

Справка
о здоровьесберегающей деятельности МКОУ «Основная школа № 4
имени Ю.А.Гагарина» городского округа город Фролово

Школой решаются следующие воспитательные цели и задачи:

Цель: ориентация на здоровый образ жизни, формирование нового экологического мышления, гуманистических, нравственных, национальных ценностей, а так же подготовка здоровой, социально-адаптированной личности.

Задачи:

1. В совместной работе школы и семьи выделить приоритет здоровья и ЗОЖ; создавать и поддерживать авторитет благополучных семей, поощрять личный пример семьи и родителей в воспитании детей.
2. Приобщение учащихся к нравственным ценностям в процессе духовного, культурного развития.
3. Развивать у учащихся стремление к бережному отношению к своему здоровью.
4. Осуществлять мониторинг здоровьесберегающей деятельности школы.

Решение всех вышеперечисленных задач способствует формированию здорового образа жизни и укреплению здоровья учащихся школы. Данная работа строится в соответствии со следующими программами:

1) Учебно-воспитательная профилактическая программа «В жизнь без наркотиков». Направление программы психолого-педагогическое. Программа призвана помочь учащимся приобрести знания, навыки, опыт, необходимые для того, чтобы выбрать здоровый образ жизни, обрести сопротивляемость негативному и вредному влиянию.

Возраст детей: 6,5-16 лет.

Срок реализации: обучение рассчитано на ежегодную реализацию.

Этапы психопрофилактической работы

1 этап.

«Будем Здоровы, будем дружить» 1-4 класс:

1. Эмоциональное развитие младших школьников;
2. Знакомство со здоровым образом жизни.

2 этап.

«Я и мои друзья» 5-6 класс:

- ◆ Формирование базовых навыков общения;
- ◆ Формирование умения сказать «нет»;
- ◆ Формирование знаний и представлений учащихся о вреде табакокурения и алкоголизма.

3 этап.

«Я и мое будущее» 7-8 классы:

- Развитие навыков сотрудничества и уверенности в себе;
- Развитие умения принимать решения и брать ответственность на себя;
- Формирование знаний и представлений учащихся о вреде наркомании.

4 этап.

«Я и мой мир» 9 классы:

- Развитие критического мышления и навыков ведения дискуссии;
- Развитие самосознания и положительного отношения к себе;
- Формирование знаний и представлений о распространении СПИДа.

2) «Программа профилактики вредных зависимостей у учащихся школы».

Целью данной программы является доведение предлагаемой информации до учеников школы посредством демонстрации губительного действия распространения наркотиков и алкоголя на здоровье отдельного человека и все общество.

Предлагаемый материал является содержательной частью антиалкогольного и антинаркотического воспитания учащихся через предмет на уроках литературы, биологии, ОБЖ, обществознания, истории.

Материал представлен с учетом учебной программы и может избирательно использоваться на уроках в том объеме, который представляется учителю наиболее оптимальным. Это могут быть отдельные вкрапления текста в контексте урока, короткие рефераты на заданную тему, дискуссии и другие формы.

Учитывая роль психологических аспектов (становление личности, семейные отношения) в формировании пристрастия к психоактивным веществам, включены в программу творческие работы, в том числе и дискуссионные.

3) Муниципальная программа профилактики употребления ПАВ учащимися ОУ г.Фролово.

4) Программа формирования социальных установок на здоровый образ жизни у старшеклассников (8-11-е классы) «Правильный выбор», рассмотрена на заседании Учёного совета Волгоградского государственного института повышения квалификации работников образования и рекомендована к внедрению в учебно-воспитательный процесс в ОУ.

5) Программа здоровьесберегающей деятельности и здоровьесформирующего образования школы: «Укрепление здоровья школьников и формирования у них здорового образа жизни». Данная программа направлена на реализацию проблемы, по которой работает школа.

6) Программа профилактики наркомании, алкоголизации и табакокурения среди несовершеннолетних. На практике эта программа сводится к целенаправленным и систематическим занятиям с детьми и подростками, задача которых - рассмотрение в том или ином объеме навыков общения и принятия решений, критического мышления и сопротивления негативным влияниям сверстников, управления стрессом и негативными эмоциями, а также навыков развития положительного самосознания и, в конечном счете, отказ от употребления психоактивных веществ.

