ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ,
АДМИНИСТРАЦИИ КУРОРТНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ СПЕЦИАЛИСТОВ
КУРОРТНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА
«ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 435
КУРОРТНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Здоровьесозидающая деятельность образовательных организаций Курортного района. На пути к универсальной модели

Материалы городской конференции
«Здоровьесозидающая деятельность образовательной
организации. На пути к универсальной модели»
26 ноября 2014 года

Санкт-Петербург
2015

Здоровьесозидающая деятельность образовательных организаций Курортного района. На пути к универсальной модели

Материалы городской конференции «Здоровьесозидающая деятельность образовательной организации. На пути к универсальной модели»» 26 ноября 2014 года

Под общей редакцией Л.Н. Бережной, И.Н. Егоровой

В сборнике представлены статьи, краткие сообщения и тезисы работников системы образования Курортного района, содержащие теоретическое обоснование, практический опыт и перспективные задачи по созданию универсальной здоровьесозидающей модели образовательной организации на примере школ и детских садов Курортного района.

Материалы сборника предназначены для руководителей и специалистов образовательных учреждений, педагогов всех специальностей, а также всех, кто интересуется проблемами формирования собственного здоровья и образа жизни.

Лариса Брониславовна Баркалая,
начальник отдела образования и молодежной политики,
администрации Курортного района Санкт-Петербурга

Конференция «Здоровьесозидающая деятельность образовательной организации. На пути к универсальной модели» направлена на реализацию «Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015 годы», указа Президента Российской Федерации «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 – 2017 годы», федерального закона «Об образовании в Российской Федерации», Федеральных государственных образовательных стандартов.

В нашей конференции постоянно участвуют специалисты отдела образования и молодежной политики администрации Курортного района, информационно-методического центра, центра психолого-медико-социального сопровождения, руководители и специалисты образовательных учреждений. Так, в 2012 году конференция объединила более 50-ти специалистов, педагогов из 34-х образовательных учреждений Курортного района. В 2013 году конференция получила статус городской, количество её участников достигло 150 человек, в числе которых были представители Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования, заместители руководителей, методисты школ, детских садов, информационно-методических центров Курортного, Невского, Петроградского и Центрального районов Санкт-Петербурга.

В 2013 году конференция стала площадкой для обсуждения наиболее актуальных проблем в области здоровьесбережения для образовательных учреждений Курортного района и Санкт-Петербурга. На пленарном заседании были обозначены цели и задачи программы «Здоровье в школе» как стратегического направления развития санкт-петербургского образования; освещены вопросы методического сопровождения здоровьесберегающей деятельности; здоровьесберегающих технологий во внеурочной деятельности; формирования культуры здорового образа жизни школьников через работу с родителями и др. Также был представлен опыт некоторых экспериментальных площадок в области здоровьесозидания.

В числе итогов конференции были зафиксированы выводы о необходимости укреплять сетевое взаимодействие и партнерство между образовательными учреждениями Курортного района и Санкт-Петербурга, а также способствовать созданию условий для организации единого здоровьесберегающего пространства между учреждениями, реализующими программы дошкольного образования, начального, основного и среднего общего образования. Результат прошлой конференции показал, что здоровьесозидающая деятельность в образовательных учреждениях Курортного района должна обеспечивать **междисциплинарный принцип в образовании**.

В течение 2014 года школами и детскими садами Курортного района велась активная работа по реализации этого стратегического направления. Сегодня мы обобщаем приобретенный опыт и показываем **наш** результат на пути к построению универсальной здоровьесберегающей модели образовательной организации.

Раздел I

Направления здоровьесозидающей деятельности образовательной организации

«Здоровьесберегающая деятельность ГБОУ СОШ №435. На пути к созиданию универсальной модели».

Татьяна Юрьевна Виткалова,
директор ГБОУ СОШ №435

Здоровье человека всегда считалось наивысшей жизненной ценностью, поэтому сегодня, как никогда, актуальны слова древнегреческого философа Сократа «Здоровье не всё, но всё без здоровья – ничто».

В современном информационном мире мы добились новых достижений в науке и технике, но помимо положительных результатов технологический переворот приводит и к отрицательным явлениям.

Повсеместно наблюдается ослабление здоровья человека и, конечно, самыми уязвимыми становятся дети. По результатам проведенной диагностики состояния здоровья учащихся школы присутствуют заболевания разных видов: остеохондроз, сколиоз, дискенизия желчевыводящих путей, плоскостопие, сердечные нарушения, нарушение зрения. Причем, если по ряду наименований наблюдается снижение уровня заболеваемости, то по нарушению зрения, сколиозу и остеохондрозу присутствует увеличение численности заболевших. Все вышесказанное требует не только обратить внимание на ухудшение здоровья учащихся, но и принять все необходимые меры для организации целенаправленной работы с детьми по здоровьесбережению.

В начале своей деятельности мы проводили психолого-педагогическое исследование по теме: «Что влияет на здоровье школьников?». Проанализировав результаты, мы выделили четыре основных направлений здоровье сберегающей деятельности:

1. укрепление материально-технической базы.
2. организация учебно-воспитательной работы,
3. внеурочная деятельность,
4. психолого-логопедическое сопровождение,
5. лечебная и профилактическая работа, организация питания.

С самого начала школа осознала, что здоровьесберегающие технологии являются частью любой развивающей педагогической системы и имеют два уровня:

- Уровень минимум – обеспечение безопасных условий обучения ребенка, обеспечивающий сохранение его здоровья;
- Уровень оптимум – создание условий, форм, методов, содержания работы, которые бы в комплексе обеспечивали максимально эффективное развитие и самореализацию учащегося.

1. Укрепилась материально-техническая база:

Школа на сегодня в достаточной степени обеспечена нужными материалами и санитарно – гигиеническими средствами, а также средствами электробезопасности и пожаротушения.

Особое внимание уделяется санитарно–гигиеническому состоянию школы. Ежедневно проводятся влажная уборка всех помещений школы чистящими, моющими, дезинфицирующими средствами и уборка ковровых покрытий пылесосом. Контролируется постоянное наличие туалетной бумаги, мыла и исправность установок для сушки рук. 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 хорошем уровне.

В классах соблюдается воздушно-тепловой режим, в соответствии с СанПин. Школа работает в 1 смену. Занятия начинаются в 9 час. Расписание уроков составлено с учётом нормативных требований.

В школе имеются два спортивных зала: большой спортивный зал, имеющий 100% оснащенность различными снарядами, малый спортивный тренажерный зал, оснащенный современными тренажерами, такими, как велоэргометры, «гребля», тренажерами для пресса «Body Gym», тренажеры для сгибателей-разгибателей, штанги с обрезиненными кольцами, теннисные столы, набор гантель и т.д.

На территории школы имеется спортивный стадион с искусственным покрытием, включающий в себя баскетбольную, волейбольную площадки, зону для игры в футбол, прыжки в длину и уличные тренажеры.

2. Организация учебно-воспитательного процесса:

Урок – главное поле реализации здоровьесберегающих образовательных технологий. Все педагоги школы активно используют технологии, признанные здоровьесберегающими: педагогика сотрудничества, игровые технологии, технологии уровневой дифференциации, групповые технологии. Данные технологии решают проблему эргономичности обучения, так как они являются эффективными, безопасными для здоровья обучаемых и способствуют развитию личности. Выполняются все основные условия здоровьесберегающих технологий:

- составление учебного плана (введение 1 часа физической активности – Уроки «Ритмики и танца» в 1-4 классах, «Бадминтон» - в 5-11 классах), выбор УМК, выбор программ;
- виды учебной деятельности;
- стиль преподавания (межличностные отношения);
- отметка, оценка знания;
- объём домашних заданий;
- режим функционирования школы;
- расписание учебных занятий;
- санитарно-гигиенические условия;
- режим перемен;

3. Внеурочная деятельность:

Целенаправленная и систематическая работа проводится с учащимися школы по сохранению и укреплению их здоровья не только в урочное, но и во внеурочное время.

На базе школы организована физкультурно-спортивная работа в секциях: волейбол, художественная гимнастика, аэробика, атлетическая гимнастика, танцевальная ритмика, ОФП (общая физическая подготовка), спортивные игры и др. С 2010 года на базе школы открыто Отделение дополнительного образования детей, которое включает в себя спортивно-оздоровительное направление.

В группах продленного дня введён «Час здоровья», который включает в себя прогулку на свежем воздухе и подвижные игры на улице.

Традиционным для учащихся нашей школы стало участие в спортивно-оздоровительных мероприятиях:

- районные турниры по волейболу
- спартакиада школьников по плаванию

- олимпиада школьников по физической культуре
- легкоатлетический кросс «Сестрорецкая миля»
- районные соревнования по лыжным гонкам
- соревнования по гимнастике по программе детско-юношеской спартакиады
- районный турнир по футболу
- соревнования по мини-футболу
- легкоатлетический кросс
- «Весёлые старты Курортного района» (Семейные игры – 2010)
- Губернаторские тесты и др.

Ежегодно проводятся Дни Здоровья (один раз в четверть), Праздники Здоровья, спортивные соревнования и эстафеты, как между учащимися, так и между учащимися, родителями и педагогами школы (турнир по волейболу, посвящённый Дню Учителя, эстафеты «Быстрее, выше, сильнее», «А ну-ка, парни!», посвящённые Дню защитника Отечества и др.)

3. Психолого-логопедическое сопровождение:

- на базе школы по договору о сетевом взаимодействии с ЦПМСС Курортного района работают психолог и логопед.
- При необходимости есть возможность направить учащихся, нуждающихся в дополнительном сопровождении на психолого-медико-педагогический консилиум в ЦПМСС.

