

Панченко Марина Евгеньевна
Заместитель директора по учебной деятельности МБОУ «СОШ № 2»
г.Усинска

Электронный адрес: 38sveta@mail.ru

Название работы: Научно-методическая работа начальной школы по здоровьесберегающим технологиям (из опыта работы)

Аннотация

Одним из основных направлений в воспитательной работе нашей школы является внедрение здоровьесберегающих технологий. Воспитательный и образовательный процесс в школе строится на основе личностно-ориентированного подхода с использованием современных методов и информационных технологий.

Основная цель, которую преследует современное воспитание, – воспитать не только социально-активную, творческую, грамотную, самостоятельную личность, но и с сохраненным физическим и психическим здоровьем, основанном на здоровом образе жизни. Поэтому основной задачей воспитательной работы в школе становится внедрение и распространение здорового образа жизни через реализацию различных программ города, школы.

Поэтому педагоги и администрация школы сочли необходимым подходить к данной проблеме комплексно. С целью приостановки ухудшения состояния здоровья школьников в воспитательной работе начата разработка комплексного подхода и воздействия педагогов на учащихся и их родителей с целью укрепления здоровья школьников и внедрения в повседневную жизнь здорового образа жизни.

Описание работы

Здоровье детей - главное достояние нации, критерий духовного, политического и социально-экономического развития общества. Младший школьный возраст является важнейшим этапом в формировании здоровья ребенка, обеспечивающим единство его физического, психического, духовно-нравственного и эстетического развития, в значительной мере определяющим способность ребенка успешно выполнять требования, предъявляемые к нему условиями жизни и воспитания. В современном российском обществе значимость здоровья детей неизмеримо возрастает, что обусловлено целым рядом факторов.

В Российской Федерации за последние 10-15 лет динамика здоровья подрастающего поколения характеризуется неблагоприятными тенденциями. Удельный вес здоровых детей в школьных образовательных учреждениях не превышает 25-30 % от общего контингента. Количество детей с хронической патологией увеличилось в 2 раза (с 11,8 до 21,3 - 26,9%), а детей, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, снизилось в 3 раза (до 5-6 %). Функциональные отклонения имеют 50 % детей школьного возраста, хронические заболевания - 35 %. Более 12 % детей имеют дефицит массы тела. Ведущими среди функциональных отклонений являются нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно - сосудистой системы, органов пищеварения, аллергические проявления. Среди хронической патологии наиболее распространены заболевания костно-мышечной, нервной, дыхательной, мочеполовой систем, аллергические заболевания. Более половины детей страдает кариесом зубов, каждый третий ребенок, поступающий в школу, имеет сниженную остроту зрения.

Негативные тенденции в здоровье детей младшего школьного возраста рассматриваются наукой и практикой в контексте причинно-следственных факторов:

- 1) ухудшением материального положения в семьях;

- 2) падением приоритета ребенка в семье;
- 3) отсутствием механизма внедрения здоровьесберегающих технологий, принципов здорового образа жизни в практику образовательных учреждений;
- 4) господством учебно-дисциплинарной модели в повседневной жизни ребенка;
- 5) низким уровнем знаний основ охраны и укрепления здоровья, недостаточной гигиенической культурой взрослого и детского населения.

К числу неблагоприятных условий отнесены: пребывание и нерациональная организация жизнедеятельности детей; увеличение умственных нагрузок за счет введения дополнительных образовательных занятий; отсутствие в педагогических образовательных системах ОУ оптимальных режимов, учитывающих психофизиологические особенности детей разных возрастных групп; слабое владение учителями знаниями по здоровьесберегающим технологиям.

Актуальность проблемы здоровья детей младшего школьного возраста определяет необходимость изучения этого вопроса с позиции общепедагогической теории и практики. Важную роль в исследовании отводят системе образования. Образовательное учреждение имеет потенциальные возможности для формирования у детей здоровьесберегающей культуры, навыков здорового образа жизни. Это связано с системностью образования, возможностью поэтапной реализации обозначенных задач с учетом возрастных и психологических возможностей детей младшего школьного возраста. Однако образовательные учреждения не в полной мере реализуют заложенные в них возможности. В преодолении сложившейся ситуации велика роль учителя, как носителя и проводника социальных ценностей, одной из приоритетных среди которых признается здоровье ребенка.

