

Здоровьесбережение в воспитательной работе

Ляпина О.А., заместитель директора по воспитательной работе
МБОУ «СОШ №7» г. Сосновый Бор

Основная цель, которую преследует современное воспитание – воспитать не только социально-активную, творческую, грамотную и самостоятельную личность, но и с сохранённым физическим и нравственным здоровьем.

В направлении здоровьесбережения можно выделить отдельно некоторые аспекты: формирование здоровой личности, здоровой как физически, так и духовно.

Цель воспитательной работы нашей школы – **формирование духовно-богатой, физически здоровой, творчески мыслящей личности, обладающей прочными базовыми знаниями и готовой к самоопределению в условиях быстро меняющегося общества.**

Из главной цели мы выделили задачи:

1. Воспитание гражданина и патриота своей Родины
2. Создание системы работы по формированию компетентной личности по вопросам здоровьесбережения;
3. Совершенствование форм и методов работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, а также пропаганда ЗОЖ;
4. Развитие творческих способностей обучаю
5. Привлечение специалистов учреждений дополнительного образования, ЦМСЧ и предприятий города к работе по пропаганде ЗОЖ.

Система воспитательной работы в школе сложилась уже давно. А работа над созданием «Центра содействием сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса» внесла свои коррективы.

При планировании воспитательной работы учитываются все аспекты здоровья: физическое, психическое, духовно-нравственное, социальное, интеллектуальное. И всю работу, раскрывающую эти аспекты можно условно разделить на два блока:

воспитательный и спортивно-оздоровительный.

Начнём с воспитательного блока.

Внеурочная деятельность является одной из составляющих частей здоровьесбережения. Один из способов внеклассной работы – организация классных часов. Тематика их разнообразна: от здорового питания (в начальной школе) до изучения серьёзных болезней, в том числе наркотической зависимости (в старшей школе).

Для классных руководителей разработаны рекомендации по планированию классных часов с учётом возрастных особенностей и особенностей класса.

Активно ведётся работа со специалистами медсанчасти, психологами (в том числе и Центра «Семья»), педагогами ДДТ, гор. Волонтерского движения «Наш выбор».

Классные руководители работают совместно со всеми структурами школы, в том числе с видеозалом и библиотекой.

Активно уже много лет работает **Совет старшеклассников**. В появлении нового направления школы, работа Совета тоже была скорректирована.

Одной из структур Совета является редакция школьной ежемесячной газеты **«Великолепная семёрка»**, которая выходит с 2003 года. На страницах газеты освещается жизнь школы. Есть и тематические страницы и рубрики, например: страничка доктора Здоровякова.

Основная цель Совета старшеклассников: Привлечение учащихся школы к сотворчеству и сотрудничеству в педагогическом коллективе, развитие самоуправленческих начал. В дни самоуправления ребята постигают азы преподавательской деятельности. Они заменяют и

учителей, и администрацию. Это дисциплинирует в будущем и заставляет более уважительно относиться к учителю, а в свою очередь улучшает психологический климат в классе.

В условиях здоровьесберегающей деятельности направления работы Совета старшеклассников значительно расширились. Вместе с педколлективом ребята Совета организуют различные Акции: «Чистая обувь – чистый воздух», «Наша школа горько плачет», «Чистая школа», «Чистый город».

Культура здоровья человека – составной компонент общей культуры, и поэтому в школе акцентируется внимание не только на деятельности здоровьесберегающей, но и **экологической**.

Уже 12 лет в школе работает Детская экологическая организация «**Экоша**», куда входят учащиеся среднего звена. Юные экологи активно включились в работу по здоровьесбережению. Это и всевозможные акции «Комфортный кабинет», «Полезные продукты на праздничном столе», и множество акций, связанных с вредными привычками.

Также часты и активные виды деятельности: традиционные конкурсы рисунков на асфальте, конкурсы снежных фигур, игры по станциям (в помещении школы и на улице).