4. Организация лечебной и профилактической работы:

Ежегодно проводится диспансеризация учащихся специалистами детской поликлиники № 68 Курортного района Санкт-Петербурга;

- В школе организована работа медицинского кабинета;
- проводится мониторинга остроты зрения, текущей заболеваемости, антропометрических данных детей;
- осуществляется сотрудничество с методическим кабинетом ГУДЗ больницы № 40;
- организована совместная работа с молодёжной консультацией Курортного района,
- организована совместная работы с наркологическим диспансером Курортного района,
- проводится ежегодная вакцинация учащихся и педагогов.

В школе организовано:

- Бесплатное 2-х разовое горячее питание
- Витаминизированное питание в оздоровительном лагере «Чайка»

С педагогами школы систематически проводится работа по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся. Педагоги принимают участие:

- в семинарах РМО классных руководителей «Общение и досуг ученика - как фактор социализации его личности», «Ученик и его здоровье – важнейшее направление воспитательной работы», «Формы интеллекта учащихся как основы взаимодействия с окружающим миром».
- в рамках районной программы «Толерантность», тренинги для заместителей директоров по ВР, социальных педагогов, председателей МО классных руководителей по теме «Организация работы по формированию культуры толерантности и профилактике наркомании, экстремизма, вредных привычек среди детей и подростков в системе образования», «Пути разрешения конфликтных ситуаций в ОУ».

- в курсах повышения квалификации «Профессиональная деятельность педагога дополнительного образования» (14 человек).

70% педагогов (включая классных руководителей и социального педагога) прошли курсы «Профилактика зависимого поведения школьников» на базе ЦПМСС Курортного района Санкт-Петербурга.

Совместно с ОДН РУВД и специалистами ЦПМСС ежегодно проводятся внеклассные мероприятия для учащихся ОУ с целью формирования здорового образа жизни.

Достижение школой возможности гарантировать сохранение здоровья учащихся в образовательном процессе при достаточном уровне образованности, воспитанности и личностного развития выпускников – это, скорее всего, и является моделью здоровьесберегающей среды. И оттого, как будет организован образ жизни учащихся на протяжении всего «школьного марафона», какие будут созданы условия для сохранения и укрепления здоровья в этот ответственный период роста и развития детей, будет зависеть, какими выйдут учащиеся из школы: практически здоровыми или будут иметь ограничения по здоровью.

Роль здоровьесберегающего образования в сохранении духовного здоровья обучающихся

Ирина Николаевна Егорова,
методист ГБОУ ИМЦ Курортного района

Духовность – специфическая особенность человека, характеризующаяся как общечеловеческая потребность в ориентации на высшие ценности, которые представляют собой положительно значимые явления и события в жизни человека. Стремление к освоению этих ценностей во многом связано с тем, каков уровень духовности человека или иначе - каково духовное здоровье человека?

Сущность человека, его природа заключается в его целостности, и слово «здоровье» первоначально означало «целостность». Соответственно, здоровьесберегающая система образования обучающегося должна строиться на понимании целостности его природы, ее движущих сил.

При формирующем воздействии образования на обучающегося разрушается его целостность как личности и параллельно осуществляются два процесса: внешний, собственно формирующий, с которым целенаправленно работает педагог и на который направлено образование; и внутренний – становление, саморазвитие, самосозидание личности обучающегося как естественный процесс, как источник свободы и творческих сил школьника.

Детский коллектив является микромоделью коллектива взрослых, и от того, какие ценности будут усвоены в детстве, зависит успешность социализации в будущем. А то, как будет решаться проблема духовного развития подрастающего поколения в педагогической практике, в целом зависит будущее человечества.

Искусство здоровьесберегающего образования заключается в том, чтобы, встроившись в непрерывный процесс развития личности обучающегося, а значит в его жизнь, помочь ему взрослеть, трансформируя гуманными методами детскую спонтанность в свободу как осознанную активность и ответственность, и, тем самым, помочь ребенку сформировать себя как целостную, здоровую, творческую личность.

Ученик, лишенный живого творчества, не может свободно развиваться и реализовывать заложенный в нем природой творческий потенциал. Он не может стать внутренне свободным, соответственно, обладать самостоятельностью мышления и свободой суждения. И, что самое главное, он обретает зависимость от различного рода программирующих воздействий, что ведет к расщеплению в обучающемся чувственного и интеллектуального, к распаду важнейшей психической функции человека – воображения. В периоды взросления школьника от 6 до 12 лет и от 12 до 18 лет на смену итегративности образования, соответствующей интегративной (целостной) сущности самого обучающегося, приходит дифференциация, прерывая целостность умственного и эмоционального развития личности обучающегося. Целенаправленно формируются алгоритм и рассудок, соответственно, восприятие мира теряет одухотворенность, эмоциональное переживание, сострадание и другие духовно-нравственные чувства, составляющие основу ценностных отношений. В результате, для подростка, когда происходит переход от детства к взрослости и когда осуществляется поиск смысла жизни, формируются начала жизненного самоопределения, нацеленность на решение серьезных практических задач – при общем сохранении активности и стремления к созидательной деятельности субъективное, личностно-значимое восприятие нравственности не формируется.

Личность – явление социальное. Важнейшими социальными чертами являются ценностные нравственные ориентации. Ценности определяют то, к чему следует стремиться, относиться с уважением, признанием, почтением, в каком идти направлении. Однако только после того, как эти ценности переживаются школьником непосредственно в своих мыслях, намерениях, поступках, отношениях, творческих делах их смысл становится его достоянием. Следовательно, образование несет ответственность перед школьником за предоставленный образовательный процесс и предоставленные ему ценности, но и сам обучающийся должен быть ответственен перед собой за выбранные ценности, формирующие его мировоззренческую базу, а также за их сохранение.

Здоровье школьника, как целостное явление, не может состояться без своей физической составляющей, которая, в свою очередь, опирается на движение – основной принцип бытия и развития человека, главный момент его телесной и психической жизни. Соответственно, одними из главных факторов, разрушающих здоровье детей, являются продолжительное воздействие сенсорно-обедненной природными стимулами учебной среды – закрытых помещений, ограниченных пространств. У обучающихся, находящихся многие годы в условиях ограниченного движения, происходит сужение зрительных горизонтов, угнетение эмоциональной сферы, парализуется общий тонус организма. В итоге происходит быстрое истощение нервно-психической энергии, иммунно-защитных сил организма, подавление реактивных процессов и закрепощение реализации генетических программ.

Таким образом, целенаправленное формирование здоровья будущих поколений российских граждан может быть успешным лишь в том случае, если смыслы таких понятий как индивидуальное и общественное здоровье, ценности, факторы здоровья и здоровый образ жизни будут пониматься педагогами и осознаваться всеми членами общества. Приоритетными из рассматриваемых понятий являются «здоровье», в том числе «духовное здоровье» и «здоровый образ жизни», которые выступают как комплексные и междисциплинарные умозаключения. Содержание этих понятий

составляет основу для создания системы формирования ценностей здоровья и здорового образа жизни у обучающихся.

Очевидно, что здоровьесберегающим может стать только образование, построенное на понимании целостной природы человека и направленное на осуществление этой целостности. А школьное образование – это определенный этап жизни ученика, в который обучающийся должен «встроиться» в естественный непрерывный процесс своего развития, становления как личности и целостности.

Работа по сохранению здоровья учащихся через вовлечение их в социально-значимую деятельность

Марина Анатольевна Кусюмова,
директор ГБОУ СОШ № 466

«Забота о человеческом здоровье, тем более здоровье ребенка - … это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

В.А. Сухомлинский

Сегодняшняя жизнь, с ее неблагоприятными тенденциями, требует серьезного подхода к проблемам сохранения и укрепления здоровья детей. Вырастить здоровых, красиво сложенных детей – непростая задача. В концепции модернизации российской системы образования определены задачи в области образования детей. Особо выделяются внеурочная деятельность, дополнительное образование, внеклассная работа. Даны четкие ориентиры работы по созданию условий для свободного выбора каждым ребенком образовательной области, программы и времени ее освоения, сформулированы задачи по необходимости сбережения и укрепления здоровья учащихся, формированию ценности здоровья, выбору образовательных технологий, адекватных возрасту.

Думаю, все согласны, что одна из важнейших целей воспитания и образования – формирование жизнеспособной личности «жизнеспособная личность, по мнению доктора педагогических наук Гурьяновой М.П., - это нравственно волевой, духовно развитый, физически активный, социально зрелый, психологически устойчивый человек, обладающий знаниями и способностями необходимыми для жизни в современном ему обществе».

Сказанное выше заставило задуматься о:

- необходимости построения открытой образовательной среды в школе, обеспечивающей здоровьесозидающей характер образовательного процесса и безопасность его участников;
- повышения общей культуры педагогов, учащихся и родителей их готовность к здоровому образу жизни;
- создания, по возможности, условий для коррекции здоровья.

Большинство проблем здоровья детей создаётся и решается в ходе ежедневной практической работы педагогов. Осознание педагогами важности и ценности собственного здоровья, деятельности по его сохранению и укреплению, является непосредственным основанием для реализации всей педагогической деятельности по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, через уроки, внеклассные занятия, дополнительное образование. Целостный подход к пониманию здоровья захватывает все уровни: от управления школой до отношений в классе и связей с внешним сообществом. Я, думаю, эти вопросы поднимаются в

каждой школе и решаются в соответствии с возможностями, потребностями и традициями.

Второй год мы являемся районной экспериментальной площадкой и работаем по теме: «Социальное проектирование в деятельности детских общественных объединений». Целью, которой вляется воспитание духовно-нравственной, физически и интеллектуально зрелой личности, способной к активной и общественно полезной деятельности, располагающей потребностями и способностями к самопознанию, самореализации и саморазвитию, стремящегося к здоровому образу жизни, посредством вовлечения детей в такие формы организации как социальное проектирование. Возможности его поистине безграничны.

