«Система работы по формированию

здоровьесберегающей среды современной школы»

**Остапенко Л.В., Куприянова Т.Н.,**

**Загубная О.А.,Акимова Л.Н.-**

**заместители директора**

**МБОУ "ЧСОШ №1 с углубленным**

 **изучением отдельных предметов"**

**п.Чернянка Белгородской области**

Здоровьесберегающие технологии

 — это шанс взрослых решить

 проблему сохранения

здоровья детей неформально.

 На сегодняшний день   в школе остро стоит проблема сохранения здоровья учащихся. В погоне за интеллектуальным развитием, высокой образованностью теряется фундаментальная основа для полноценного и гармоничного развития личности – ее физическое и духовное развитие. Развитие общества, научно-технический прогресс предъявляет школе соответствующий социальный заказ на подготовку высокообразованных выпускников. Есть и другой заказ – на воспитание здорового человека. Интенсификация жизни сказывается на системе образования: усложняются программы, педагог и ученик находятся в хроническом временном цейтноте. Низкий уровень валеологической культуры в нашей стране ведет к тому, что усилия участников образовательного процесса концентрируется в основном на выполнении одного социального заказа в ущерб второму. Все это сопровождается снижением здоровья детей и взрослых, усилением бездуховности и безнравственности. С внедрением ФГОС одним из приоритетных направлений деятельности школы становится формирование здоровьесберегающей среды.

 В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом  образования должно осуществляться укрепление физического и духовного здоровья учащихся. Одно из требований к  результатам обучающихся является формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Сбережение здоровья обучающихся как один из ведущих принципов государственной политики в сфере образования раскрывается в законе РФ «Об образовании». Жизнь и здоро­вье человека рассматриваются в качестве приоритетных напра­влений деятельности государства. Охрана здоровья обучаю­щихся относится к компетенции государственных органов Российской Федерации, субъектов РФ, осуществляющих Управление в сфере образования.

 Таким образом, происходит столкновение двух социальных заказов, между которыми возникает противоречие. Экстенсивный путь развития образования исчерпал себя полностью. Необходимо идти по интенсивному пути, но сохраняя при этом здоровье учителей и учащихся. Интенсивный – значит напряженный, усиленный, дающий высокую производительность труда. Из чего складывается интенсивность? Что нужно учитывать, чтобы не допустить отклонений в здоровье учащихся? Академик Л.В.Занков под интенсивностью понимал максимально допустимое использование внутренних ресурсов учителя и учащегося на высоком, но допустимом уровне. Допустимость всегда индивидуальна и зависит от реальных возможностей и способностей учащегося, его здоровья, развития психики, мотивации к учению, темперамента и пр.

 Однако в практике школьной жизни критерий допустимости часто не соблюдается. В чем причина? Это следствие той свободы, которую получили ОУ в конце 80-х, когда начали создаваться лицеи, гимназии, концепции, программы и т.д. Соответственно включился процесс экстенсификации учебного труда учащихся, увеличился объем учебной нагрузки.

 Ужесточение САНПИНовских требований привели к скрытой интенсификации учебного труда, когда формально в расписании нет явных противоречий с САНПИНом, а фактически увеличивается общая нагрузка, происходит уплотнение урока, увеличивается объем домашнего задания, т.е. возрастает доля учебного материала предназначенного для самостоятельного изучения. В дополнение к этому учащиеся посещают курсы, участвуют в олимпиадах, конкурсах и т.д., что ведет к чрезмерным нагрузкам в процессе их труда.

 Каков же выход из сложившейся ситуации? Как сохранить здоровье учащихся? Видимо, необходимо кардинальное обновление школьной образовательной системы, ее движение к модели школы здоровья. Прежде всего необходимо изменить сам учебный процесс, применять здоровьесберегающие методы и технологии обучения. Что же понимается в современном образовании под здоровьесберегающими технологиями?

 Это те технологии, которые ориентированы на учет индивидуальных способностей учащихся и их состояния здоровья, на уровень обученности каждого ребенка, его возрастных особенностей. Любая личносто-ориентированная технология вправе называться здоровьесберегающей.

**Личностно-ориентированные** это те технологии, где в центр образовательной системы ставится личность ребёнка, обеспечиваются комфортные условия 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.