В начальной школе организован отряд «**ЭКОЛЯТ**», который входит в экологическую организацию и участвует во всех её делах.

С 1993 года в школе существует **НОУ**. Это проектная и исследовательская деятельность обучающихся в школе. Главная задача НОУ: дать ребёнку возможность развить свой интеллект в самостоятельной творческой деятельности.

Члены НОУ совместно с учителями не только проводят научно-исследовательскую работу, но и представляют её на различных конкурсах: от школьного уровня до международного. Также работы наших обучающихся печатаются в тематических журналах разного уровня.

С появлением здоровьесберегающего направления в работе школы, темы исследовательских работ обучающихся тоже изменились. Актуальны стали такие темы, как: «Влияние режима на успеваемость школьников», «Одежда и здоровье», «Одежда бывает опасной», «Что мы едим?», «Газированные напитки: пить или не пить» и другие.

Также члены НОУ выходят со своими работами на классные часы в классы.

В опыте работы школы есть такая страница, как агитбригада «**Экипаж**». Ключевая тема их выступлений – борьба с вредными привычками. Участвовали в выступлениях агитбригады так называемые «трудные» подростки. Выступления пользовались популярностью и среди детей, и среди взрослых: учителей и родителей.

Для достижения поставленной цели мы тесно сотрудничаем с организациями. Это и городской ДДТ, туристический клуб «Ювента», ДЮСШ, **волонтерское движение «Наш выбор»**. В это волонтерское движение входят подростки всех школ, в том числе и нашей. Руководит волонтерской группой Наша выпускница Дарья Демченко. Она вместе с ребятами проводит тренинги, деловые игры, подвижные игры, социальные акции. Например, акция: «Танцуй ради жизни».

Ни одна самая лучшая физкультурно-оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если не будет в содружестве **с семьёй**. Формы и методы работы с родителями разнообразны. Задача учителя привлечь родителей к активному участию в школьной жизни.

В школе работает Совет инициативных родителей, который участвует в жизни школы, принятии важных решений, а также проводит организационную работу по оказанию спонсорской помощи на развитие программы «Здоровье». Например, с помощью родительских средств в школе организован питьевой режим (закуплены кулеры и производится снабжение водой).

Все мероприятия направлены на мотивацию ЗОЖ у обучающихся. Нельзя конечно сказать, что все ведут ЗОЖ, все отказались от вредных привычек, но тенденция уменьшения, например, курящих подростков, наблюдается.

Эта работа актуальна ещё и потому, что в нашем микрорайоне контингент обучающихся разнообразен. Это видно из **социального паспорта**. Именно дети из трудных семей, многодетных в первую очередь привлекаются в Летнюю оздоровительную компанию.

Так, с 1994 года работает **ТОС и экологический лагерь**. В трудовой отряд через городской центр занятости устраиваются 15 подростков, которые работают на благоустройстве школьной территории и территории микрорайона. Они получают двухразовое питание и небольшую заработную плату. Кроме трудовой деятельности ребятам предложена спортивно-оздоровительная и познавательная-образовательная программа.

В июне работает и экологический лагерь. А уже 3 года подряд – это лагерь с дневным пребыванием **«Энергия»**. Это от 50 до 30 ребят разных возрастов, для которых кроме полноценного питания организована очень насыщенная программа с обучением, развлечением, экскурсиями, конкурсами и спартакиадами. Здесь обязательна утренняя зарядка, игры – всё в основном на свежем воздухе. Все дети охвачены мед. обследованием. В конце смены эти исследования показали положительную динамику в физическом развитии детей.

Подводя итоги воспитательной работы по здоровьесбережению, можно отметить, что такая целенаправленная работа помогает изменить отношение обучающихся к ЗОЖ.

Теперь рассмотрим спортивно-оздоровительный блок нашей работы.

Основной целью спортивно-оздоровительной работы является: формирование личности, осознанно относящейся к своему здоровью и способной развивать себя физически.

Состояние физкультурно-оздоровительной деятельности во многом зависит от материально-технической базы.