Социальное проектирование – это различные формы оздоровительной работы, такие как спортивные эстафеты, соревнования по различным видам спорта, Дни здоровья. Школьный возраст – это самый важный период в процессе формирования личности, где закладывается и укрепляется фундамент здоровья и происходит развитие двигательных качеств. Любая внеурочная деятельность в нашей школе представляет собой ряд обязательных этапов, превращающих простое дело в законченное воспитательное мероприятие. Любое дело не должно быть бессмысленным. Ребята должны понимать, зачем это делать, как и что в результате получится. Поэтому планируя, мы ставим цель, в которой присутствуют две составляющих: что делаем и, что хотим получить.

Примером такого проекта является реализованный в ноябре 2013 – феврале 2014 фестиваль «Встречаем Олимпиаду». В проект была включена вся школа. Работа нашлась всем и журналистам, и фотографам, и спортсменам, и любителям Интернета, и родителям, которые помогали детям советом и делом, а главное были самыми активными болельщиками. Был праздник открытия, затем изучалась литература, проводились встречи, подбирался материал, поэтапно проходили спортивные состязания, в классах были разработаны и представлены на суд жюри комплексы физических упражнений. В результате этого проекта был выпущен сборник о зимних Олимпийских видах спорта и великих спортсменах. Комплексы упражнений используют учителя физкультуры для разминки и проведения физминуток в начальной школе.(слайды с фото). Совместное достижение детьми одной цели в игре, проекте, борьбе за интерес своей команды сплачивает и объединяет детей, развивает солидарность и ответственность за действия друг друга. Не все спортсмены, играет команда, пассивных болельщиков нет – они готовят плакаты, «кричалки» для поддержки команды. Особенно ценно в оздоровительном отношении является проведение мероприятий на воздухе, при движении увеличивается обмен веществ, что благоприятно отражается на всём организме.

В основном все массовые спортивные мероприятия приурочены к большим праздникам: Дню Защитника Отечества, Дню Физкультурника, Всемирному дню здоровья и т.д. Но есть и школьные традиции. Одной из таких традиций является школьный туристический слет, проходящий в сентябре, или Малые Олимпийские игры. В этих мероприятиях задействуются также все учащиеся школы. Ведь здесь главное не результат, а участие. (слайды с фото). Это тоже один из наших проектов, который позволяет во-первых вовлечь всех участие в социально значимую в рамках школы деятельность. привлечь родителей и повысить уровень

двигательной активности, а результат сохранение здоровья и воспитание навыков здорового образа жизни.

Социально-значимая деятельность обучающихся - это форма проявления ими своей инициативы. Базой выступает активность человека, которая и является ключевым условием его успешной социализации.

Примером может служить команда ребят нашей школы второй год подряд занимающих призовые места в районном туре Спартакиады допризывной молодежи – стрельба, силовые упражнения, рукопашный бой – об этом мечтает каждый мальчишка. А тут вот они герои школы. Теперь многие стараются подражать им. Возросло количество учащихся желающих заниматься военно-прикладными видами спорта (запись в кружок). А ведь это подготовка молодых людей к службе в армии – это ли не социализация и не социально значимая деятельность?

В идеале социализированный человек должен быть способен противостоять тем или иным жизненным обстоятельствам. Однако мы встречаем людей, полностью социализированных, но не готовых и не способных к той активности, которая нужна для противостояния среде, воздействия на нее.

В этом учебном году для лучшей адаптации учащихся 5 классов 8 класс организовал для них квест-проект Игра по станциям позволила научиться детям лучше ориентироваться в коридорах и помещениях школы, познакомила их с организацией пространства , предметными кабинетами, кружками и секциями.

Все проекты обеспечивают занятость детей, наполняют их досуг смыслом и целью. Проектная деятельность отвлекает детей от долгого просиживания за компьютером, от бесцельного времяпрепровождения у телевизора или на улице в дурной компании. Она формирует в детях навыки организации собственного досуга

В итоге можно сказать, что работа по сохранению здоровья учащихся через вовлечение их в социально – значимую деятельность достигается за счёт:

- учёта особенностей классного коллектива,
- создание условий для самовыражения учащихся,
- индивидуализации разнообразных видов деятельности (каждому по желаниям и способностям),
- использование приёмов, способствующих проявления и сохранению интереса к делу и собственному здоровью;

приводит к повышению мотивации и конечно зависит от личного примера педагога. Закончу словами С.Я. Эйнгорн: «Наша цель должна состоять в том, чтобы сделать из детей не атлетов, акробатов или людей спорта, а лишь уравновешенных физически и нравственно людей».

Личностно-ориентированный подход к созданию здоровьесберегающей среды в ГБОУ СОШ №447

Семенов Борис Анатольевич,
директор ГБОУ СОШ № 447;
Юлия Вячеславовна Леонтьева,
заместитель директора по УВР ГБОУ СОШ № 447

Современная школа выполняет множество задач, которые на нее возлагает общество. Именно здесь, в стенах каждой из многих тысяч школ России, формируется будущее нашей страны.

Но какие бы глобальные задачи не ставились перед школой, школьная жизнь - это маленький, индивидуальный мир, в котором живут дети, родители и педагоги, в котором должно быть комфортно и безопасно каждому участнику образовательного процесса. Каждый день на работу приходят учителя, в школу родители приводят своих детей, они все разные: родители, педагоги, дети… Они идут сюда со своими мыслями, настроением, с разным уровнем подготовленности, с разными показателями здоровья….

Так как большую часть времени наши дети и педагоги проводят школе, то очень важно создать среду, в которой всем было комфортно, так как образовательная среда школы – это та реальная жизнь для каждого, кто в ней находится.

В настоящее время на первое место выходит проблема сохранения здоровья детей и подростков. В любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях это является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как здоровье определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

В соответствии с Законом РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273 здоровье школьников относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. В современных условиях школа призвана выполнять не только образовательную функцию, но и заботиться о сохранении и укреплении здоровья детей, так как через школу проходит каждый и проблему сохранения и укрепления здоровья нужно решать именно здесь.

В своей работе и руководстве нашей школой мы придерживаемся следующей трактовки здоровьесозидающего образования: это процесс воспитания и обучения, имеющий потенциал оздоровления и направлен на достижение уровня образованности обучающихся, не вызывающих ухудшения состояния здоровья как у самих обучающихся, так и у других участников образовательного процесса (педагогов и родителей).

Кроме того важно, в какой социально-психологической, эстетической среде, находятся наши дети. Потому что здоровый человек - всесторонне развитая личность.

Руководителем этой школы я был назначен в 2012 году. За это время нам удалось преобразить школу, как снаружи, так и внутри. Моя личная позиция в том, что основой здоровьесозидающей среды являются комфортные условия и безопасность пребывания в нашей школе. Причем в понятие "безопасность", мы вкладываем и антитеррористическую, и Интернет-безопасность, и психологическую безопасность, экологическую безопасность.

По отзывам всех участников образовательного процесса, нашим детям комфортно находится в школе, родителям приятно приводить своих детей к нам, педагоги довольны своими рабочими местами.

Для того, чтобы всего этого достичь была проделана большая работа администрации ОО, а именно:

-работа с нормативными документами и локальными актами, регулирующими деятельность школы;

-при планировании бюджета учитывалось необходимость финансирования мероприятий, по созданию комфортной и благоприятной образовательной среды:

-ремонт и утепление фасада и кровли для приведения температурного режима в соответствии с СанПин, на общую сумму 5 млн. рублей;

-в период с 2012 по 2014 годы были проведены косметические ремонты учебных кабинетов, библиотеки, спортивного зала и полосы препятствий на общую сумму 4 млн. 320 тыс. рублей. Все материалы, используемые при ремонте имеют сертификаты.

-закуплен современный компьютерный класс с пониженным электромагнитный излучением и высокочастотными экранами на общую сумму 300 тысяч рублей;

- приобретено учебно-лабораторное и компьютерное оборудование для оснащения кабинетов начальной и основной школы из средств, предусмотренных на модернизацию региональной системы общего образования для реализации ФГОС НОО на общую сумму 2508,30 тысяч рублей. Ведь правильно организованное рабочее место, как ученика, так и учителя, важно для сохранения здоровья глаз.

- по адресной программе на модернизацию кабинетов физики и химии на сумму 930 тыс. рублей было закуплено современное учебно-лабораторное и компьютерное оборудование;

- в ближайших планах модернизация пищеблока, установка системы вентиляции, пожарной сигнализации; ждет своей реализации новый проект центрального крыльца с пандусом.

Задача администрации и лично директора ОО не только в том, чтобы грамотно составить план финансово-хозяйственной деятельности для реализации задуманного, но и быть достаточно убедительным для того, чтобы попасть в адресные программы. Мы хотим выразить большую благодарность Комитету по образованию Санкт-Петербурга, Администрации Курортного района Санкт-Петербурга, отделу образования и молодежной политики Курортного района Санкт-Петербурга в лице Л.Б. Баркалая за поддержку.

Безусловно, комфортные условия - это одна из составляющих реализации мер по созданию здоровьесозидающей среды в школе.

Задача современного учителя - воспитать всесторонне развитую личность. Личностный подход в воспитании - это уважение уникальности и своеобразия каждого ребенка. При формировании здорового образа жизни, должны преобладать порядок, позитивный настрой, внутренние ценности школы, чередование различных жизненных форм (событийность и повседневность, праздники и будни). Именно такая работа школы прописана в годовом плане, в плане воспитательной работы, плане работы социального педагога. Кроме того, с 2012 учебного года в школе функционирует Служба здоровья, реализуется план мероприятий по формированию здоровьесозидающей среды.

Позиция учителя по отношению к ребенку должна базироваться на доверии, быть направлена на формирование всесторонне развитой личности, на достижения, пусть даже незначительные, каждого конкретного ребенка.