 В результате отбора по специальным критериям методический совет школы к ним относит:

***-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 этой технологии, разработанной в определённой части отвечают принципам здоровьесберегающей педагогики. 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.

***-технология уровневой дифференциации обучения***

 Применение в учебном процессе данной технологии дает возможность работать с разными детьми, помогать неуспевающим учащимся, не забывая уделять внимание наиболее успешным. При таком подходе часто используется распределение на уроке учебного материала, согласно уровням обученности детей в виде карточек с индивидуальными заданиями. При повторении, обобщении и контроле педагогами часто применяется методика свободного выбора учащимися разноуровневых заданий. Используется работа по группам (столам, рядам, командам), дополнительные индивидуальные занятия с отстающими учащимися во внеурочное время, консультации с сильными (подготовка к экзаменам, олимпиадам, конкурсам).

 На уроках в начальном звене, при переходе в 5 класс часто применяется ***игровая технология***, так как игра приближает речевую деятельность к естественным нормам, развивает навыки общения, способствует эффективной отработке языкового программного материала, обеспечивает практическую направленность обучения. Включение элементов игры в учебный процесс дает возможность направить эмоциональную и умственную активность учащихся на овладение языкового материала в новой ситуации, учитывая при этом, чтобы учебный материал был доступен, а приемы и виды работ интересны для них.
Применение игровых технологий на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность ученика.

 ***К личностно-ориентированным можно отнести и проблемное обучение, технологию проектного обучения*** и многие другие, основным ядром которых является опора на личностное развитие ребенка. Не могу не назвать сегодня и ***Педагогику сотрудничества*** – её можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов. Ни одна технология не может называться ни личностно-ориентированной, ни здоровьесберегающей, если нет гуманного отношения к детям, любви к детям и оптимистичной вере 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. Список названий технологий можно продолжать бесконечно, учителя нашей школы находятся в постоянном поиске педагогических технологий, позволяющих решить задачу совмещения высокой продуктивности учебного процесса с такими педагогическими технологиями, которые позволяют сохранить, а в некоторых случаях и укрепить уровень имеющегося здоровья. Учителя школы апробируют в учебном процессе новые технологии, успешно сочетая старые, традиционные методы и формы проведения занятий с современными методиками. Каждый новый шаг в этом направлении убеждает нас в правильности выбранного пути. Этот путь "Учение с увлечением". Как известно, умственная деятельность ведет к усталости и падению работоспособности. Однако увлеченный интересной работой человек не ощущает усталости. И наоборот, напряженная умственная работа приводит к такой степени утомления, при которой снижается не только качество усвоения изучаемого материала, но и вообще способность воспринимать любую информацию. Этим объясняется неблагоприятная тенденция к увеличению психических и соматических заболеваний учащихся, "школьных неврозов", вызванной чрезмерной умственной нагрузкой. Задача нашей школы заключается в необходимости помочь каждому ребенку осознать свои способности, создать условия для их развития, способствовать сохранению и укреплению здоровья ребенка, т.е. осуществлять личностно-ориентированный подход при обучении и воспитании. Здоровьесберегающее обучение достигается через **–** учет особенностей класса (изучение и понимание человека); создание благоприятного психологического фона на уроке; использование приемов, способствующих появлению и сохранении интереса к учебному материалу; создание условий для самовыражения учащихся; инициацию разнообразных видов деятельности; предупреждение гиподинамии. Приводит к – предотвращению усталости и утомляемости; повышению мотивации к учебной деятельности; приросту учебных достижений. Все используемые учителем на уроке технологии, педагогические приемы могут быть оцениваются (количественно и качественно) по критерию влияния их на здоровье учащихся. Использование здоровьесберегаюших технологий учителем на уроке и при проведении организационно-педагогических мероприятий, т.е. защита здоровья учащихся от нанесения потенциального вреда, является важнейшей задачей школы и каждого учителя по подготовке ученика к самостоятельной жизни. Это предполагает необходимость формирования у учащегося культуры здоровья, воспитание потребности вести здоровый образ жизни, обеспечение необходимыми знаниями, формирование соответствующих навыков, выражающихся формулой: ЗДОРОВЬЕ - ЦЕННОСТЬ, А ЦЕННОСТИ НЕ ДАЮТСЯ ДАРОМ. Здоровый ученик с удовольствием включается во все виды деятельности, он жизнерадостен, оптимистичен, открыт в общении со сверстниками и педагогами. Это залог успешного развития всех сфер личности, всех его свойств и качеств. Состояние здоровья ученика может стать причиной отставания ребенка в учебе. Негативные последствия этого как для него самого, так и для отношений, складывающихся между ним и членами семьи, так или иначе, отражаются на состоянии всего общества. Негативно влияют на здоровье учащихся малоподвижность во время урока и слабое разнообразие видов учебной деятельности. В противодействие этому в процесс обучения, особенно в начальных классах, вводятся так называемые "динамические паузы", а также специально составленное для начальной школы расписание, учитывающее возрастные особенности детей и смену разных видов учебной и игровой деятельности в соответствии с новыми санитарно-гигиеническими нормами. Одним из факторов, позволяющих приблизить школьную среду к естественной среде обитания ребенка, является оптимизация двигательного режима ученика. Двигательная активность ребенка столь естественная для него, позволяющая регулировать его мироощущения, накапливать свой жизненный опыт становится резко дефицитной в условиях школы, ограничивается не только формой (поза сидя), но и временем. А ведь психологами доказано давным-давно, что психическое напряжение может быть сброшено только посредством движения. Отталкиваясь от данного постулата, работа школы по сохранению здоровья детей пошла по наиболее простейшему и эффективнейшему пути. Физкультурные паузы на уроке позволяет снимать состояние усталости на уроке, ослабить психологическую напряженность, вызванную интенсивностью занятия и просто дать ребенку возможность подвигаться. Не требующее материальных вложений действие позволяет повысить двигательную активность ученика на 100-110 минут, а значит стимулировать его мыследеятельность и сделать из обучения не тягостный процесс, а посильное и значит эффективное развитие ребенка. Физкультурные минуты на общеобразовательных уроках благотворно влияют на восстановление умственной работоспособности, препятствуют нарастанию утомления, повышают эмоциональный уровень учащихся, снимают статические нагрузки.
 Физкультурные минуты проводятся в классе под руководством педагога, ведущего урок. Проводят ее в то время, когда у учащихся появляются первые признаки утомления: снижается активность, нарушается внимание, учащиеся становятся неспокойными. Выполняются физкультурные минуты, сидя и стоя около парт. Комплексы физкультурных минут подбираются в зависимости от содержания учебной работы на данном уроке. Физкультурные минуты обязательно проводятся в начальных и средних классах. Каждый комплекс физкультминуток состоит из 4-5 упражнений, повторяемых 4-6 раз. В комплекс подбираются простые, доступные упражнения, не требующие сложной координации движений. Упражнения охватывают большие группы мышц, в основном те, которые непосредственно участвуют в поддержании позы, сидения во время урока. Динамические паузы и физкультурные минутки обязательно включают в себя упражнения для снятия напряжения глаз и профилактики ухудшения зрения. Физкультурные минуты могут исключаться на отдельных уроках, в ходе контрольных, практических и других подобных работ. Уроки физического воспитания проходят по расписанию. При благоприятных погодных условиях уроки физкультуры и некоторых других предметов проводятся на природе.

