья; • Работа |

| | | | | |
|----|----------------------------------|------|--|--|
| | оздоровительной работы | | руководители спортивных кружков и секций | школьных спортивных секций; <ul style="list-style-type: none"> • Подвижные игры, конкурсы; • Турслёты, походы |
| 4. | Летняя оздоровительная программа | Июнь | Начальник летнего лагеря, воспитатели | Школьный оздоровительный лагерь |

VI. Система классных часов
1 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|---|--|
| 1. | Сентябрь | Правила поведения в школе | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Трамвоопасные участки в школе | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Режим дня | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Одежда осенью и зимой. Уход за одеждой | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Правила поведения в общественных местах | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Подвижные игры во время перемен | Классный руководитель, учитель физкультуры |
| 7. | Март | Вред табачного дыма | Классный руководитель, школьный врач |
| 8. | Апрель | Укусы насекомых | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Основы личной безопасности дома | Классный руководитель |

2 класс

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|----|---------|--|--------------------------------------|
| 1. | Ноябрь | Самопознание через ощущение, чувство и образ | Классный руководитель |
| 2. | Декабрь | Дружба | Классный руководитель |
| 3. | Январь | Безопасное поведение в школе | Классный руководитель |
| 4. | Февраль | Гигиена учебного труда и отдыха | Классный руководитель, школьный врач |
| 5. | Март | Гигиена питания | Классный руководитель |

| | | | |
|----|--------|------------------------|--|
| 6. | Апрель | О вреде табачного дыма | Классный руководитель школьный врач |
|----|--------|------------------------|--|

3 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|--|---|
| 1. | Сентябрь | Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Способы решения конфликтных ситуаций | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Бытовой и уличный травматизм | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Строение тела человека. Здоровье и болезнь | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Поведение в экстремальных ситуациях | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Профилактика инфекционных заболеваний. Микробы | Классный руководитель |
| 7. | Март | Питание – основа жизни | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Вред табачного дыма. Что такое алкоголь и чем опасно его употребления | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Правила поведения за столом и уход за посудой | Классный руководитель |

4 класс

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|----|----------|--|---|
| 1. | Сентябрь | Безопасное поведение в школе во время уроков и перемен | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Я и другие | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Режим дня школьника | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Как защититься от простуды и гриппа | Классный руководитель, школьный врач |
| 5. | Январь | Кого я могу назвать своим другом, подругой | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Один дома | Классный руководитель |
| 7. | Март | Правильное питание – залог здоровья | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Поведение в общественных местах | Классный руководитель |
| 9. | Май | На водоёме, в лесу, в горах | Классный руководитель |

5 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|----------------------------|--------------|
| 1. | Сентябрь | Способ преодоления стресса | Классный |

| | | | |
|----|---------|---|--------------------------------------|
| | | | руководитель |
| 2. | Октябрь | Безопасность поведения в школе | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | «Легальные» и «нелегальные» психоактивные вещества | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Режим дня | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Функции основных систем организма | Классный руководитель, школьный врач |
| 6. | Февраль | Переутомление. Его признаки | Классный руководитель, школьный врач |
| 7. | Март | Критика. Её виды. Способы реагирования | Классный руководитель, |
| 8. | Апрель | Продукты питания в разных странах | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Правила безопасности на дорогах. Правила поведения с незнакомыми людьми. Меры предосторожности при контакте со случайными знакомыми | Классный руководитель |

6 класс

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|----|----------|--|--------------------------------------|
| 1. | Сентябрь | Межличностное общение | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Что такое дружба | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Как избежать конфликтной ситуации | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Моя семья | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Я и другие. Как я отношусь к критике | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Гигиена тела | Классный руководитель, школьный врач |
| 7. | Март | Правильное питание | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Психоактивные вещества | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Личная безопасность. Правила поведения в экстремальных ситуациях | Классный руководитель |

7 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|---|-----------------------|
| 1. | Сентябрь | Безопасное поведение в школе | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Я и другие. Возможные конфликты с родителями, друзьями, учителями | Классный руководитель |

| | | | |
|----|---------|--|--------------------------------------|
| 3. | Ноябрь | Безопасное поведение на дорогах и в транспорте | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Влияние наркотиков на жизненный стиль человека | Классный руководитель, школьный врач |
| 5. | Январь | Стресс, его психологические и физиологические проявления. Способы совладания со стрессом | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Правила личной гигиены подростков | Классный руководитель, школьный врач |
| 7. | Март | Гигиена учебного труда и отдыха | Классный руководитель, школьный врач |
| 8. | Апрель | Потребности организма подростка в основных веществах и энергии | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Правила безопасного обращения с огнём. Доврачебная помощь при ожогах | Классный руководитель, школьный врач |