Грамотно выстроенные взаимоотношения учитель – ученик, это одно из условий, как успешной учебной деятельности, развития познавательного

интереса, так и формирование основ здорового образа жизни. Современный ребенок проводит в школе большую часть своего времени. У нас небольшой педагогический коллектив и в силу географической удаленности, мы не имеем возможности привлекать многих специалистов в рамках сетевого взаимодействия. А это значит, что один и тот же педагог ведет и уроки в начальной школе, занятия по внеурочной деятельности, группы продленного дня. И получается, что ученик начальной школы с учителем проводит от 6 до 8 часов в сутки. Это примерно 35 часов в неделю, 1100 часов в год!

С каким настроением идет учитель на урок, как общается с учениками и коллегами, как он сидит за своим письменным столом, моет ли руки перед едой - все это подмечает ребенок и проецирует на себя.

Чтобы избежать переутомления, стимулировать интерес ребенка, наши педагоги активно учатся сами и осваивают новые для себя методики и технологии. Так, на протяжении нескольких лет своими силами осваивается тренажерных комплекс «ТИСА». Под руководством инструктора наши учителя начальных классов и физической культуры прошли курс «Методики применения комплекса «ТИСА» на уроках физической культуры и внеурочной деятельности».

В образовательную среду все активнее проходит внедрение робототехники. И опять личная заинтересованность учителя, его готовность обучаться самому приводит к тому, что дети с удовольствием вместе со своим учителем занимаются конструированием.

Следует отметить, что и внеклассная работа предоставляет огромные возможности для формирования навыков здорового образа жизни: Дни здоровья, школьные, районные и городские конкурсы, популяризирующие здоровый образ жизни – все должно исходить от учителя. Чем больше будет задействовано разных форм, приемов и методов работы с детьми, тем больше современные дети будут слышать, видеть, читать, участвовать, а значит приобщаться к здоровому образу жизни.

Наши классы небольшие по комплектованию, у нас ребенок "не теряется" в коллективе. Хорошо налаженная работа классных руководителей через школьное методическое объединение, работа воспитательной службы позволяют педагогу в процессе выполнение своих должностных обязанностей не только обучать, но и проявлять заботу, знать индивидуальные особенности каждого подопечного.

Большое значение уделяется активному образу жизни современных школьников. Мотивация к здоровому образу жизни, занятию спортом идет через личность, прежде всего, учителя.

Несмотря на то, что в нашей школе долгие годы работает один учитель физической культуры, наши дети регулярно выезжают на различного рода спортивные соревнования и военно-спортивные игры. Это было невозможно, если бы в спортивную жизнь школы активно не включался практически весь коллектив. Ничего не стоит, своим личным примером показать, что нет ничего не возможного: участие в туристском многоборье, турнирах по шахматам, «Безопасное колесо», «Зарнице», «Лыжне России» и к другим спортивным соревнованиям идут подготовки в школе силами наших учителей.

Спортивный зал и стадион открыты практически «круглые сутки». Проходят уроки физкультуры, для занятий внеурочной деятельностью разработаны программы спортивно-оздоровительной направленности. По

сетевому взаимодействию работают кружки футбола, волейбола, шисоку-карате. Традиционными стали товарищеские матчи между классами по футболу и волейболу, «Веселые старты» между классами начальной школы.

Наши учителя – не только помогают в подготовке к различным соревнованиям, но и являются самыми верными болельщиками.

Так как я сам веду здоровый образ жизни, считаю своим долгом лично активно поддерживать своих учеников и педагогов.

Считаю, очень важно, когда личный пример руководителя задает тон для занятий физической культурой, двигательной активностью, навыков здорового образа жизни. Так же, во время неофициального общения руководителя, педагогов и детей устанавливается психо-эмоциональный контакт, способствующий здоровому климату в ОО.

Качества человека, которые развиваются при занятии спортом: терпение, умение концентрироваться и бороться до конца помогли мне и в трудовой деятельности. В этом году я стал победителем конкурса «Лучший руководитель государственного образовательного учреждения Санкт-Петербурга». Это еще раз доказывает, что инициативность и приверженность активному здоровому образу жизни помогает достичь результат!

Организация работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни в рамках реализации основной образовательной программы ООО в ГБОУ СОШ № 450, экспериментальной площадки по внедрению ФГОС ООО

Марина Александровна Смирнова,
социальный педагог ГБОУ СОШ № 450

ГБОУ СОШ № 450 Курортного района Санкт-Петербурга с 30 августа 2013 года работает в режиме городской экспериментальной площадки. В соответствии с Распоряжением Комитета по образованию Санкт-Петербурга № 1272-р от 28.05.2013 года «О переводе образовательных учреждений в режим ресурсного центра общего образования и в режим экспериментальной площадки, в целях обеспечения эффективного перехода на ФГОС (Федеральный Государственный Образовательный Стандарт) второго поколения. В школе организована работа в режиме экспериментальной площадки городского уровня с 01.09.2013 по 31.08.2016 г. по теме «Создание вариативной модели внедрения ФГОС основного общего образования. Создана рабочая группа по внедрению ФГОС второго поколения основного общего образования в ОУ в составе 27 человек.

Я, как социальный педагог, учитель математики, мать, бабушка, считаю введение государственных стандартов своевременным и правильным, так как одно из ключевых Концепций ФГОС второго поколения – формирование универсальных учебных действий в основной школе, с учетом возрастных особенностей учащихся 5-9 классов. Решить эту проблему не просто. Одна школа сделать это не сможет. Вместе с семьей, государством, учреждениями дополнительного образования ФГОС дают возможность каждой школе создать свою программу. Вопросы организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни всех субъектов образовательного процесса отражены в «Основной образовательной программе основного общего образования ГБОУ СОШ № 450»

Цель моего выступления: познакомить вас с этой программой, которая была создана в рамках экспериментальной площадки по внедрению ФГОС в нашей школе.

Организация работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни

Цель организации работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни:

-формирование осознанного отношения к собственному здоровью;

-формирование устойчивых представлений о здоровье и здоровом образе жизни;

-формирование устойчивых представлений, оказывающих позитивное (негативное влияние на здоровье);

-формирование личных убеждений, качеств, привычек, способствующих снижению риска здоровью в повседневной жизни.

МОДУЛЬ 1 – комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

-способность составлять рациональный режим дня и отдыха;

-умение планировать и рационально распределять учебные нагрузки и отдых в период подготовки к экзаменам;

-знание основ профилактики переутомления и перенапряжения.

МОДУЛЬ 2 – комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

-представление о необходимой и достаточной двигательной активности, элементах и правилах закаливания;

-представления о рисках для здоровья неадекватных нагрузок и использование биостимуляторов;

-умение осознанно выбирать индивидуальные программы двигательной активности.

Для реализации этого модуля необходима интеграция с курсом физической культуры.

МОДУЛЬ 3 – комплекс мероприятий, позволяющих сформировать у обучающихся:

-навыки работы в условиях стрессовых ситуаций;

-владение элементами саморегуляции для снятия эмоционального и физического напряжения;

-навыки самоконтроля за собственным состоянием, чувствами в стрессовых ситуациях;

-представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, факторах, их вызывающих, и условиях снижения риска негативных влияний;

-навыки эмоциональной разгрузки и их использование в повседневной жизни;

-навыки управления своим эмоциональным состоянием и поведением.

В результате реализации этого модуля обучающиеся имеют четкие представления о возможностях управления своим физическим и психологическим состоянием без использования медикаментов и тонизирующих средств.

МОДУЛЬ 4 – комплекс мероприятий. позволяющих сформировать у обучающихся:

-представление о рациональном питании;

-готовность соблюдать правила рационального питания;

-знание правил этикета, связанных с питанием;

-интерес к народным традициям, связанным с питанием и здоровьем.

В результате реализации данного модуля обучающиеся должны быть способны самостоятельно оценивать и контролировать свой рацион.

МОДУЛЬ 5 – комплекс мероприятий, позволяющих провести профилактику разного рода зависимостей:

-развитие представлений подростков о ценности здоровья, важности и необходимости бережного отношения к нему;

-расширение знаний обучающихся о правилах здорового образа жизни, воспитание готовности соблюдать эти правила;

-формирование адекватной самооценки, развитие навыков регуляции своего поведения, эмоционального состояния;

-формирование умений оценивать ситуацию и противостоять негативному давлению со стороны окружающих;

-формирование представлений о наркотизации как поведении, опасном для здоровья, о неизбежных негативных последствиях наркотизации для творческих, интеллектуальных способностей человека, возможности саморегуляции, достижения социального успеха;

-включение подростков в социально значимую деятельность, позволяющую им реализовать потребность в признании окружающих, проявить свои лучшие качества и способности;

-развитие способности контролировать время, проведенное за компьютером.

МОДУЛЬ 6 – комплекс мероприятий, позволяющих овладеть основами позитивного коммуникативного общения:

-развитие коммуникативных навыков подростков;

-взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в повседневной жизни в разных ситуациях;

-развитие умения бесконфликтного решения спорных вопросов;

-формирование умения оценивать себя (свое состояние, поступки, поведение), а также поступки и поведение других людей.

Деятельность образовательного учреждения в области непрерывного экологического здоровьесберегающего образования обучающихся

Экологическая Здоровьесберегающая деятельность осуществляется в рамках Программы развития школы на 2011-2015 гг. с перспективой до 2020 г. и представлена в виде взаимосвязанных блоков:

- Рациональная организация учебно-воспитательного процесса

- направлена на повышение эффективности учебного процесса , предупреждение чрезмерного функционального напряжения и утомления, создание условий для снятия перегрузки, чередования труда и отдыха обучающихся.

