

К вопросу о здоровьесбережении школьников.

Елисеева Е.И., зам. директора ГПВ

Здоровье школьников – это серьезная национальная проблема. Президентом России Д.А.Медведевым в национальном проекте «Наша новая школа» отмечено, что важным направлением в работе современной школы является сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Различными исследованиями ученых доказано, что сам учебный процесс, неправильно спланированный, может являться источником отрицательного воздействия на здоровье детей. Поэтому учитель должен строить свой учебный процесс не только с учетом возраста и пола, специфики развития организма, физиологических и психологических процессов, но использовать всю информацию по сохранению и укреплению здоровья детей. По выражению академика Колесова, «... только при таком подходе может быть реализован принцип «здоровье через образование».

Следуя заповеди «не навреди» администрация школы и педагогический коллектив стремятся создать все необходимые условия, позволяющие работать по принципу сохранения и укрепления здоровья школьников. Это вызвано тем, что количество здоровых детей, приходящих в школу, составляет небольшой процент.

Данные по школе представлены в таблице.

Классы	1 группа	2 группа	3 группа	4 группа
1	3 %	66%	29%	2%
2	11,7 %	66%	5%	2%
3	9 %	69%	22%	-
4	13 %	60%	25 %	2,4 %

Где 1 группа - здоровые дети, 2 группа – излечимые болезни, 3 группа – хронические болезни, 4 группа – инвалиды и тяжелобольные.

Основываясь на данных, представленных школьным врачом Каряжиной Л.И., мы убедились, что процент больных детей высок. Всё это нас заставило пересмотреть школьные приоритеты, с 2008-2009 учебного года школа взяла курс на здоровьесбережение.

Администрацией школы был проведен педагогический совет по теме: «Формирование здорового стиля жизни как основа построения индивидуальных образовательных траекторий учащихся». На этом педагогическом форуме были рассмотрены условия личностного роста субъектов образовательного процесса, концептуальные положения здоровьесберегающих технологий, здорового образа жизни человека, а также определены показатели здоровья школьников, на которые могли бы ориентироваться педагогические работники в осуществлении взаимодействия со своими подопечными: сопротивляемость, адаптируемость организма к нагрузкам, восстанавливаемость, мобилизуемость и развиваемость здоровья. (В.В. Сериков).

В помощь педагогам Левченко Д.В., кандидатом педагогических наук ОГПУ, были разработаны рекомендации по использованию современных инновационных технологий с соблюдением позиций здоровьесбережения, схема анализа урока, а также положение о валеологической службе в школе. Только на паритетных началах обучения и здоровьесбережения возможно учащимся освоить программный учебный материал без ущерба для здоровья.

О снижении показателей здоровья в образовательном процессе еще в 1998 году заявляла Ситко Н.П., профессор, руководитель кафедры школьной гигиены при Оренбургской государственной медицинской академии. Она отмечала следующее: решение основной

здоровьесберегающей педагогики - сохранение высокой работоспособности, снижение утомления и исключение переутомления школьников - возможны только при правильной организации их труда и отдыха.

Структура урока оказывает большое влияние на функциональное состояние школьников и, как следствие, на работоспособность. Поэтому весьма важное значение имеет правильное построение урока, подразумевающее оптимальное чередование различных видов занятий неодинаковых по продолжительности, трудности, утомляемости. Правильная организация урока подразумевает учет динамики работоспособности. Во время фазы вработывания (первые 3-5 минут) нагрузка должна быть невелика, чтобы дать школьникам возможность «войти в работу».

В период оптимальной устойчивости работоспособности, нагрузка должна быть максимальной.

Последние минуты урока, когда имеет место наибольшее повышение работоспособности, соответствующее «конечному порыву», целесообразно посвятить закреплению нового материала.

Если проанализировать дневную динамику работоспособности, то можно сказать, что первый урок не очень продуктивный - он попадает в фазу вработывания - второй и третий уроки соответствуют периоду оптимальной устойчивой работоспособности, следовательно, максимально продуктивны, четвертый урок попадает в фазу некомпенсированного утомления и является малоэффективным. Поэтому при составлении расписания используется ранговая шкала трудности предметов (по Спивакову).

Работоспособность ребенка претерпевает изменения не только в течение дня, но и на протяжении недели. Во вторник функциональное состояние нервной системы наиболее благоприятно, а работоспособность – самая высокая и устойчивая. В среду облегченный день, планируется два легких урока.

Администрацией школы многое делается для создания благоприятной учебной среды в целях здоровьесбережения. Общеизвестно, что на ребенка, переступившего порог школы, обрушивается непрерывный поток информации, которую нужно успешно освоить. В своей деятельности мы используем методические рекомендации Сударевой, Т.И., доцента кафедры поликлинической педиатрии ОГМА « Система индивидуализированной реабилитации школьников», позволяющие создать щадящие условия для обучения школьников. В школе имеется два спортивных зала, медицинский и процедурный кабинеты с необходимым оборудованием для осуществления прививочных мероприятий, большая школьная столовая на 200 посадочных мест, обслуживаемая работниками «Подростка». Ежегодно в школе осуществляется профилактика гриппа с проведением противовирусных вакцинаций учащихся и педагогов. В начальных классах организован питьевой режим по договору с фирмой «Живая вода». В каждой классной комнате установлены подсветки классных досок, в соответствии с требованиями Роспотребнадзора, создан тепловой режим за счет установки новых пластиковых окон.

В школе функционирует программа «Здоровье», в рамках которой проводятся все школьные спортивные мероприятия. В период каникул на базе школы действует пришкольный лагерь дневного пребывания «Радуга», который охватывает в летний сезон около 150 учащихся. В 2010 -2011 учебном году на базе нашей школы проводились президентские состязания, среди учащихся девятых классов команда нашей школы заняла 1 место.

Важное место в работе с учащимися занимает психологическая служба, возглавляемая психологом школы Кавериной Н.М. Диагностико - коррекционная деятельность психолога помогает

педагогам в адаптации учащихся к школе, в преодолении неуспешности учащихся, в организации профильной и предпрофильной подготовки старшеклассников.

Таким образом, рассматривая здоровьесбережение в образовании как единство педагогических мер, направленных на улучшение здоровья учащихся и рост качества их образованности, можно сказать, что здоровьесбережение школьников в образовательном процессе предполагает решение образовательных задач с учетом состояния здоровья и с целью его сохранения, а по возможности и укрепления.