8 класс

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|----|----------|---|--------------------------------------|
| 1. | Сентябрь | Безопасное поведение на дорогах | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Бытовой и уличный травматизм | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Правила выбора гигиенических средств ухода за телом | Классный руководитель, школьный врач |
| 4. | Декабрь | Признаки утомления органов зрения и слуха. Способы снятия утомления | Классный руководитель, школьный врач |
| 5. | Январь | Инфекционные заболевания и иммунитет подростка | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Болезни, передаваемые через пищу | Классный руководитель, школьный врач |
| 7. | Март | Употребление психоактивных веществ как слабость воли, болезнь | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Безопасное поведение на природе | Классный руководитель, школьный врач |

9 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|--|------------------------|
| 1. | Сентябрь | Самооценка личности | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Конфликты и способы их разрешения | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Гигиена тела – основа здорового образа жизни | Классный руководитель, |

| | | | |
|----|---------|---|--------------------------------------|
| | | | школьный врач |
| 4. | Декабрь | Режим дня и оптимальные условия функционирования организма человека | Классный руководитель |
| 5. | Январь | Питание – основа жизни | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Безопасное поведение. Травматизм | Классный руководитель |
| 7. | Март | Поведение в экстремальных ситуациях | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Психоактивные вещества как фактор риска в жизни человека | Классный руководитель, школьный врач |
| 9. | Май | Правила безопасности на экскурсии и в походе | Классный руководитель |

10 класс

| 1. | 2. | 3. | 4. |
|----|----------|--|--------------------------------------|
| 1. | Сентябрь | Самопознание. Ответственность и свобода выбора | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | СПИД: пути передачи и способы предупреждения | Классный руководитель, школьный врач |
| 3. | Ноябрь | Правила поведения в местах общественного питания | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Уход за кожей лица | Классный руководитель, школьный врач |
| 5. | Январь | Конформизм, самостоятельность, лидерство | Классный руководитель |
| 6. | Февраль | Самоконтроль и саморегуляция настроения и поведения | Классный руководитель |
| 7. | Март | Диеты, лечебное питание, голодание, пост | Классный руководитель, школьный врач |
| 8. | Апрель | Юридическая и материальная ответственность за употребление психоактивных веществ | Классный руководитель |
| 9. | Май | Модели поведения в экстремальных ситуациях | Классный руководитель |

11 класс

| № п/п | Сроки | Тема классного часа | Кто проводит |
|-------|----------|---|------------------------|
| 1. | Сентябрь | Любовь, вражда и одиночество | Классный руководитель |
| 2. | Октябрь | Человек в семье. Семья и её функции. Психологический климат семьи. Развод | Классный руководитель |
| 3. | Ноябрь | Личность. Формальные и неформальные группы | Классный руководитель |
| 4. | Декабрь | Косметические средства. Гигиена, эстетика, здоровье | Классный руководитель, |