- Развитие здоровьесберегающей инфраструктуры школы включает в себя:

-соответствие состояния и содержания здания и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны труда обучающихся и работников школы;

-необходимое оснащение столовой, а также наличие условий для хранения и приготовления пищи;

-организацию качественного горячего питания обучающихся;

-оснащенность кабинетов, физкультурных залов, спортплощадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарем;

-наличие медицинского кабинета;

-наличие необходимого и квалифицированного состава специалистов, обеспечивающих работу с обучающимися (учителя физической культуры, психолог, социальный педагог, медицинский работник).

- Работа с учащимися

-направлена на обеспечение организации двигательного режима, нормального физического развития и двигательной подготовленности, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья.

- Профилактика вредных привычек
- Работа с родителями включает:

-лекции, семинары, консультации, курсы по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья, факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье детей, экологическое просвещение родителей;

-организация совместной работы педагогов и родителей (законных представителей) по проведению спортивных соревнований, дней экологической культуры и здоровья, занятий по профилактике вредных привычек.

- Работа с педагогами

Реализация данных мероприятий способствует созданию в школе комплекса необходимых условий (педагогических, психологических, лечебно-оздоровительных, профилактических) для сохранения и укрепления здоровья обучающихся в учреждении школьников, как одного из важнейших факторов, определяющих успех самореализации выпускников школы в их самостоятельной жизни

Что мы делаем для этого:

14 форм работы мы попробовали в 2013-2014 учебном году:

1. Диагностические обследования

В обследовании принимали учащиеся, психолог, социальный педагог, классные руководители

-Анкета пятиклассника

-Анкета «Мотивация учащихся при переходе в основную школу»

-Адаптация учащихся 5-х классов к обучению в основной школе

-Диагностика особенностей развития познавательной сферы

-Тест «Психологическая атмосфера в коллективе»

-Тест «Насколько вы довольны жизнью?2

-Методика «Наши отношения»

-Тест «Умение радоваться»

-Анкета по организации школьного питания

-Тест «Что значит быть счастливым?»

-Анкета для определения уровня конфликтности

-Анкета - опросник «Психологическая диагностика безопасности образовательной среды

2. Просветительская деятельность для родителей, педагогов:

Цикл интерактивных занятий «Психологические знания педагогам и родителям»

-Первый раз в 5 класс

-Особенности работы и взаимодействия с агрессивным ребенком
-Особенности работы и взаимодействия с гиперактивным ребенком
-Особенности работы с одаренным ребенком

Воспитательные мероприятия с обучающимися

3. Викторины:

- Антитабачная викторина
-Здоровье в саду и на грядке

4. Классные часы:

-Наше здоровье в наших руках
-Мое здоровье и … право выбора
-Сказки про доктора Айболита
-Здоровье – это жизнь
-Все имеет смысл, пока мы здоровы
-Полезны ли полезные привычки
-Как противостоять давлению среды
-Что делает человека здоровым и счастливым
-Аптечные секреты
-Мода на здоровье
-Планета здоровья
-День здоровья
-Со здоровьем я дружу
-О здоровье знаю все

5. Конференция:

-Правильная осанка – основа здоровья и красоты

6. Устный журнал:

-Здравствуйте, или что значит быть здоровым

7. Занятие – мастерская:

-Медицина и здоровье
-Секреты здорового питания
-Едим правильно
-Спорт и здоровье
-Здоровье и безопасность
-Мы за здоровый образ жизни
-Красота и здоровье
-Как сохранить здоровье глаз

8. Круглый стол:

-Здоровый образ жизни

9. Памятки:

-Формула любви к моему ребенку (для родителей)
-О чем говорит упаковка (Для детей и родителей)

10. Тренинги:

-Моя жизнь в моих руках
-Слагаемые здоровья
-Учись говорить «нет»

11. Игры:

-Веселые старты
-Витаминка
-Что ты себе представил
-Человек и его здоровье

12. Советы на каждый день:

-Советы на каждый день

-Советы родителям
-Протяни руку другу
-Памятка учителю
-Трудные жизненные ситуации
-Как не сгореть на работе (для педагогов)

13. Уроки здорового питания:

Проводятся на уроках биологии, технологии.

-Как следует питаться
-Питание – основа жизни
-Секреты здорового питания
-Едим правильно
-Недостаток витаминов укорачивает жизнь
-Рациональное питание
-Волшебные витамины
-Приятного аппетита
-Русским чаем угощаем
-Питание в походе

14. Информационные беседы:

-Клещ любит падать на голову
-Недостаток витаминов укорачивает жизнь
-Грипп и ОРВИ

В ГБОУ СОШ № 450 созданы все условия для реализации экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни для обучающихся:

1. Отремонтированное здание.
2. Светлые и просторные классы
3. Спортивный зал.
4. Зал ЛФК
5. Зал для занятий танцами
6. Спортивная площадка.
7. Столовая.
8. Медицинский кабинет.

Эту Программу реализуем с нашими социальными партнерами

1. Спортивная школа
2. ЦПМСС
3. КЦСОН
4. ПМЦ «Снайпер»
5. Городская библиотека

Детская библиотека

6. Управлением соц. питания
7. Роспотребнадзор
8. ООО «Квадрат»

Еще Конфуций отмечал, что «Каждый человек может совершить героический поступок хоть раз в жизни. Но главная характеристика личности – её ежедневное поведение». А формирование экологически целесообразного и безопасного образа жизни – это формирование культуры ежедневного поведения, культуры потребности вести здоровый образ жизни!

Иновационные методы работы по здоровьесбережению в образовательной организации

Татьяна Владимировна Гордейчук,
руководитель ОДОД,
учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 324

Сегодня большое внимание уделяется вопросам здоровьесбережения.

Международный опыт показывает, что в структуре факторов, определяющих здоровье, более 50% приходится на здоровый образ жизни. Внимание к проблемам здоровья во всем мире увеличивается с каждым годом. В развитых странах, в том числе и России, здоровье является частью национальной политики, о чем свидетельствуют национальные программы. Так, например, по поручению президента Российской Федерации В.В. Путина с 01 сентября 2014 года в школах России вводится комплекс нормативов ГТО ("Готов к труду и обороне"), главной целью которого является привлечение большего количества граждан к регулярным занятиям физической культурой и спортом. В нашей школе, тоже, проводится ряд мероприятий, направленных на реализацию программы по сохранению и укреплению здоровья.

Во-первых, это внеклассная деятельность. Она позволяет гармонично сочетать познавательную и исследовательскую деятельность учащихся с активным отдыхом.

Проектная деятельность:

В качестве примера рассмотрим наш проект «По родному краю на велосипедах», в рамках которого учитель физической культуры или классный руководитель совместно с группой учащихся проезжает заданный маршрут от 10 до 30 километров. В ходе поездки учащиеся осматривают достопримечательности, посещают музеи, знакомятся с флорой и фауной родного края. По итогам поездки учащиеся пишут отзывы, сочинения, делают презентации с авторскими фотографиями.

Деятельность ОДОД: Другим направлением внеклассной деятельности является реализация плана воспитательной и оздоровительной работы ОДОД. Организация театрализованных и спортивных мероприятий, в том числе и на свежем воздухе. Через подвижные игры учащиеся знакомятся с историей Олимпийского движения, культурой, традициями и праздниками народов мира. В нашей школе проводились игры «Тропою индейца», «Масленица», спортивный лонгмоб «Вокруг света - памяти Пьера де Кубертена» и другие.

Работа с родителями:

К спортивным мероприятия мы привлекаем и родителей учащихся. Ежегодно в нашей школе проходят полюбившееся всем школьникам соревнование «Папа, мама, я - спортивная семья».

Экскурсионная деятельность:

Важным направлением воспитательной и оздоровительной работы с учащимися так же, является общение с природой, животными. Учащиеся нашей школы посетили Токсовский зубропитомник, страусиную ферму "Австралийский хутор", РК Центр «ВЕЛЕС». Они смогли выполнить работу по уходу за животными: чистили клетки, приводили в порядок помещения для животных, перебирали фрукты и овощи.

Новый взгляд на здоровьесбережение появился и в урочной форме. При оценивании учащихся подготовительной и специальной групп здоровья главный акцент делается на личностные достижения учащихся,

т.е. результат работы учащегося сравнивается не с нормативами, а с собственными достижениями. Дифференцированный подход в обучении предполагает учет индивидуальных физических особенностей учащихся.

Объяснение нового материала предполагает чередование умственной и физической нагрузки. Например, спросите детей: «Что в начале урока нужно делать: играть, сдавать зачет или разминаться?» Ответы последуют разнообразные. Постарайтесь доступно объяснить механизм разогревания и подготовки организма к основной работе. Нужно приучать детей самим анализировать ситуацию.

Работа по здоровьесбережению учащихся предполагает не только развитие их двигательной активности, но и познавательную деятельность по вопросам здорового образа жизни. Формы работы разнообразны. Яркими мероприятиями в нашей школе стали встречи с олимпийскими чемпионами, на которых дети узнали из уст чемпионов о тернистом пути к пьедесталу. В прошлом году на базе нашей школы состоялись олимпийские встречи с паралимпийцем Федором Триколичем, фугуристкой Еленой Бережной, биатлонисткой Надеждой Скардино. Эти встречи вызвали у наших учащихся бурю эмоций.

Вот отзыв Екатерины Андреевой, ученицы 11а класса.

«…Но что на самом деле скрывается за блестящим занавесом жизни спортсменов, телеведущих, актёров, какова оборотная сторона звёздной жизни? Приоткрыть завесу тайны мне помогла родная школа. Елена Бережная … прошла через всё и осталась победителем. Не сломалась, не согнулась, не поддалась обстоятельствам. Теперь я знаю, что отчаиваться не стоит никогда. Необходимо шаг за шагом идти за мечтой, ставить цели и их добиваться, не покладая рук работать, не терять веры и любить.