 Школьная среда - мощный фактор, влияющий на здоровье детей и подростков, поэтому важно эту среду сделать органичной, естественной для ребенка. В связи с тем, что большую часть времени дети пребывают в образовательном учреждении, возникает необходимость превращения образовательной среды в реабилитационно-оздоровительную и просветительскую среду, с целью создания единого адаптационного пространства, неразрывно соединяющего педагогику, психологию, медицину, школу и семью.

 Среди условий, обеспечивающих эффективное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, исключительное значение имеет возрастной подход к организации школьной жизни ребенка. Суть этого подхода заключается в том, чтобы при разработке и внедрении в образование различных моделей и технологий обучения, при создании программ и учебников реально учитывать закономерности психического развития детей, их возрастных особенностей.

 С учетом требований возрастного подхода школа обозначает возможные направления определения содержания и методов обучения, адекватно отвечающих задаче сохранения и укрепления здоровья школьников, тем самым поставить задачу особенностей организации здоровьесберегающей среды школы в целом. С целью адаптации первоклассников, открыта группа предшкольного обучения. Основной целью подготовки к школе является формирование у дошкольника именно тех качеств, которые, прежде всего, необходимы для овладения учебно-познавательной деятельностью - любознательности, инициативности, самостоятельности, произвольности, творческого самовыражения ребенка и др. И положительный результат в этом году мы уже видим: по результатам обследования школьным психологом учащихся 1-х классов на предмет адаптации к школе, не выявлено ни одного дезадаптированного ребенка.