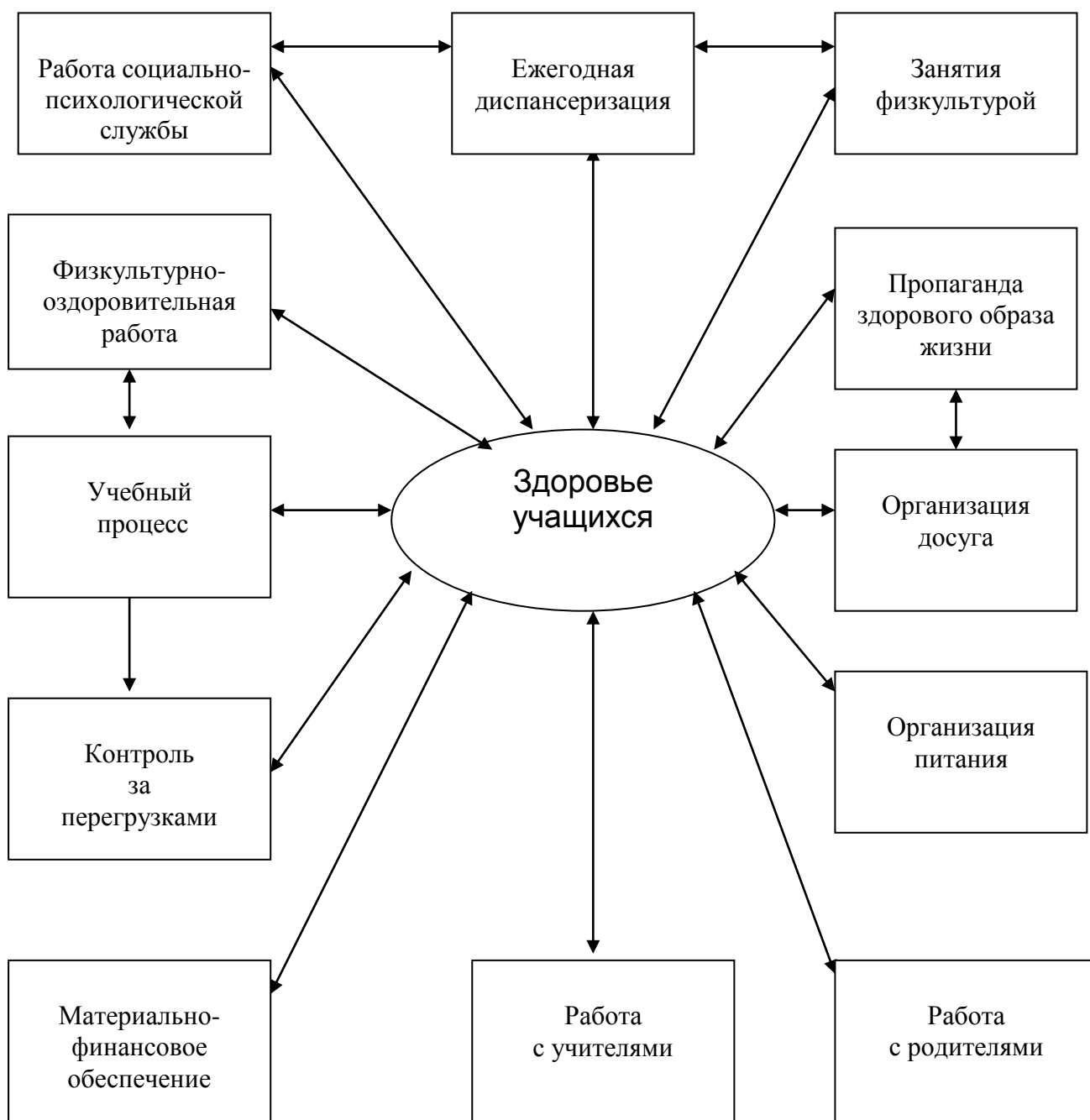
| | | | |
|----|---------|--|--------------------------------------|
| | | | школьный врач |
| 5. | Январь | Пищевые приоритеты | Классный руководитель, школьный врач |
| 6. | Февраль | Административная и юридическая ответственность при создании травмоопасной ситуации | Классный руководитель |
| 7. | Март | Ответственность за нарушения правил дорожного движения | Классный руководитель |
| 8. | Апрель | Модели поведения людей в экстремальных ситуациях | Классный руководитель |
| 9. | Май | Социальные, психологические и физиологические последствия употребления психоактивных веществ | Классный руководитель, школьный врач |

VII. Содержание работы школьного
медработника

| № п/п | Содержание работы | Сроки |
|--|--|------------------------------------|
| <i>I. Организационная работа</i> | | |
| 1. | Проверка санитарного состояния школы и выявление травмоопасных мест перед началом каждого учебного периода | Август, ноябрь, январь, апрель |
| 2. | Сверка медицинских документов учащихся | Август - сентябрь |
| 3. | Оформление обязательной документации | Август - сентябрь |
| 4. | Составление графика диспансеризации учащихся | Сентябрь |
| <i>II. Лечебно – профилактическая работа</i> | | |
| 1. | Диспансеризация учащихся с 1 по 11 класс | Октябрь |
| 2. | Рекомендации учителям и классным руководителям по результатам диспансеризации | В течение года |
| 3. | Необходимое дополнительное обследование учащихся | В течение года |
| 4. | Профилактика спортивного травматизма | В течение года |
| 5. | Контроль уроков физкультуры и спортивных соревнований | В течение года |
| 6. | Контроль состояния учебных мастерских | В течение года |
| 7. | Контроль и сопровождение учебных экскурсий | В течение года |
| 8. | Контроль соблюдения санитарно-гигиенических норм образовательного процесса | В течение года |
| <i>III. Противоэпидемическая работа</i> | | |
| 1. | Анализ иммунозащиты учащихся и планирование профилактических прививок на год | В течение года |
| 2. | Проведение профилактических прививок согласно российскому календарю | Октябрь, ноябрь |
| 3. | В случае возникновения инфекционного заболевания в школе проведение противоэпидемических мероприятий: <ul style="list-style-type: none"> • Ежедневный контроль за контактными детьми с учётом инкубационного периода заболеваний; • Дополнительные инструктажи сотрудников школы по санитарной обработке помещений и столовой; • Ведение учётной документации | В период инфекционного заболевания |
| 4. | Постоянный контроль за школьной столовой: <ul style="list-style-type: none"> • Контроль за состоянием здоровья работников столовой; • Контроль ассортимента продуктов, сроков их реализации, технологии обработки продуктов; • Ведение бракеражного журнала; | Ежедневно |