Здоровье – одна из несомненных ценностей человека. В документах Всемирной организации здравоохранения говорится, что здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефектов, а «состояние полного физического, духовного и социального благополучия». Оно формируется под влиянием сплошного комплекса внутренних факторов и внешних воздействий.

Одним из важных показателей здоровья является физическое развитие человека. В первую очередь оценивается по состоянию опорно-двигательной системы. Антропометрические исследования включают измерения роста, массы, окружности грудной клетки и гармоничности физического развития.

Оценка функциональных возможностей организма выявляет степень развития дыхательной и сердечно – сосудистой системы. В основу функциональных проб положен учет измерения частоты пульса и дыхания в зависимости от положения тела и мышечного напряжения.

Огромную роль в формировании здоровья ребенка играет семья.

Здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет.

Для ребенка от 6 до 16-17 лет этой средой является школа, т.к. более 70 % времени его бодрствования связаны со школой. Школа - один из первых социальных институтов, с которым сталкивается человек в процессе своего биологического и социального становления.

Среди причин, влияющих на ухудшение здоровья детей и подростков, одно из главных мест занимают факторы среды образовательных учреждений. Не отвечают санитарно-гигиеническим требованиям, качество школьного питания, условия обучения и воспитания, объемы учебных нагрузок. На одного учащегося в городской школе приходится в среднем 2,8 кв. метра площади классной комнаты, в сельской школе - 4,8 кв. метра вместо 6 кв. метров по норме.

В деятельности образовательных учреждений отсутствуют четкие критерии оценки их работы по охране здоровья детей и подростков в процессе обучения. Медленно развивается психолого-педагогическая и медико-социальная служба, практически не осуществляется ранняя диагностика и своевременная коррекция отклонений в психическом здоровье детей и подростков.

Мониторинг по оценке здоровья детей и подростков позволяет понимать и находить причины наступления болезней. Экзогенные и эндогенные факторы находятся вблизи нас, задача в том, чтобы найти способы воздействия на эти факторы, оценить свое здоровье, образ жизни и подумать о том, как его изменить.

Участие в мониторинге поможет формированию жизненной позиции, нацеленной на здоровый образ жизни, стремление не только самому быть здоровым, но и иметь здоровое будущее поколение - детей, внуков, правнуков.

Одним из важных показателей здоровья является физическое развитие человека. Физическое развитие осуществляется по объективным законам: единства организма и условий жизни, условий наследственности и изменчивости, взаимной связи функциональных и морфологических характеристик, по законам возрастной смены фаз и периодов развития. В первую очередь оно оценивается с использованием антропометрии по состоянию опорно-двигательной системы. Антропометрические исследования включают измерения длины тела (роста), массы, окружности грудной клетки и определение антропометрических показателей физического развития. Это позволяет дать оценку индивидуального здоровья и коллектива учащихся, их соответствия возрастным нормам.

Из 254 учащихся первой ступени МБОУ «СОШ № 2» г.Усинска нормам весоростового показателя соответствует 70 детей (индекс Кетле 16 – 17), 184 ребенка – нет.

Одним из основных показателей физического развития детей является мышечная сила рук. Из 254 обследованных детей среднему значению соответствует 74% детей, (65% мальчиков, 82% девочек). Показатели ниже среднего составили 12% (15% мальчиков, 8% девочек); выше среднего составили 12% (10% мальчиков, 13% девочек).

Здоровье учащихся – один из основных показателей работы школы.

Состояние здоровья учащихся оценивается по результатам изучения внутри школьной медицинской документации по различным направлениям. На первой ступени школы обучается 254 учащихся, из них 40 человек относятся к I основной группе здоровья, 197 человек ко II группе здоровья, 17 к III группе здоровья.

Таким образом, следует отметить, что необходимо продолжить работу по внедрению элементов здоровьесберегающих технологий во всех классах первой ступени обучения в системе.

В современном обществе школа представляет собой социальный институт, обязательный для каждого ребенка по достижении возраста 6-7 лет. Большую часть дня учащиеся проводят в стенах школы.