 Начальная ступень образования есть составная часть всей образовательной цепи и первоначальное в ней звено. Поэтому, с одной стороны, она берет на себя ответственность заложить основы для успешного осуществления целей и задач единого образовательного процесса на последующих ступенях, с другой же - способствовать становлению, развитию, воспитанию в ребенке благородного человека путем раскрытия его личных качеств. Школьный коллектив направлен на то, чтобы прилагать усилия в решении детских проблем, специалисты (психолог, медик, социальные педагоги, логопед) работают над вопросами сохранения и коррекции здоровья учащихся в надежде, что здоровье наших детей в школе если не улучшится, то не будет ухудшаться. Педагогами и администрацией школы уделяется пристальное внимание вопросам регламентации учебного материала, создания и поддержания благоприятного психологического микроклимата и в процессе обучения, и во внеурочное время. Строго соблюдается режим в ГПД, в 1-х классах - проводится динамическая пауза, организованы подвижные игры на переменах.

 Наиболее уязвимы дети, переходящие из начальной в основную школу, что может быть связано с возрастанием объема и усложнением характера учебной нагрузки; выходом на первый план фактора оценки, отныне призванного играть главную, если не определяющую роль, в самоконтроле ребенка и контроле со стороны родителей за его успеваемостью; усложнением характера взаимоотношений "учитель - ученик" и межличностных отношений внутри класса с увеличением риска возникновения конфликтных ситуаций.

 Для решения данной проблемы в школе создана группа инициативных педагогов, которые работают над проблемой преемственности «Начальная школа-среднее звено», в конце учебного года учителя-предметники, классные руководители будущих пятиклассников имеют возможность посещать уроки, знакомиться с особенностями каждого ребенка, посещать родительские собрания; входные контрольные работы в 5 классе всегда согласуются с учителем начальной школы и проверяется по нормам начальной школы. Однако, этого недостаточно. Несогласованность в нормах оценивания знания учащихся I и II ступени, отсутствие преемственности в программах, увеличение нагрузки вызывают у ребенка отрицательные эмоции, иногда стрессы, и, как следствие, приводят к ухудшению здоровья. Поэтому учителям, работающим в 5-х классах необходимо учитывать все эти факторы при организации учебного процесса, помогать ребенку справиться со всеми негативными явлениями, при необходимости обращаться к специалисту.

 В школе большое внимание уделяется способности выпускника в дальнейшей, взрослой жизни адаптироваться к окружающей действительности. Все чаще стали вспоминать, что интеллектуальные способности и возможности человека во многом определяются его функциональным здоровьем. В последнее время в условиях сложной экономической и социальной обстановки в обществе школа становится определяющей в плане возможностей ребенка адаптироваться к условиям и требованиям современной жизни. Адаптация возможна лишь в том случае, если в школе созданы условия для развития способностей каждого ребенка с учетом его способностей.

 Принцип вариативности содержания образования полагает возможность сосуществования различных подходов к отбору содержания и технологий обучения с учетом возрастных возможностей детей, особенностей их развития - в соотношении с достижениями современной науки, потребностями общества и социокультурными особенностями региона. Вариативность обеспечивает дифференциацию образования, то есть возможности индивидуального развития каждого ребенка, и что особенно важно - учет особенностей различных контингентов детей. При этом обязательно сохранение инвариантного минимума образования как условия, обеспечивающего право каждого ребенка - гражданина РФ - на получение равного с другими образования.

 Создавая условия для реализации возможностей определения интересов выпускников школы в профессиональном плане, в учебный план введены предметы углубления:

* математика
* английский язык.

 Углубленное изучение предметов способствует лучшей адаптации учащихся к самостоятельной жизни после школы. Это тоже немаловажно для психического здоровья молодого человека.