7) Программа по профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних. Целью программы является комплексное решение проблемы профилактики безнадзорности и правонарушений детей и подростков, их социальной реабилитации в современном обществе. Программа направлена на решение следующих задач:

- защиту прав и законных интересов детей и подростков
- снижение подростковой преступности
- предупреждение безнадзорности и беспризорности несовершеннолетних
- обеспечение защиты прав и законных интересов детей оставшихся без попечения родителей
- профилактика алкоголизма и наркомании среди подростков
- социально-психологическая помощь неблагополучным семьям
- координация деятельности органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних
- выявление и пресечение фактов вовлечения несовершеннолетних в совершение преступлений и антиобщественных действий.

8) План по проведению профилактических мероприятий с учащимися и их родителями (законными представителями) по вопросам формирования здорового образа жизни, сексуального воспитания и репродуктивного здоровья.

9) Программа обучения детей и подростков правилам безопасного поведения Интернет-пространстве, профилактики Интернет-зависимости, предупреждения рисков вовлечения

в противоправную деятельность МКОУ «Основная школа № 4 имени Ю.А.Гагарина» городского округа город Фролово.

10) Программа правового просвещения и воспитания законопослушного поведения участников образовательного процесса «Подросток, родители и закон».

Методическое и кадровое обеспечение вышеперечисленных программ осуществляется через полный набор специалистов, которые проводят профилактическую работу, это: педагог-психолог, социальный педагог, классные руководители 1-9 классов, фельдшер, субъекты профилактики – специалисты ГБУСО «Фроловский центр социальной помощи семье и детям», комиссии по делам несовершеннолетних и ЗП, ОУУП и ПДН МО МВД, Комитета по делам молодёжи, туризму и спорту, ГИБДД и наличие методических материалов, имеющихся в библиотеке школы, а так же на мультимедийных, электронных и видео носителях.

Школа работает над проблемой «Школа содействия здоровью», работает не первый год. В начале учебного года был составлен социальный паспорт школы, где среди многогранного отражения сведений о социальном положении семей учеников даны показатели здоровья учащихся школы.

Анализируя данные показатели, можно прийти к выводу, что есть некоторые сдвиги в лучшую сторону по укреплению здоровья учащихся. Улучшение данных показателей, в частности можно отнести к тому, что в течение многих лет во всех классах оформляются уголки здоровья, которые периодически пополняются новым материалом (вырезки из газет и журналов, рисунки, образцы продукции гигиенического направления, рекламные плакаты, буклеты о назначении некоторых медикаментов). Такие уголки здоровья дают возможность ребятам в ненавязчивой форме узнать о симптомах некоторых болезней, получить информацию о профилактических мерах и лучше ориентироваться в широком выборе гигиенических средств. Так же неотъемлемой частью профилактики заболеваний и укрепления здоровья обучающихся являются физкультурные пятиминутки, проводимые 2 раза в день в промежутках между обучением во всех классах с 1 по 9. Данные физминутки включают в себя нужные физкультурные упражнения, чередующиеся с точечным массажем, упражнениями для глаз и на релаксацию.

Так же классные руководители, работая в этом направлении проводят 1 раз в месяц классный час, посвящённый проблеме здоровья. Всего в каждом классе проведено 9 классных часов профилактического характера. Среди них такие: «Как вылечить простуду без лекарств», «Правильное питание» (Литовская Е. Л.); «Наркомания – знак беды», «Безопасны ли мобильные телефоны» (Чилькина В. А.); «Защити себя сам» (Детковская М. В.); «Роль витаминов в жизни человека», «Бытовая техника - опасно или нет?», «Быстрый бутерброд до добра не доведет»; «Искусство дыхания», «Алкоголь и молодежные ценности» (Киреева Н. В.); «Аллергия», «Эмоции, регулирование эмоций» (Аксёнов А.В.); «Что мы едим и как мы едим», «Как устроено мое тело» (Кошман И.В.); «Режим дня младшего школьника», «Чтобы зубы не болели» (Детковская М. В.); «Инфекционные заболевания и их предупреждение», «Здоровье и питание. Осознанный подход к питанию» (Аксёнов А. В.); «Мы за здоровый образ жизни», «Хорошие зубы – залог здоровья» (Васильева Т. Р.); «Состав табачного дыма и его воздействие на организм», «Невидимые враги человека, которые мешают ему жить» (Киреева Н.В.); «Профилактика простудных заболеваний» (Киселева Т.В.); «Путь к доброму здоровью», «Не начинай курить!» (Мельникова Е.В.); «Качества личности, которые помогают воздерживаться от употребления наркотических веществ», «Алкоголь и здоровье» (Литовская Е. Л.); «Простудные заболевания и их профилактика» (Кукушкина И.В.); «Курьезы человеческого тела», «Чистота тела – залог хорошего здоровья», «Оказание первой помощи при отравлении угарным газом», «Курение вредно для здоровья» (Русаева С. Н.); «Научись себя беречь», «Коварная сигарета» (Петросян Л. В.).