Сохранение и укрепление здоровья учащихся становится одной из важнейших задач образовательного учреждения.

Общеизвестно, что состояние здоровья детей в современных условиях значительно зависит от условий, в которых находятся дети (безопасность пребывания в школе, санитарно-гигиеническое состояние помещений, освещенность и температурный режим помещений, нормальное функционирование всех систем жизнеобеспечения).

При своевременном получении со склада материально технического обеспечения возможно в достаточной степени обеспечить школу нужными материалами и санитарно - гигиеническими средствами, а также средствами электробезопасности и пожаротушения.

Особое внимание уделяется санитарно - гигиеническому состоянию школы. Ежедневно проводится влажная уборка всех помещений школы чистящими, моющими, дезинфицирующими средствами. Контролируется постоянное наличие туалетной бумаги, мыла. В каникулярное время обязательна генеральная уборка всех помещений школы с дезинфицирующими и моющими средствами мест общего пользования, классов, рекреаций и других помещений. Тем самым осуществляется максимально возможное для охраны здоровья детей и поддержание санитарно-гигиенического состояния школы на высоком уровне.

Учитывая вышеизложенные проблемы здоровья, образования, воспитания, защиты труда и отдыха детей в XXI веке являются главными и неотложными как для России в целом, так и для ее регионов.

На школу возложены конкретные обязательства как учебные, воспитательные, так и по охране здоровья детей. Именно школа с 1-го класса способствует воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни

ЛИТЕРАТУРА

1. Воротилкина ИМ. Оздоровительные мероприятия в учебном процессе // № 4. С. 72.
2. Ишмухаметов М.Г. Нетрадиционные средства оздоровления детей // «Начальная школа», 2005. - № 1. С. 91.
3. Карасева Т.В. Современные аспекты реализации здоровьесберегающих технологий // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 75.
4. Нестерова Л.В. Реализация здоровьесберегающих технологий в сельской школе // «Начальная школа», 2005. - № 11. С. 78.
5. Львова ИМ. Физкультминутки // «Начальная школа», 2005. - № 10. С. 86.
6. Бутова СВ. Оздоровительные упражнения на уроках // «Начальная школа», 2006, № 8. С. 98.
7. Дронов А.А. Профилактика нарушения осанки и укрепление мышечного корсета // «Начальная школа», 2006, № 3. С. 53.
8. Казаковцева Т.С, Косолапова ТЛ. К вопросу здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях // «Начальная школа», 2006, № 4. С. 68.
9. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // «Начальная школа», 2006, № 6. С. 56.
10. Ощепкова ТЛ. Воспитание потребности в ЗОЖ у детей младшего школьного возраста // «Начальная школа», 2006, № 8. С. 90.
11. Шевченко ЛЛ. От охраны здоровья к успеху в учебе // «Начальная школа», 2006, № 8. С. 89.
12. Зенова Т.В. Материалы для подготовки комплексно-целевой программы «Школа здоровья»//Практика административной работы в школе. – 2006.-№1.-С.25-28.
13. Абрамова И.Т. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. Самара, 2004.
14. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. Москва «Вако», 2004.
15. Натырова Г.Н. Комплексная программа «Здоровьесберегающий подход к организации образовательного процесса в школе» // «Завуч в начальной школе»№5, 2008г. С.41-128.\

Электронные ресурсы

1. Павлова М. Методические рекомендации по интеграции программы «Основы здорового образа жизни» в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения: [Электронный ресурс] Саратовский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования. - //http://health.best-host.ru.-Саратов,2003
2. Биология: <http://www.chat.ru/~dronisimo/homepage1/anatom1.htm>
3. Биология, обучающая энциклопедия: <http://www.informika.ru/text/database/biology/>
4. Здоровье и образование www.valeo.edu.ru
5. Каталог образовательных интернет-ресурсов. Распорядительные и нормативные документы системы российского образования: <http://www.orto.ru/ru/education.shtml>
6. Кафедра охраны здоровья детей и подростков ПОИПКРО: <http://edu.perm.ru/poipkro/val/n-issldey.htm>
7. Применение здоровьесберегающих технологий в школе №1317 г. Москвы: <http://www.specialschool.ru/health/>