Во-вторых, конференции, направленные на пропаганду здорового образа жизни, где в роли докладчиков выступают старшеклассники.

В-третьих, исследовательские проекты. В прошлом году учащиеся 9-а класса в рамках проекта «Здоровье в твоих руках» проводили антропометрические измерения учащихся своего класса, проводили опрос о питании школьников. По итогам проекта были даны рекомендации по повышению культуры питания.

В-четвертых, это сайты. На официальном сайте школы есть раздел «Здоровьесбережение», а также разработаны отдельные сайты «Выше, быстрее, сильнее» (об Олимпийском движении для школьников), блог «Лучшие спортсмены Санкт-Петербурга», сайт проекта «По родному краю на велосипедах», сайт школьного спортивного клуба «SportStyle».

Немаловажное значение в здоровьесбережении имеет воспитание правильных жизненных установок. В образовательном процессе необходимо уделять внимание информационной гигиене. Когда мы говорим о проблемах, вредных привычках, похитителях здоровья учащихся, мы должны помнить, что позитивная информация должна преобладать над негативной. А также обращать внимание на то, какие неправильные психологические установки мы невольно формируем у учащихся. Например, информационные материалы для учащихся иногда используют такие слова, как «Выплесни свою боль», «Не можешь находиться дома», «Любовь без ответа», «Родители не понимают». Такие высказывания формируют у учащегося представление о типичных проблемах подросткового возраста как о неразрешимой трагедии.

Рефлексией мероприятий по сохранению и укреплению здоровья наших школьников являются творческие работы учащихся: видеоролики, презентации, рисунки, плакаты, фотоколлажи, исследования. Эти работы публикуются на сайте школы, представляют на детские и молодежные конкурсы районного, городского и всероссийского уровня.

В ходе реализации наших проектов по здоровьесбережению дети приобретают представление о здоровом образе жизни, привлекаются к систематическим самостоятельным занятиям физической культурой, чем повышается их двигательная активность, а школьные коллективы становятся более сплоченными и дружными.

Раздел II

Здоровьесозидающая деятельность на уровнях дошкольного и начального общего образования

Технология приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики при взаимодействии детского сада и семьи

Татьяна Владимировна Иванова,
методист, старший воспитатель ГБДОУ № 30

Проблема здоровьесбережения подрастающего поколения является приоритетной задачей в нашем государстве.

Актуальность проблемы: в нашей стране существует тенденция снижения показателей здоровья дошкольников. Дошкольное образовательное учреждение как уникальная образовательная система позволяет отчасти нивелировать неблагоприятный комплекс факторов, определяющих сегодня низкие показатели здоровья детей дошкольного возраста.

Именно в дошкольном возрасте закладываются фундаментальные ценности и строятся отношения ребенка с самим собой и окружающим миром. Поэтому особенно важно определить пути развития интереса детей к укреплению своего здоровья, разработать педагогическую технологию приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Практика показывает, что современные дети уже с самого рождения сталкиваются с техническим прогрессом. Часто игрушкой у современного ребенка оказывается пульт от телевизора или мобильный телефон. Дальше ребенок растет, осваивает компьютер и ему становится очень комфортно в виртуальном мире, в который он погружается все больше. Дети реже бывают на свежем воздухе, реже играют, в результате чего повышается риск заболеваний.

Для сохранения здоровья дошкольников, мы разработали систему оздоровительной работы, которая не требуют больших материальных затрат, может использоваться в любом учреждении, с разным количеством детей и построена на основе традиций народной педагогики.

Основу нашей технологии составляет народная оздоровительная педагогика, многие идеи которой со временем были утрачены.

Исследователи отмечают, что настоящего физического здоровья и душевного равновесия достигает тот, кто с детства научился жить в гармонии с собой, окружающими, природой, научился управлять своим разумом, способен реализовать свои физические и духовные способности.

Цель: создание условий для приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики при взаимодействии детского сада и семьи.

Задачи:

1. Повысить компетентность педагогов по проблеме приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики, развивать их стремления и умения взаимодействовать с семьями родителей для решения этих задач.
2. Развивать у родителей интерес к народной оздоровительной педагогике, показать ее значение для укрепления здоровья и общего развития их детей, вызвать желания использовать традиции народной оздоровительной педагогики в семейном воспитании.
3. Способствовать развитию интереса дошкольников к традициям народной педагогики, обогащать их умения по здоровьесбережанию на основе этих средств.

Предлагаемая технология построена на принципах природосообразности, поддержки инициативы детей в различных видах деятельности, приобщение их к социокультурным нормам, традициям семьи, общества и государства, с учетом этнокультурной ситуации развития детей.

Данная технология ориентирована на создание здоровьесберегающей образовательной среды ДОУ и развивающийся интерес дошкольников к здоровьесберегающему поведению.

Технология приобщения дошкольников к здоровому образу жизни реализуется на основе совместной деятельности педагогов и родителей и направлена на изменение традиционной позиции во взаимодействии воспитателя с родителями – от позиции «*наставника*» к позиции *партнера, участника, помощника.*

Технология предполагает использование вариативных, интересных современным дошкольникам форм и методов в процессе приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики, реализацию идей народной оздоровительной педагогики воспитанников при домашнем воспитании дошкольников.

Технология включает четыре этапа - диагностический, подготовительный, деятельностный, рефлексивный.

Первый этап включает диагностический комплекс, который позволяет выделить особенности компетентности педагогов по проблеме, представления, умения и отношение детей и родителей к организации здорового образа жизни средствами народной оздоровительной педагогики.

Второй этап – подготовительный, предполагает организацию различных форм повышения компетентности педагогов по проблемам взаимодействия с семьей в оздоровлении дошкольников, повышение заинтересованности родителей и обогащение образовательной среды ДОУ по проблеме приобщения дошкольников к здоровому образу жизни.

Третий этап является основным в предлагаемой технологии и предполагает разработку и реализацию ее основных задач.

Содержание образовательной работы включает следующие блоки:

– Зависимость здоровья от духовного состояния себя и окружающих.

– Особенности нашего организма: что полезно для организма, а что вредно.

– Использование естественных условий и даров природы для здоровья.

– О здоровом питании, традициях русской кухни и кухни народов других национальностей.

– Влияние труда на здоровье человека.

– Зависимость семейных отношений и здоровья.

– Традиции русского народа и других народов России, позволяющие им быть здоровыми физически и душевно.

Реализация идей технологии осуществляется через календарно-тематическое планирование, предусматривающее организацию работы во всех образовательных областях - познавательное, речевое, социально-коммуникативное, физическое, художественно-эстетическое развитие.

Для определения календарно-тематического планирования по теме мы предлагаем такие даты народного календаря, смысл которых ребенку дошкольного возраста легче понять, представить на основе собственного опыта и с помощью книг, картин, фильмов.

Для повышения заинтересованности родителей в приобщении к здоровому образу жизни семьи народными средствами и обучения их практическим методам приобщения детей к здоровому образу технологию включены индивидуальные и групповые формы взаимодействия с семьей.

Четвертый этап технологии – рефлексивный - направлен на оценку результатов ее реализации на основе повторной диагностики и обсуждение полученных результатов педагогами и родителями. В ходе совместного обсуждения важно обратить внимание педагогов и родителей на достижения детей, на то, что они получили в ходе совместной работы, изменение условий оздоровления в дошкольном учреждении.

Разработанная нами технология приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики детей имеет результаты для всех участников образовательного процесса:

1. Для педагогов: повышена компетентность педагогов, укрепилась сплоченность воспитателей и специалистов (музыкальные руководитель, инструктор по физическому воспитанию, учитель-логопед) в процессе оздоровительной работы с детьми на основе идей народной педагогики, раскрытию их творческого потенциала.

2. Для дошкольников:

– сформировались представления о способах укрепления здоровья традиционными народными средствами (закаливания, народных игр, занятий физкультурой, правильного питания), возможность реализовать некоторые из них в условиях детского сада и семьи;

– возник интерес к народной культуре, прошлому родного края: дети активно и более осознанно участвуют в народных праздниках, обрядах, хороводах, соревнованиях на основе дат народного календаря;

– дети старшего возраста могут сами организовывать народные игры дома, в детском саду, использовать элементарные знания для сохранения своего здоровья и передавать свой опыт малышам и сверстникам;

3. Для родителей: данная технология положительно влияет на позицию родителей во взаимодействии с педагогами, во многих семьях меняется отношение родителей к здоровью своего ребенка. В ходе участия в разработанной технологии родители лучше узнают народные средства оздоровления, начинают применять их в своей семье, сами находят новые традиции оздоровления, активно обсуждают их и делятся опытом.

Технология построена на принятых после введения ФГОС дошкольного образования основных принципах дошкольного образования и не требует существенных изменений в организации образовательной работы в ДОУ. Поэтому технология может быть внедрена в дошкольном учреждении любого вида.

Взаимодействие специалистов при обеспечении здоровьесберегающей среды ДОУ

Светлана Александровна Васильева, воспитатель ГБДОУ № 13;
Татьяна Николаевна Лаврентьева, инструктор по физической культуре ГБДОУ № 13.

С 2013 года в нашем учреждении функционирует служба здоровья. Основная цель деятельности службы здоровья: построение открытой здоровьесозидающей и здоровьесберегающей образовательной среды. Здоровьесберегающая среда ДОУ включает в себя как материально-технические факторы, так и взаимоотношения всех участников образовательного процесса.

При проектировании здоровьесберегающей среды нами учтены требования ФГОС дошкольного образования, нормы СанПиН 2.4.1.3049-13.

В ДОУ созданы все условия для оздоровительной работы с детьми:

имеется спортивно-оздоровительный комплекс, включающий бассейн, спортивный и музыкальный залы, спортивную площадку на улице, в группах оборудованы уголки для физкультурных занятий, есть медицинский кабинет, кабинет психолога, кабинет логопеда, кабинет массажа.