| | | |
|---|---|----------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Контроль за санитарным состоянием кухни и обеденного зала | |
| 5. | Контроль за санитарным состоянием школы | В течение года |
| <i>IV. Лечебная работа</i> | | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Ежедневный приём учащихся и сотрудников школы; • Оказание неотложной помощи; • Назначение лечения в случае заболевания и наблюдение в течение всего периода болезни | В течение года |
| <i>V. Санитарно-просветительская работа</i> | | В течение года |
| <i>VII. Лекторий для родителей</i> | | Ноябрь, март |

**Схема реализации
программы
«Здоровьесберегающее пространство школы»**



Здоровьесберегающие технологии в ОУ

Комплексное использование личностно-ориентированных технологий

Среди здоровьесберегающих технологий можно особо выделить технологии личностно-ориентированного обучения, учитывающие особенности каждого ученика и направленные на возможно более полное раскрытие его потенциала. Сюда можно отнести технологии проектной деятельности, дифференцированного обучения, обучения в сотрудничестве, разнообразные игровые технологии.

Личностно-ориентированное обучение предполагает использование разнообразных форм и методов организации учебной деятельности.

При этом перед учителем встают новые задачи: создание атмосферы заинтересованности каждого ученика в работе класса; стимулирование учащихся к высказываниям и использованию различных способов выполнения заданий без боязни ошибиться; создание педагогических ситуаций общения на уроке, позволяющих каждому ученику проявлять инициативу, самостоятельность, избирательность в способах работы; создание обстановки для естественного самовыражения ученика.

Для решения этих задач могут применяться следующие компоненты:

1. создание положительного эмоционального настроения на работу всех учеников в ходе урока;
2. использование проблемных творческих заданий;
3. стимулирование учеников к выбору и самостоятельному использованию разных способов выполнения заданий;
4. применение заданий, позволяющих ученику самому выбирать тип, вид и форму материала (словесную, графическую, условно-символическую);
5. рефлексия. Обсуждение того, что получилось, а что — нет, в чем были ошибки, как они были исправлены.

Исходя из вышеизложенного, становится очевидным, что эти технологии позволяют параллельно решать и задачи охраны здоровья школьников, как в психологическом, так и в физиологическом аспектах. Именно благодаря использованию современных технологий оказывается возможным обеспечить наиболее комфортные условия каждому ученику, учесть индивидуальные особенности каждого ребенка, а следовательно, минимизировать негативные факторы, которые могли бы нанести вред его здоровью.

Это предполагает использование индивидуальных заданий разных типов и уровней, индивидуального темпа работы, выбор учебной деятельности, личный выбор учащимися блочно-модульных систем образовательного процесса, проведение обучающих игр, проектную деятельность, коллективную деятельность, профилизацию образования, медико-психолого-педагогическое сопровождение учащихся.

Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности

Личностно-ориентированные (антропоцентрические) технологии в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей. Личность ребёнка превращается в приоритетный субъект, становится целью образовательной системы. В рамках этой группы в качестве самостоятельных направлений выделяются гуманно-личностные технологии, технологии сотрудничества, технологии свободного воспитания;

Педагогика сотрудничества – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Цель школы, реализующей ПС,— разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Это в полной мере совпадает с механизмами формирования и укрепления здоровья путём наращивания адаптационных ресурсов человека, потенциала его психологической адаптации. Важнейшая черта этой педагогики – приоритет воспитания над обучением – позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья школьника.

Проявления гуманного отношения к детям, перечисленные в качестве факторов учебно-воспитательного процесса, такие как любовь к детям, и оптимистичная вера в них, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам, в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения – оказывают благоприятное воздействие на психику учащихся и способствуют формированию здоровой психики и, как следствие, высокого уровня психологического здоровья. Этому же способствует решение одной из задач ПС – формирование положительной Я-концепции личности подростка.

Технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на плодотворных идеях Л. С. Выготского, в частности – его гипотезе о том, что знания являются не конечной целью обучения, а лишь средством развития учащихся. Классификационные характеристики технологии РО, разработанной Д. Б. Элькониным и В. В. Давыдовым, в определённой части отвечают принципам здоровьесберегающей педагогики: антропоцентрическая философская основа, признание основным фактором развития психогенного, развивающая концепция усвоения и т. д. Ориентация на «зону ближайшего развития» ученика при построении его индивидуальной образовательной программы позволяет в максимальной степени учесть его способности, возможности, темпы развития, влияние окружающей среды и условий. Важным моментом, положительно влияющим на психологическое состояние ученика, а в динамике – и на его здоровье, является принятый в ТРО характер оценки учебной деятельности.

Технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов была разработана В. В. Фирсовым как один из вариантов развития технологии уровневой дифференциации. У учителя появляется возможность дифференцированно помогать слабому ученику и уделять внимание сильному, более эффективно работать с трудными детьми. Сильные учащиеся активно реализуют своё стремление быстрее продвигаться вперёд и вглубь, слабые – меньше ощущают своё отставание от сильных.

Важной отличительной особенностью данной технологии, которую можно рассматривать как системообразующую для целой группы образовательных технологий, является разработанный подход к оцениванию знаний учащихся.

Технология психологического сопровождения учебной группы разработана М. Ю. Громовым и Н. К. Смирновым как модель внедрения в работу школы принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии. В её основе – активное участие психологов в образовательном процессе школы, превращение школьного психолога в одну из ключевых фигур учебно-воспитательного процесса, основанного на принципах здоровьесбережения. Именно психогенные нарушения здоровья являются наиболее распространёнными среди школьников и служат в дальнейшем основой развития большого числа разных заболеваний. Учителям, освоившим эту технологию становится и легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Но если мы не научим детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье. Если мы будем личным примером

демонстрировать здоровый образ жизни, то только в этом случае можно надеяться, что будущие поколения будут более здоровы и развиты не только личностно, интеллектуально, духовно, но и физически. Если раньше говорили: “В здоровом теле - здоровый дух”, то не ошибется тот, кто скажет, что без духовного не может быть здорового.

Наблюдения показывают, что использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрыть свои творческие способности, а учителю эффективно проводить профилактику асоциального поведения.

К числу здоровьесберегающих технологий следует отнести и **«технологию раскрепощённого развития детей»**, разработанную физиологом В. Ф. Базарным.

Отличительные особенности этой технологии, основное внимание которой обращено главным образом на учащихся начальной школы, состоят в следующем:

1. Учебные занятия в классе проводятся в режиме смены динамических поз, для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть – стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется позвоночник, формируется осанка.
2. 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 на потолке, и специальные офтальмотренажеры, «бегущие огоньки». Упражнения сочетают в себе движения глазами, головой и туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно активизирующий заряд для всего организма. Результатами таких упражнений являются: развитие чувства общей и зрительной координации и их синхронизация; развитие зрительно-моторной реакции, в частности скорости ориентации в пространстве, в т. ч. реакции на экстремальные ситуации (типа дорожно-транспортных и т. п.).
3. С целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяется специально разработанный «Экологический букварь» (картина-панно), распложенный на одной из стен класса и изображающий уходящую в бесконечность и насыщенную природными и рукотворными зрительными стимулами местность, на которой с помощью специальных манекенов и карточек разворачиваются сюжеты урока. Это даёт возможность практически «бескнижного» обучения в начальной школе, снижая нагрузку на зрение.
4. Важная особенность уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого учитель использует подвижные «сенсорные кресты», карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе, а также специальные «держалки», позволяющие переключать зрение детей с ближних целей на дальние.
5. В процессе овладения детьми письмом применяются специальные художественно-образные каллиграфические прописи перьевой ручкой, формирующие утончённое художественное чувство и развивающие психомоторную систему «глаз – рука».
6. Обязательным предметом в технологии является детское хоровое пение, основанное на народных песнях и классической музыке.
7. В школах, использующих эту технологию, дети совместно с педагогами и родителями сами создают по законам искусства и трудового рукоделия окружающую их жизненную среду.
8. В технологии предусмотрено введение раздельно-параллельного образования мальчиков и девочек. Это означает, что, учась в классах раздельно, они, как и обычно, общаются друг с другом на переменах, в творческих кружках, на совместных вечерах и праздниках.

9. Одно из требований технологии – условие, отличающее все здоровьесберегающие технологии, — регулярное проведение экспресс-диагностики состояния детей и отчёт перед родителями о полученных результатах.

При использовании технологии Базарного результаты внедрения обучения по его системе показывают снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в детских и педагогическом коллективах, активное приобщение родителей школьников к работе по укреплению их здоровья и т. п., т. е. все признаки, которые характерны для школ, в которых целенаправленно занимаются здоровьем своих воспитанников. Это позволяет рассматривать технологию В. Ф. Базарного как здоровьесберегающую.