Изучение предметов в профильных классах способствует приобретению учащимися качественных знаний и навыков для обучения на следующей после окончания школы образовательной ступени. В нашей школе действуют:

* Оборонно-спортивный профиль;
* Физико-математический профиль;
* Информационно-технологический профиль

Интегративные процессы в социально-экономических и политических сферах жизни современного общества определили основную цель учебно-воспитательного процесса - подготовку школьников к жизни в демократическом, многонациональном, мультикультурном обществе. Поэтому одной из основных задач реформы российской школы является обучение учащихся многоязычию, т.к. именно от владения иностранными языками будет зависеть как личная, так и профессиональная карьера жителя нового столетия. В нашей школе введено изучение иностранного языка, начиная с 1-го класса в виде кружковой работы, со 2-го года обучения – уроки иностранного языка включены в учебный план.

 Важнейшей составной частью информационной культуры современного человека является коммуникативная культура с использованием современных информационных технологий. Школа реализует подготовку человека к полноценной жизни в условиях информационного общества в процессе образовательной подготовки на всех ступенях обучения. Одна из ключевых проблем любого обучения - проблема удержания внимания учащихся. Компьютер, благодаря смене ярких впечатлений от уведенного на экране монитора, позволяет удерживать это внимание в течение всего урока. При этом, в отличие от видеофильмов, внимание носит не созерцательный, а мобилизующий характер, так как то, что происходит на экране, требует ответной реакции учащихся. Наглядность, возможность изменять темп и формы изучения материала, его образно-художественное представление - все это делает компьютер незаменимым помощником учителя в деле снижения утомляемости учащихся. К достоинствам компьютера в качестве помощника является практически неограниченные возможности учителя строить урок так, как он считает нужным, проявляя свое творчество. Информационные технологии применяются нашими педагогами практически на всех уроках, причем уроки проводится не в компьютерном, а в обычном классе.

 Кредо нашей концепции - "Школа - источник здоровья". Всем нам хочется, чтобы эти слова стали девизом каждого учителя, ученика школы, чтобы дети наши росли здоровыми, умели ценить данное им природой великое богатство - здоровье и жизнь. Способность ребенка достигать школьного возраста, его полного потенциала непосредственно связана с эффектом хорошего здоровья, хорошего питания и соответствующего образования. Хорошее здоровье и хорошее образование являются средствами, которые обеспечивают личности шанс, чтобы вести производительную и качественную жизнь. Школьное здоровье - инвестиция в будущее страны и в качество его людей. Эффективное школьное здоровье, гигиена и программа питания предлагают много выгод. Состояние здоровья ребенка - это целый комплекс характеристик, включающий в себя: физическое здоровье; психическое здоровье; благоприятную социально-психологическую адаптацию. Этот подход к образованию по здоровью, гигиене и питанию сосредотачивается на развитии знания, отношений, ценностей, и навыков жизни, необходимых, чтобы воздействовать на принятие положительных решений, связанных со здоровьем. Здоровье в этом контексте более широко, чем физическое здоровья, и включает психосоциологические проблемы здоровья и проблемы окружающей среды. Нездоровые социальные и поведенческие факторы не только влияют на образ жизни и здоровье, но также и препятствуют возможностям образования для растущего числа детей школьного возраста и подростков. Развитие отношений со сверстниками и педагогическим коллективом является самым важным фактором здоровья на основе навыков и положительных психосоциологической окружающей среды. Когда личность имеет такие навыки, она, более вероятно, примет здоровый образ жизни в течение обучения и для остальной части жизни.

 С целью планирования и осуществления здоровьесберегающей деятельности в школе создана психолого-медико-педагогическая служба (ПМПС). Задачи ПМПС школы: создать психологически комфортный климат в школе, сформировать систему работы по сохранению здоровья участников образовательного процесса, индивидуальные медицинские консультации и рекомендации, обеспечить положительную динамику по уровню заболеваемости и состоянию здоровья в ученическом коллективе, обеспечить коррекцию отрицательной динамики в формировании коммуникаций в детской среде от ступени к ступени, стабилизировать показатели по группам здоровья, физкультурным группам, травматизму, инфекционным, хроническим и простудным заболеваниям, стабилизировать показатели по адаптации учащихся, стабилизировать показатели по уровню тревожности учащихся. В ПМПС включены следующие блоки: медико-валеологический; психолого-логопедический.