Необходимо отметить, что не первый год работают экспериментальные классы по проблеме школы. В данных классах было проведено углубленное медицинское обследование. На каждого ребёнка заведена подробная карта здоровья, где отражены все показатели, их изменение в развитии ребёнка. Классные руководители экспериментальных классов работали в тесном контакте со школьным фельдшером и психологом. Проводили анкетирование и тестирование на следующие темы:

- ☐ Нужна ли детям помощь логопеда и психолога?
- ☐ Правильно ли мы питаемся?
- ☐ Мой режим дня
- ☐ Чем заполнено свободное время наших детей?
- ☐ Спорт в нашей семье
- ☐ Как питаются ваши дети?
- ☐ Табак и алкоголь
- ☐ Каков он здоровый ребёнок?
- ☐ Здоровая ли семья
- ☐ Стоит ли идти за «Клинским»?
- ☐ Отношение родителей к духовному здоровью детей
- ☐ Нужно ли проводить классные часы по здоровью в школе?
- ☐ Как наши дети выполняют режим дня?
- ☐ Вредно ли курение?
- ☐ Как часто дети посещают спортивные секции?

Результаты данных анкет отражают отношение детей и родителей к здоровому образу жизни.

По сравнению с прошлым учебным годом количество детей пропускающих уроки по болезни уменьшилось. На конец учебного года число пропущенных уроков составляет 948 уроков в среднем в одном классе, по сравнению с прошлым учебным годом изменения наблюдаются в лучшую сторону. Успех работы по проблеме школы налицо.

В течение учебного года школьным фельдшером была выполнена следующая работа:

- подведение результатов медосмотра;
- санитарно-просветительская работа на темы: «Инфекционные заболевания, их профилактика», «Организация режима дня, рациональное питание», «Лечебная физкультура. Массаж»;
- индивидуальные беседы по половому воспитанию с девушками и юношами в старших классах;
- профилактическая работа (плановая вакцинация);
- оздоровительная работа.

Важным воспитательным моментом является проведение «Дня здоровья» или «Дня защиты детей». В этот день насыщена программа мероприятий: соревнования по настольному теннису, по шашкам, весёлые старты, в проведение викторин, разгадывание кроссвордов, «Весёлая спартакиада», интеллектуально-развлекательная игра «Защити себя сам». По итогам этого дня определяются победители по классам, что способствует росту занятиями физической культурой и приобретению навыков безопасности жизнедеятельности учащихся.

Так же важную роль играют спортивно - массовые мероприятия, которые проводятся ежемесячно по отдельному плану и которые охватывают большую часть учащихся школы.

В соответствии с проблемой школы, и при назревшей необходимости отслеживания показателей здоровьесбережения и здоровьесформирования в школе не первый год проводится «Мониторинг здоровьесберегающей деятельности школы», в рамках которого поставлены следующие задачи:

1. Классным руководителям 1-9 классов и учителям – предметникам внедрять в свою педагогическую деятельность предложенные диагностические программы для эффективного отслеживания здоровьесбережения в школе.

2. Классным руководителям 1-9 классов фиксировать результаты мониторинга, отслеживая динамику здоровьесберегающей деятельности в начале и в конце учебного года.
3. Результаты мониторинга сдавать в конце учебного года зам. директору по ВР
4. Классным руководителям и учителям предметникам планировать работу по здоровьесбережению и здоровьесформированию, опираясь на результаты мониторинга.