Большое значение имеет взаимодействие всех специалистов ДОУ в создании здоровьесберегающей среды. В работе принимают участие старшая медсестра, старший воспитатель, воспитатели групп, учитель-логопед, инструкторы ФИЗО, музыкальный руководитель. На педагогическом совете в начале учебного года обсуждается и принимается программа профилактической и оздоровительной работы на год, совместные проекты педагогов ДОУ по здоровьесбережению (ежегодные праздники здоровья, спортивные досуги, мероприятия с родителями, консультации и педагогические совещания).

Мероприятия проводимые в ДОУ для укрепления здоровья детей: соблюдения личной гигиены, рациональное питание, закаливающие процедуры: воздушные и солнечные ванны, босохождения, контрастные ванны для ног, соблюдения температурного и водного режима, проветривание помещений, прогулка, дыхательная гимнастика, бассейн, профилактика простудных заболеваний, создание условий для двигательной активности, утренняя зарядка, бодрящая гимнастика, физкультурные занятия, оптимальные сочетаний двигательного режима и отдыха.

Старшей медсестрой совместно с врачом разработан годовой план профилактической работы, план мероприятий по снижению острой заболеваемости в детском саду.

Общие оздоровительные мероприятия проводятся в дошкольном учреждении в течение года на всех группах:

-фитоаэронизация воздуха

- контроль санитарно-гигиенического и противоэпидемического режима;

- контроль двигательной активности, соблюдения режима питания, сна и прогулки;

- контроль над продолжительностью занятий;

- профилактика гриппа и ОРВИ (специфическая профилактика - оксалиновая мазь в нос, неспецифическая профилактика -

фитоаэронизация маслами, использование фитонцидов свежего лука и чеснока, УФО, препарат Анаферон детский по графику);

- «С» витаминизация третьего блюда;
- хлебобулочные изделия с микронутриентами;
- применение здоровьесберегающих технологий.

Цель здоровьесберегающих технологий в дошкольном образовании применительно к ребенку – обеспечение высокого уровня реального здоровья воспитаннику детского сада и воспитание валеологической культуры как совокупности осознанного отношения ребенка к здоровью и жизни человека, знаний о здоровье и умений оберегать, поддерживать и охранять его, валеологической компетентности, позволяющей дошкольнику самостоятельно и эффективно решать задачи здорового образа жизни и безопасного поведения, задачи, связанные с оказанием элементарной медицинской, психологической самопомощи и помощи.

Здоровьесберегающий педагогический процесс ДОУ - в широком смысле слова - процесс воспитания и обучения детей дошкольного возраста в режиме здоровьесбережения и здоровьеобогащения; процесс, направленный на обеспечение физического, психического и социального благополучия ребенка.

Эффективность здоровьеориентированной деятельности предполагает высокий уровень компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения, умение и желание семьи осуществлять здоровый стиль поведения, а также крепкое здоровье и полноценное физическое и психическое развитие воспитанников дошкольного учреждения.

При организации образовательного процесса нами учтены:

принципы интеграции образовательных областей в соответствии с возрастными возможностями и особенностями воспитанников.

принцип научности - подкрепление всех мероприятий, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методиками;

принцип комплексности и интегративности - решение оздоровительных задач в системе всего учебно-воспитательного процесса;

принцип активности, сознательности - участие всего коллектива в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению детей;

принцип адресованности и преемственности - поддержание связей между возрастными категориями, учёт разноуровневого развития и состояния здоровья;

В процессе нашей деятельности мы стремимся решить следующие задачи:

- обеспечить условия для физического и психологического благополучия участников воспитательно-образовательного процесса;
- формировать доступные представления и знания о пользе занятий физическими упражнениями, об основных гигиенических требованиях и правилах;
- реализовать системный подход в использовании всех средств и форм образовательной работы с дошкольниками для своевременного развития жизненно важных двигательных навыков и способностей детей;
- формировать основы безопасности жизнедеятельности;

- оказывать всестороннюю помощь семье в обеспечении здоровья детей и приобщению их к здоровому образу жизни.

Параллельно с физическим развитием на физкультурных занятиях в зале или в бассейне идёт обучение детей основам культуры здоровья. На группах проводятся игровые занятия валеологического характера, по наработанным конспектам по развитию представлений о здоровом образе жизни (модули - «познай себя», «эмоциональное здоровье», «экстремальные ситуации»).

Мы считаем, что представления о здоровом образе жизни, заложенные в детском возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Система валеологических знаний при которых главное в работе – воспитание здорового образа жизни, формирование потребности в нем, а для этого – формирование «здоровых» привычек, навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

На формирование мотивации потребности детей в здоровом образе жизни направлены такие темы как «Холодная и теплая страны», «Солнце воздух и вода - наилучшие друзья», «Вкусная сказка», «Заюшкина избушка», «В гостях у королевы этикета» и многие другие.

Педагоги стремятся разнообразить совместную образовательную деятельность с детьми с помощью планирования совместной работы, праздников, досугов, развлечений. Практикуется взаимное участие педагогов в мероприятиях друг-друга в качестве сказочного героя, ведущего, совместное проведение непосредственной образовательной деятельности.

При проведении занятий инструктор по физкультуре использует как традиционные, так и нетрадиционные формы занятий: сюжетные, тренировочные, контрольные, комплексные и интегрированные, приглашая на них разных специалистов.

Огромное оздоровительное и воспитательное значение для наших детей имеет плавание, которое является одним из важных видов циклических нагрузок, обладающим мощным оздоровительным общеразвивающим действием.

Большая роль в подготовке и проведении непосредственно образовательную деятельность по плаванию отводится воспитателям групп. Воспитатели групп работают в тесном контакте с инструктором по физической культуре и медицинским персоналом. Они ведут работу в своей группе: следят за выполнением расписания образовательную деятельность и готовят подгруппы к ним, знакомят с правилами поведения в бассейне, непосредственно во время занятий, учат быстро раздеваться и одеваться. Вместе с медсестрой определяют, кому из детей необходим щадящий режим или освобождение от занятий, поддерживают тесную связь с родителями.

В образовательной деятельности в бассейне решаются задачи не только развития двигательных навыков и закаливания. В бассейне можно успешно решать и другие образовательные задачи. В необычной для детей обстановке в игровой форме дошкольники узнают о свойствах воды, проводят экспериментирование с ледяными шариками, учатся основам математики, рисуют, развивают пространственное воображение. Занятие

в бассейне для детей всегда праздник, а с приглашением сказочных персонажей и родителей досуг в бассейне запоминается ребенку на долгие годы. В нашем учреждении большое внимание уделяется ежегодному празднику на воде «День Нептуна». Это второй «День выпускника» в детском саду, в котором принимают участие все стороны образовательного процесса: дети, родители и педагоги. Важное значение, при этом, приобретает взаимосвязь специалистов ДОУ и сплачивание коллектива в умении договариваться, совместно решать образовательные задачи, выстраивать образовательный маршрут каждого ребенка.

Здоровьесберегающие методики при формировании культуры речи у детей предшкольного возраста

Ефимова Юлия Борисовна, учитель-логопед ГБДОУ № 14,
Горбань Ирина Павловна, учитель-логопед ГБДОУ № 14

Развитие физического и психического здоровья детей с нарушениями речи, нормализация двигательной активности и профилактика гиподинамии, коррекция недостатков просодической, эмоциональной стороны речи и успешная социализация детей с дефектами речи являются важнейшими задачами современной коррекционной педагогики. Использование нестандартных подходов к внедрению здоровьесберегающих игровых технологий в деятельность образовательного учреждения способствуют эффективности решения этих задач.

В коррекционно-развивающей работе с детьми, имеющими нарушения в речи, существуют разнообразные стимулирующие игровые методики и приёмы здоровьесбережения. На фоне комплексной помощи они оптимизируют процесс формирования коррекции речи и способствуют оздоровлению всего организма ребенка.

Мы хотим сегодня привлечь ваше внимание к одной из эффективных, и в то же время, простых в применении технологий, которая очень часто в погоне за новациями остаётся незаслуженно забытой. Речь пойдёт о технологии «Мяч и речь».

Суть этой технологии в интеграции использования словесных, дидактических, подвижных игр с мячом, которую можно выразить формулой «речь + движение». Технология «Мяч и речь» развивает мышечную силу детей, мелкую моторику рук, быстроту реакции, точности движения и глазомера, что способствует улучшению работы важнейших органов - лёгких, сердца и правильному обмену веществ.

Игры с мячом помогают детям лучше ориентироваться в пространстве, активизируют непроизвольное и произвольное внимание, нормализуют эмоционально - волевую сферу, что особенно важно для гипервозбудимых детей.

Игры с мячом известны с древних времён, хотя точно история не знает ни места, ни времени рождения этих игр. Они встречаются почти у всех народов мира и считаются самыми распространёнными и популярными. В России – есть своя история развития игр с мячом. В простонародье мячи чаще всего делали из тряпья и тряпьём же набивали. Крестьяне северных губерний плели мячи из лыка, они были пустыми или набивались песком. В некоторых областях мячи делались из овечьей шерсти. Настоящие резиновые мячи могли позволить себе только дети из богатых семей.

Сегодня любой ребёнок имеет возможность играть с мячом. Дошкольников особенно привлекают мячи яркие, прыгучие, лёгкие. Их выбор достаточно широк по цвету, размеру, материалу. В то же время, социологические опросы показывают, что родители, играя с ребёнком, редко используют мяч. Многие отводят ему только спортивную роль. Дети из множества существующих игр с мячом называют, в основном, футбол. Возможно, это происходит от того, что родители просто не знают развивающих и игр с мячом. Технология «Мяч и речь» как раз даёт представление о том, что эта игрушка не только развивает ловкость, координацию движений ребенка, но и учит мыслить, развивает наблюдательность, является средством общения между людьми.

