

**2.11.** Здоровье - категория педагогическая и одной из главных фигур в формировании культуры здоровья становится учитель.

Основная цель образования - развитие ребенка при сохранении здоровья, поэтому содержание школьной работы направлено на формирование потребности в здоровом образе жизни обучающихся, на профилактику и коррекцию психоневрологических нарушений: приобретать навыки саморасслабления, учить преодолевать барьеры в общении, лучше понимать себя и других, снимать психическое напряжение.

Здоровье - это мера реализации генетического потенциал, это резерв жизни, жизнеспособность человека как целостного творения в единстве его телесных, психических, духовно-нравственных характеристик.

Анализ здоровья обучающихся за последние годы показал, что не более 15% выпускников школы практически здоровы.

Общая заболеваемость в 2013 году на 1000 чел. составила 609,3 (в абсолютных цифрах 613) т.е. заболеваемость снизилась на 26 случаев на 1000 человек. Общая инфекционная заболеваемость в 2013 году составила 396,6 на 1000чел. населения (в 2012 – 412,3 на 1000), т.е. уменьшилась на 12случаев. Количество травм в 2013г.- 4 (в абсолютных цифрах). По структуре – 3 школьных травмы и 1 – спортивная. По сравнению с 2012г. травматизм снизился. Лишь 81,7 % обучающихся имеют основную группу здоровья, 16,5 % - подготовительную, 0,7% обучающихся вообще освобождены от любых физических нагрузок.

Количество детей, для которых здоровый образ жизни - норма в 1-4 классах - 90%, 5-8 классах - 65%, 9-11 классах-70%.

Количество детей с вредными привычками 1 -4 классы - 4%

5-8 классы - 23%

9-11 классах - 19%.

Количество детей, занимающихся в спортивных кружках и секциях - 68%.

С 2001 года школа реализует программу «Здоровье»

Основные цели программы «Здоровье»:

- формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому здоровью;
- формирование важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактика вредных привычек.

Выбирая способы реализации поставленных целей, ставим перед собой следующие задачи:

- ориентировать обучающихся на формирование представлений о здоровье и здоровом образе жизни;

- научить обучающихся применять полученные знания в жизни;

- создать в школе условия, способствующие оздоровлению обучающихся и их родителей;

- наработать в помощь педагогам и родителям специальное хрестоматийно - методическое пособие.

Мероприятия программы «Здоровье» группируются по функциональным блокам (подпрограммам) реализующим задачи программы.

В функциональные блоки программы входят комплексные мероприятия, обеспечивающие реализацию намеченных программой направлений развития и достижения ожидаемых результатов.

Программа «Здоровье» состоит из следующих функциональных блоков:

Функциональный блок «А» - «Междисциплинарная программа «Здоровье» под редакцией д.м.н. В.Н.Касаткина (адаптирована педагогами к условиям школы).

Блок «А» направлен на формирование осознанного отношения к своему физическому и психическому развитию, важнейших социальных навыков, способствующих успешной социальной адаптации, а также профилактику вредных привычек. Это обеспечит формирование основ здорового образа жизни.

Блок «А» содержит несколько содержательных линий: «Самопознание», «Я и другие», «Гигиенические правила и предупреждение инфекционных заболеваний», «Питание и здоровье», «Основы личной безопасности и профилактика травматизма», «Культура потребления медицинских услуг», «Предупреждение употребления психоактивных веществ».

Нами предлагается концентрическое рассмотрение каждой содержательной линии с учетом сензитивных периодов развития детей и возрастных особенностей. По своей методологической структуре занятие (урок здоровья) состоит из следующих частей:

- актуализация имеющегося опыта («мозговой штурм», аудио- и видеоматериалы);

- формирование новых представлений (психологические игры, творческие этюды, элементы психодрамы);

- отработка личной стратегии поведения («аукционы идей», решение проблемных ситуаций);

- осмысление, рефлексия («продолжи фразу», «рассудите нас» ...).

Функциональный блок «В» - «Внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия и физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме дня».

Блок «В» направлен на:

- вовлечение обучающихся и их родителей во внеклассные физкультурно-оздоровительные мероприятия;
- на сохранение здоровья школьников, организацию досуга, соблюдение санитарно-гигиенического режима классных комнат и т.д.

В блоке «В» особое внимание уделяется урокам физической культуры и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме учебного дня, что обеспечивает удовлетворенность двигательной активности школьников.

Работа спортивного направления насыщена спортивными соревнованиями, проходившими как внутри школы, так и в рамках спартакиады школьников города. Ежегодные мониторинги физической подготовленности учащихся показывают, что деятельность учителей физической культуры в рамках программы действительно эффективна в работе с учащимися всех параллелей.

Традиционные Дни здоровья представлены разноплановыми спортивными соревнованиями: «Соревнования по секциям», «Легкоатлетические эстафеты», «Веселые старты», «Льжные гонки», «Дневной дозор», «Спортивное ориентирование», «Туристическая полоса», соревнования по футболу, волейболу, пионерболу, баскетболу, «Спортивное многоборье» и др.

Организация образовательного процесса строится с учетом гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (выполнение домашних заданий, занятия в кружках и секциях):

- для учащихся 1 – 9-ых классов – пятидневная учебная неделя, для учащихся 10 - 11 классов шестидневная учебная неделя;
- расписание занятий соответствует нормам СанПиН;
- элективные курсы и кружки внеурочной деятельности начинаются после паузы;
- динамическая пауза в первых классах продолжительностью 40 минут на свежем воздухе, если позволяют погодные условия, или в спортивном зале;
- уроки начинаются в 08.00 ч., продолжительность уроков 45 минут;
- на каждом уроке с 1 по 11 класс проводятся физкультминутки;
- все учителя школы на своих уроках используют здоровьесберегающие технологии в учебной деятельности.

Перемены по 15 и 20 минут позволяют учащимся восстановить умственные и физические способности до начала следующего урока.

В школе организовано горячее питание (завтраки и обеды) для учащихся с 1 по 11 классы. Проводятся сезонные профилактические мероприятия: напитки из шиповника и лимона, введение в рацион витаминных напитков. Количество посадочных мест в столовой - 220. Организовано дежурство по столовой, учащиеся питаются в присутствии классного руководителя и дежурного администратора.