Обучение - самый значимый фактор по продолжительности и по силе воздействия на здоровье школьников. Интенсификация учебного процесса, использование новых форм и технологий обучения, раннее начало систематического обучения привело к значительному росту количества детей, не способных полностью адаптироваться к нагрузкам. Внедрение в учебный процесс здоровьесберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников. Важно не только сохранить здоровье в процессе обучения, но и научить детей заботиться о нем: формировать установки на здоровый образ жизни; формировать нетерпимость и умение противодействовать действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью и безопасности личности и общества в пределах своих возможностей.

По этой причине и в рамках введения ФГОС в начальном звене была разработана и утверждена Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся. Данная программа - это комплексная программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы начального общего образования.

В соответствии с проблемой, над которой работает школа «Укрепление здоровья школьников и формирование здорового образа жизни» на семинаре было принято решение о необходимости проведения **мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы**. Составляющими мониторинга является анкетирование обучающихся и родителей по определению напряжённости состояния учащихся в школе, по оценке воспитательного формирования здоровья и здорового образа жизни обучающихся, экспресс-диагностика ценностных представлений о здоровье, определение ведущего мотива занятий физическими упражнениями. Результаты **мониторинга здоровьесберегающей деятельности школы** выглядят следующим образом:

1. Определение напряженности функционального состояния учащихся начальной школы

(заполняется родителями) 1-4 классы -коррекция, традиция

Классы	суммарный балл 20 и ниже; %	суммарный балл 20 и выше; %	
<u>1-4 классы -коррекция, традиция</u>	45	55	

Если в классе суммарный балл выше 20 отмечен у незначительного процента учащихся, то в этом случае причины незначительного функционального и эмоционального напряжения организма следует искать не в школе. Поэтому необходимо внимательно проанализировать внешкольный режим, взаимоотношения с родителями, дополнительные нагрузки (кружки, секции и т.д.), особенности функционального и психического развития. Итоговая оценка составляет 3 балла.

Однако если суммарный балл больше 20 отмечается у большего процента учащихся, тогда следует искать причину в школьной нагрузке, организации учебного процесса, тактике работы учителя и т.д. У этих детей проявляется комплекс неблагоприятных

изменений: утомление, снижение работоспособности, нарастающая рассеянность, неспособность организовать свою деятельность без постоянного контроля со стороны взрослых. *Итоговая оценка - 0 баллов.*

2.Напряженность адаптации учащихся начальных классов 1-4 классы – коррекция, традиция

(заполняет педагог)

Классы	Количество детей, имеющих суммарный балл 14 и меньше, %	Количество детей, имеющих суммарный балл 14 и больше, %
1-4 специальные (коррекционные)	36,4	63,6

При суммарном балле менее 7 состояние ребенка не вызывает тревоги, адаптация нормальная.

При суммарном балле от 7 до 14 - у ребенка наблюдается напряжение адаптации, в этом случае следует обратить внимание на его проблемы, проанализировать режим, нагрузку, трудности.

При суммарном балле больше 14 - у ребенка наблюдается выраженное напряжение адаптации, в этом случае необходимо обратить внимание на состояние здоровья, нормализовать режим, возможно, использовать вариант щадящего режима, снять дополнительные нагрузки, детально проанализировать все проблемы ребенка вместе с родителями, психологом, школьным врачом и разработать программу помощи ребенку.

Если большинство учащихся имеют суммарный балл 14 и меньше, это свидетельствует о том, что в целом адаптация учащихся протекает нормально, без признаков напряжения.

Итоговая оценка будет равна 3 баллам. В развитии детского движения и ученического самоуправления предусматривать реальное участие детей в планировании, организации и оценке всех школьных дел Во всех других случаях - 0 баллов.

3.Напряженность учащихся средних и старших классов – 5-9 классы – коррекция, традиция

(заполняется школьником)

Классы	Количество обучающихся с низким и ниже среднего уровнем напряженности; %	Количество обучающихся со средним уровнем напряженности; %	Количество учащихся с высоким и выше среднего уровнем напряженности; %
<u>5-9 классы – коррекция, традиция</u>	50	41	9

Одной из возможных причин психофизиологических перегрузок учащихся может быть нерациональная организация режима дня. Рационально построенный режим дня способствует оптимальной работоспособности, предупреждает утомление, укрепляет здоровье, в нем предусмотрено достаточно времени для всех видов деятельности ребенка в соответствии с гигиеническим регламентом. Основными компонентами режима дня являются сон, пребывание на свежем воздухе (прогулки), учеба в школе и дома, игровая деятельность, занятия по интересам, личная гигиена, питание, помощь по дому.