 Первое направление медико-физиологической деятельности предусматривает контроль за состоянием здоровья, физическим развитием детей; осуществляется он при первичном обследовании, а в дальнейшем при ежегодных осмотрах учащихся врачами специалистами. При первичном обследовании дается оценка состояния здоровья, физического развития ребенка, решается вопрос об индивидуальных назначениях реабилитационной и коррекционной работы. При повторных обследованиях оценивается динамика состояния здоровья, физического развития детей, учитывается эффективность воздействия средств реабилитации, лечения, коррекции, результаты доводятся до сведения воспитателей, учителей (классных руководителей), осуществляется контроль за санитарно-гигиеническим состоянием, профилактика травматизма. Постоянно учитываются индивидуальные особенности состояния здоровья ребенка и его эмоциональный настрой. Второе направление психолого-логопедическое. В рамках данного направления разрабатываются методы индивидуального подхода учащихся в процессе обучения и воспитания на основе психологических рекомендаций. Для учащихся психологами и логопедом проводятся индивидуальные и групповые занятия. С этой целью в школе работает "Школа Здоровья" для родителей регулярные встречи с медицинскими специалистами позволяют квалифицированно отвечать на вопросы, возникающие у родителей, и знакомить их с элементарными способами саморегуляции физического и психического здоровья, как самих родителей, так и детей. В школе налажена четкая обратная связь между ПМПС школы, учителями и родителями. Предпринятые на ранних стадиях развития болезни меры часто предотвращают острые заболевания у детей без перехода в хронические формы. Остановимся более подробно на медицинском (физиолого-валеологическом) направлении. Это направление работы предполагает формирование здоровья ребенка немедикоментозными средствами и реабилитацию детей с наиболее часто встречающимися школьными заболеваниями без отрыва от учебного процесса.