В школе имеются:

- 2 спортивных зала
- малый спортивный зал, одна половина которого оборудована тренажёрами, вторая – татами для борьбы дзю-до
- спортивная площадка, которая сейчас находится на реконструкции.
- зал ЛФК.

Хочу остановиться на зале **ЛФК**. В течение всего учебного года в зале работает инструктор. Все освобождённые от уроков физкультуры, дети после болезни занимаются лечебной физкультурой. Это существенно облегчает работу учителя физкультуры, так как ему не надо отвлекаться на ребят, сидящих весь урок на скамейке. Да и им сидение на этой скамейке весь урок пользы не принесёт. Созданные в школе классы коррекции зрения обязательно посещают такие занятия, где упражнения подобраны с учётом их заболеваний и физиологических особенностей.

В плане уроков физ-ры есть раздел **«Основы спортивного ориентирования и туризма»**. Чтобы такие занятия проводились более профессионально, мы привлекаем городской туристический клуб «Ювента». Педагоги Ювенты проводят и теоретические занятия, практические, а также соревнования и троеборье.

Среди старшеклассников пользуются популярностью товарищеские встречи с ВУЗами нашего года, а также традиционные турниры выпускников разных лет.

Хотелось более подробно остановиться на организации динамических перемен. Мы достаточно долго думали и экспериментировали в этом направлении. Пытались организовывать подвижные игры, гимнастику под музыку. И пришли к таким выводам:

1. Для того, чтобы учитель мог плодотворно провести 5-6 уроков, ему на перемене надо отдохнуть, переключиться на другой класс, а то и другой предмет, а не заниматься проведением игр

2. Учащиеся, которых мы привлекали к проведению игр на перемене тоже должны отдыхать, посетить столовую, подготовиться к следующему уроку.
3. Те подвижные игры, которые предлагаются в литературе слишком возбуждают детей и учителю тяжело начать вовремя урок, так как учителю приходится успокаивать детей.
4. Таким образом, мы пришли к мнению, что *задача взрослых создать все условия для самостоятельной организации обучающимися своих перемен*. В каждом классе начальной школы для этого оборудован уголок отдыха. В рекреациях начальных классов установлены теннисные столы.

С 2004 года в школе проводятся **акции** «Здоровье и движение», «В здоровом теле», «Здоровые дети». Эти акции длятся чуть больше месяца, с 1 марта каждого учебного года и заканчиваются 7 апреля – Всемирный день здоровья. Во время этого месяца проходит много мероприятий и на классных часах, и на уроках, и после уроков, и в каникулярное время. Почти во всех мероприятиях участвуют родители.

С этого учебного года мы отошли от традиций, и решили провести не один **День здоровья**, а 4 – по временам года. В организации такого дня задействованы все службы школы. А также организации дополнительного образования и воспитания. Осенний день здоровья прошёл в последний учебный день перед каникулами. Этот день был организован в форме путешествия по станциям. На каждой станции все классы проходили испытания. Причём наравне с ребятами участвовали и их родители. Все получили большой заряд бодрости на каникулы.

Организованная вторая половина дня играет большую роль в развитии ребёнка. Особенно это стало актуально **с введением ФГОС**. У нас вторая половина дня организована разнообразно. По желанию родителей организованы занятия по направлениям:

- спортивно-оздоровительное,
- научно-познавательное,
- художественно-эстетическое.

Для того, чтобы у обучающихся развивался стойкий интерес к физкультуре, мы принимаем участие во всех спортивно-массовых соревнованиях, независимо, является ли тот или иной вид спорта спартакиадным. Наши учащиеся являются победителями и призёрами спортивных соревнований разного уровня. Но главная наша цель – это не кубки и медали, а сохранение и укрепление здоровья всех участников образовательного процесса.

И как прописано в п.5 Национальной образовательной инициативы «Наша новая школа» - насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь – это важнейшее условие сохранения и укрепления здоровья.