Режим дня школьников можно проанализировать на основании данных индивидуальных анкет, заполненных каждым учащимся (в начальных классах анкета заполняется родителями). Учитывая большой объем работы и определенные организационные сложности, мы не считаем это направление мониторинга обязательным для всех учащихся

школы. В то же время, сравнив индивидуальные данные ребенка или группы учащихся с нормативами, педагог и родители получают интересный и нужный материал, позволяющий выстроить эффективную работу по сохранению здоровья учащихся (а здесь можно добиться результата, действуя только совместно).

4.Экспресс-диагностика ценностных представлений о здоровье

Для обучающихся 5-8-х классов- коррекция, для учащихся 9 классов- коррекция

<i>Классы</i>	высокий уровень ценностного отношения к здоровью (личностно ориентированный тип); %	уровень осознанного отношения к здоровью (ресурсно-прагматический тип); %	недостаточно осознанное отношение к здоровью (адаптационно-поддерживающий тип); %	отсутствие сознательного отношения к своему здоровью как ценности, %
<u>5-9-х классы- коррекция</u>	4	56	37	3

Если необходимо выявить преобладающее отношение к здоровью как к ценности в группе учащихся (в детском коллективе), то в качестве этого показателя рассматривается наиболее часто встречающийся вариант из индивидуальных.

5.Ценность здоровья и здорового образа жизни в представлениях учащихся. Для учащихся 3-4 классов - традиция

Классы	высокий уровень представлений о ценности здоровья и ЗОЖ; %	достаточный уровень представлений о ценности здоровья и ЗОЖ; %	недостаточный уровень представлений о ценности здоровья и ЗОЖ. %	отсутствие воспитательного эффекта; %
3-4 классы - традиция	29,2	66,6	4,2	-

6.Ценность здоровья и здорового образа жизни в представлениях учащихся.

Для учащихся 5-9 классов - традиция

<i>Классы</i>	высокий уровень представлений о ценности здоровья и ЗОЖ; %	достаточный уровень здоровья и ЗОЖ; %	недостаточный уровень представлений о ценности здоровья и ЗОЖ; %	отсутствие воспитательного эффекта; %
5- 11 классы - традиция	33	50	17	-

7.Мотивация учащихся к занятиям физической культуры.

Классы	Итоговая оценка	Итоговая оценка	Итоговая оценка	Оценка в 2 балла
--------	-----------------	-----------------	-----------------	------------------

	в 5 баллов %	в 4 балла %	в 3 балла %	%
1-9	12	28	55	5

Итоговая оценка в 5 баллов ставится, если ведущие мотивы группы учащихся - это самосовершенствование, долженствование (внутренний мотив долга).

Итоговая оценка в 4 балла ставится, если ведущие мотивы группы учащихся - это самосохранение здоровья, приобретение практических навыков, физкультурно-спортивные интересы.

Итоговая оценка в 3 балла ставится, если ведущие мотивы группы учащихся - это двигательная активность, общение, удовольствие от движений, положительные эмоции.

Оценка в 2 балла ставится, если ведущие мотивы группы учащихся - это оценка окружающих, доминирование, соперничество, игра и развлечение, подражание, привычка.

Хотелось бы особо отметить работу тех классных руководителей, которые самостоятельно разработали дополнительные методы диагностирования для отслеживания воспитательной работы по программам воспитания классных коллективов. Так классный руководитель Мельникова Е.В. проводит «Экспресс диагностику ценностных представлений о здоровье», Кошман И.В. проводит диагностирование на тему: «Напряженность адаптации учащихся начальных классов», Киреева Н.В. проводит тестирование для изучения ориентации учащихся на здоровый образ жизни, Киселева Т.В. изучает рациональность питания обучающихся методом тестирования, Литовская Е.Л. диагностирует наличие страхов у обучающихся, Литовская Е. Л. проводит анкетирования на темы: «Каким ты кажешься окружающим?», «Каков ты на самом деле?», «Моя информационная культура», Аксенов А.В. методом диагностики исследует характер ученического межличностного общения как фактора психологического благополучия.

Старший методист

Л. Б. Сидичкина