 В начале учебного года врач и медицинская сестра проводят обследование детей и дают оценку состояния их здоровья. В медицинском направлении в "Школе здоровья" проводится большая работа по сохранению физического здоровья, укреплению имеющегося здоровья без отрыва от занятий, профилактике сезонных заболеваний. Специалистами-медиками по плану осуществляется диспансеризация учащихся, по необходимости проводятся прививки и витаминизация. Практически все учащиеся обследованы и получили помощь в стоматологическом кабинете. Учащиеся в соответствии с медицинскими показателями получают сеансы массажа, различные физиотерапевтические процедуры. Ежемесячно в школе проводятся "Дни Здоровья", "Недели физической культуры и здорового образа жизни". Проводятся состязания школьников на первенство школы по футболу, баскетболу, волейболу, настольному теннису, а также внутришкольные и городские чемпионаты по самбо и дзюдо. Очень интересно проходят спортивные праздники "Мама, Папа, Я - спортивная семья", "Веселые старты". Научить детей жить без конфликтов и стрессов, укреплять, сохранять свое и ценить чужое здоровье, усилить мотивацию учения, привить принципы здорового образа жизни поможет, несомненно, применение в педагогическом процессе здоровьесберегающих технологий в совокупности с охранительными педагогическими режимами обучения. Работа школьного психолога включает в себя развивающую работу со школьниками и помощь детям группы риска. С детьми, испытывающими психологические трудности, проводятся коррекционно-развивающие занятия по развитию памяти, внимания, мышления, воображения. Психолог много работает индивидуально и с детьми, и с родителями, и с педагогами. Кропотливая работа в этом направлении тоже дает свои результаты, может быть, не всегда сразу заметные.
 При определении цели и задач "Школы здоровья" учитывалось, что начальная ступень образования есть составная часть всей образовательной цепи и первоначальное в ней звено. Поэтому, с одной стороны, она должна брать на себя ответственность заложить основы для успешного осуществления целей и задач единого образовательного процесса на последующих ступенях, с другой же - способствовать становлению, развитию, воспитанию в ребенке благородного человека путем раскрытия его личных качеств.
Работа в системе "Школы здоровья" организована следующим образом. До поступления детей в школу проводится психологическая диагностика готовности ребенка к обучению. На контроль берутся дети с низкой готовностью к школе. В начале учебного года с самых первых дней совместно с педагогами отслеживается адаптация детей к школьным занятиям и в целом к школе, так как именно от этого зависит психическое здоровье детей. Психолог начальной школы проводит адаптационные занятия для детей первого класса с целью создания социально-психологических условий для успешной адаптации первоклассников к школьному обучению. В соответствии с мероприятиями программы с детьми, испытывающими психологические трудности, проводятся коррекционно-развивающие занятия. Для учителей, работающих в классах с такими детьми, был предложен комплекс упражнений по развитию познавательной сферы личности. В результате совместной, кропотливой работы психолога, учителей и родителей первоклассники за короткий срок - два месяца адаптируются к школе. От успешности адаптации зависит результат дальнейшего обучения, эффективность стиля общения, возможность личностной реализации в школьной среде. Без внимания не остаются учащиеся подросткового и старшего школьного возраста. Психологами проводятся тренинги, на которых часто используются приемы релаксации и аутотренинга. Учащиеся 9-11-х классов проходят тесты на профориентацию. Им даются рекомендации по выбору профессии. Большая работа проводится с родителями. Ориентация психолога направлена не только на учащихся, но на его семью. Это позволяет более качественно и комплексно решение решать проблемы психологической помощи детям и подросткам. Цель работы педагога-психолога помочь родителям грамотно и эффективно строить свои взаимоотношения с детьми. Способствовать тому, чтобы родители были активными союзниками в разрешении школьных психологических трудностей. Психолог выступает практически на каждом родительском собрании. Одним из наиболее важных участков работы школьного психолога является совместная работа с учителем. Практика показывает, что существенное число внутришкольных конфликтов изначально порождается тем, что педагоги недостаточно углубляются в проблемы детей и их эмоциональное состояние. Совместная работа психолога, учителей и родителей направлена на сохранность психического здоровья детей и дает положительные результаты -в школе намного меньше конфликтов учитель-ученик, родитель-ученик, родитель-учитель. Весь учебно-воспитательный процесс в "Школе здоровья" организуется таким образом, чтобы избежать неврозов, обеспечить своевременную диагностику и коррекцию, систематическую помощь непосредственно в школе, ставя физическое, психическое и нравственное здоровье учащихся в центр внимания. В результате кропотливой работы в школе создается банк данных о школьнике, выявляются особенности каждого ученика с целью его адаптации к учебному процессу. Банк данных способствует формированию у педагогов собственной точки зрения на проблемы школьника и перспективы его развития, а сотрудничество с психологом и врачом позволяет уточнить наиболее рациональную программу социально-педагогической поддержки учащегося. Школьный коллектив направлен на то, чтобы прилагать усилия в решении детских проблем, специалисты (психологи, медики и т.д.) работают над вопросами сохранения и коррекции здоровья учащихся в надежде, что здоровье наших детей в школе если не улучшится, то не будет ухудшаться. Основой целостной деятельности "Школы здоровья" являются согласованные действия медиков, психологов и педагогического коллектива в школе. Психологи и медики в комплексе с учителями-предметниками и классными руководителями работают над созданием положительного социально-психологического климата в школе. В результате этой работы в школе создается банк данных о школьнике, на каждого ребенка заведены психологические карты, в которых отражены особенности каждого ученика. В дальнейшем этот банк данных будет способствовать формированию у педагогов собственной точки зрения на проблемы школьника и перспективы его развития, а сотрудничество с психологом и врачом позволит уточнить наиболее рациональную программу психолого-педагогической поддержки учащихся. Необходимость валеологической работы среди учащихся определяется данными, полученными в ходе анкетирования учащихся по проблемам здоровья.

 Эффективность  использования здоровьесберегающей среды школы  в рамках реализации ФГОС прослеживается в возросшем уровне компетентности учащихся в вопросах здоровьесбережения, в развитии их физических навыков, двигательной активности и, в целом, на общем состоянии здоровья детей, что выразилось в снижении простудных заболеваний, положительных изменениях в состоянии здоровья учеников.

 Правильная организация обучения даёт возможность предотвратить перегрузки и усталость у школьников, а также помогает детям осознать важность сохранения здоровья. Только систематическая совместная работа всех участников образовательного пространства может сберечь и улучшить здоровье современных школьников.

  Каковы же результаты правильного использования здоровьесберегающго образовательного пространства?

 Прежде всего, это снижение показателей заболеваемости детей, улучшение психологического климата в коллективах, повышение мотивации к учебной деятельности, прирост учебных достижений.

 В заключение, вслед за великим гуманистом и педагогом Ж.-Ж. Руссо, хочется сказать: «Чтобы сделать ребёнка умным и рассудительным, сделайте его крепким и здоровым».

 От здоровья детей зависит многое в успешном освоении школьной программы. «Здоровые дети – здоровая нация».  Будем следовать этому, уделяя огромное внимание здоровью учащихся.