Игры с мячом органично вписываются в режим дня группы и могут использоваться в организации совместной с педагогом и самостоятельной деятельности детей. В нашей работе с детьми логопедической группы игры с мячом являются необходимыми предпосылками для лучшего функционирования речевых органов и выработки у детей правильных речевых навыков. Они отвлекают внимание ребёнка от речевого дефекта и побуждают его к общению; помогают проводить работу над развитием просодических компонентов речи; регулируют силу и точность движения; разнообразят виды деятельности ребёнка на занятии. Серия игр «С мячом играем – речь развиваем» очень любима дошкольниками. Это такие игры, как: «Мяч бросай – слово называй!», «Цепочка звуков», «Лови да бросай – цвета называй»….

Двигательные упражнения с использованием игрового материала (шапочки, маски) помогают снять неуверенность, зажатость у ребенка, которые часто связаны с речевым дефектом или личностными комплексами. В этом случае задания педагога превращаются в занимательную игру. Здесь при подборе содержания игрового задания (например, объема стихотворения) необходимо учитывать речевую патологию и возраст детей.

Игры и упражнения с мячом, используемые в логопедической практике, можно условно разделить по их направленности на развитие общей моторики, мелкой моторики, ориентировки в пространстве, на фонематическое восприятие, закрепление правильного произношения а также - на дифференциацию звуков. Всё разнообразие игр и упражнений, их описание представлено в работах О.И. Крупенчук, и Т.А. Воробьёвой «Мяч и речь», А.И. Смирновой «Школа мяча».

Чтобы проиллюстрировать возможности технологии, я представлю некоторые из них. Игры и упражнения с мячом, направленные на развитие общей моторики - двигательной активности ребенка, осуществляемой крупными мышцами тела, активно используются педагогами в ходе различных форм физкультурной работы. Не менее важно развивать мелкую моторику рук ребёнка. Современные научные данные подтверждают, что области коры головного мозга, «отвечающие» за движение органов речи и управляющие движениями пальцев рук, расположены в непосредственной близости друг от друга. Следовательно, идущие в кору головного мозга нервные импульсы от движущихся пальцев рук «тревожат» расположенные по соседству речевые зоны, стимулируя их активную деятельность. Существует целый ряд игр, способствующих развитию мелкой моторики. Например, игры с небольшими мячиками или разноцветными каучуковыми шариками, которые легко помещаются в

ладошке детей, не выскальзывают из рук. Ребёнок выполняет несложные упражнения с мячом, сопровождая их короткими стихотворными строчками. Речь его становится более чёткой, ритмичной, яркой. Одновременно с этим усиливается контроль и за выполняемыми движениями. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, стимулируют речевую активность ребёнка. Развивается память ребенка, так как он запоминает определенные положения руки и последовательность движений. Малыш учится концентрировать своё внимание и правильно его распределять. В результате освоения всех упражнений кисти рук и пальцев приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

Вместо обычных мячей эффективно использовать массажные мячики различных размеров. Массажный мячик – эффективное средство расслабления мышц. Пупырчатая поверхность мяча воздействует на нервные окончания, улучшает приток крови и активизирует кровообращение. Основные сферы его применения - это массаж рефлекторных зон. А в сочетании с заучиванием стихотворений упражнения с массажным мячом позволяют развивать речь ребенка.

Учёными доказано, что уровень развития речи детей зависит от степени сформированности мелкой моторики пальцев рук. Поэтому пальчиковые игры с мячом должны быть разнообразными, эмоционально-приятными, неутомительными, динамичными, проводимые в хорошем темпе, с веселым настроением.

Для детей с речевой патологией характерно нарушение пространственного восприятия, это осложняет их ориентацию в пространстве, а в дальнейшем приводит к дисграфии. Профилактикой в этом случае может стать использование игр и упражнений с мячом, направленных на отработку силы, точности движения, возможности определения себя и предмета в пространственном поле. В таких играх можно использовать резиновые, теннисные и сшитые из ткани мячи. Примеры этих игр - «Вратарь» и «Если все мы встанем в круг, мяч тебе я брошу, друг».

Закрепление правильного произношения звуков и развитие фонематических процессов также очень важная задача, которую необходимо решить в дошкольном возрасте в преддверии школьного обучения. Игры с немного смешными, говорящими о правилах названиями, такие как: «Мячик мы ладошкой «стук», повторяем дружно «звук», «Гласный звук услышат ушки, мяч взлетает над макушкой», «Стучалочка» в этом случае очень эффективны. Играя в них, дети тренируются в чётком произношении гласных звуков и выделении из звукового ряда.

Плавное, длительное пропевание гласных звуков закрепляется в играх «Звуки гласные поём мы с мячом моим вдвоём» и «Поющие мячики». Подобные этим игры способствуют отработке плавного выдоха, что очень важно в работе над звукопроизношением. В играх «Мяч передавай - слово называй» и «Звуковая цепочка» дети подбирают слова на заданный звук, выделяют его в начале и конце слова. Это требует внимания и хорошего уровня развития фонематических представлений. Ещё одна любимая детьми игра - «Сто вопросов - сто ответов с буквы А (или другой) - и только с этой». По её правилам на все вопросы педагога ребёнок может давать ответы, начинающиеся только с одного и того же определённого звука.

Довольно сложной и часто встречающейся проблемой является деление слова на слоги, усвоение детьми слов сложной слоговой структуры. При использовании традиционных приёмов: отхлопывания ритмического рисунка слова, отстукивания количества слогов в слове, наращивания слогов можно использовать мяч. Примером этому служат игры: «Мяч поймаем - раз! И два - мы распутаем слова!», «Встречу слово на дороге - разобью его на слоги», «Слово это изменяй, изменяя, удлиняй», «Слог да слог - и будет слово - мы в игру сыграем снова».

Для анализа и синтеза слогов, для различения гласных и согласных звуков используются не только резиновые разноцветные мячи, но и самодельные, сшитые из ткани. Так, например, в игре «Разноцветные мячики» ребёнок называет гласный звук или слово, начинающееся на гласный звук, - если педагог бросает ему красный мяч, твердый согласный - если мяч синего цвета, и мягкий согласный – если мяч зеленого цвета.

Еще одним из средств коррекционно-развивающей работы является использование сухого бассейна. Специальные упражнения с мячом в сухом бассейне способствуют развитию внимания, произвольному переключению движений - торможению ненужных и активизации необходимых. У ребенка нормализуется мышечный тонус, стимулируются тактильные ощущения, увеличивается объем и амплитуда движений, что немаловажно для общего физического развития дошкольника.

Обобщая сказанное, важно отметить, что успешная коррекционно-развивающая работа и здоровьесбережение детей не могут сегодня рассматриваться изолированно друг от друга. Они взаимосвязаны, т.к. хорошее здоровье благоприятствует полноценному развитию детей. Исследования показывают, что работоспособность, формирование умственных операций, развитие речи, овладение разнообразными умениями находятся в прямой зависимости от состояния здоровья дошкольника. Найдёт ли дошкольник понимание среди сверстников и взрослых в школе, будет ли успешным его обучение и развитие в будущем, во многом зависит и от культуры речи ребёнка, которая формируется уже в дошкольном детстве.

Доступная среда. Солнечные дети (вариативная форма дошкольного образования)

педагогический коллектив ГБДОУ № 17*:*
Наталья Владимировна Федяева, заведующий ГБДОУ № 17;
Миронова Наталья Вячеславовна, старший воспитатель;
Назарова Мария Васильевна, воспитатель;
Трифонова Марина Вячеславовна, воспитатель;
Мусаева Зульфия Мирзаферовна, воспитатель;
Баранова Кристина Викторовна, воспитатель;
Чернявская Анастасия Анатольевна, воспитатель;
Янушкевич Алевтина Николаевна, музыкальный руководитель;
Калашникова Мария Васильевна,
инструктор по физическому воспитанию;
Сафонова Елена Владимировна, инструктор по плаванию.

Одной из актуальных проблем современной педагогической практики является проблема инклюзивного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья. Ежегодно в России рождается 2000 детей с диагнозом: синдром Дауна - «Солнечные» дети.

Многочисленные публикации на эту тему говорят о том, что каждое образовательное учреждение пытается найти в этой области свои специфические подходы к организации практики в работе с такими детьми.

В ГБДОУ № 17 комбинированного вида Курортного района, Санкт-Петербурга, наличие этого факта побудило педагогов логопедических групп и специалистов к разработке специального плана сопровождения детей с СД, по примеру Лекотеки как вариативной формы дошкольного образования. Цель работы заключается в подготовке воспитанников к самостоятельной (или относительно самостоятельной) жизни и оказание помощи родителям в воспитании особенного ребенка.

Для того чтобы человек мог самостоятельно что-нибудь сделать, ему необходимо: поставить цель, спланировать действия, приводящие к этой цели, и уметь выполнить каждое из этих действий в отдельности. Главной задачей является как отработка отдельных навыков, так и обучение детей использованию нескольких понятий или навыков одновременно, что приводит к улучшению целеполагания и планирования действий.

Чтобы грамотно осуществлять воспитательную и коррекционную работу с такими детьми в условиях дошкольного учреждения, необходимо представлять себе особенности детей с СД, к которым относятся:

1. Интеллектуальная недостаточность.
2. Нарушение познавательной деятельности (мышления, восприятия, памяти, речи)
3. Нарушения социально- эмоциональной деятельности.
4. Нарушение мотивационных потребностей.
5. Нарушения в моторно-двигательной сфере.

Опираясь на индивидуально психологические особенности детей с СД, нами были определены коррекционные и образовательные задачи:

Коррекционные задачи:

1. Формирование способов усвоения социального опыта при взаимодействии с людьми и предметами окружающей действительности.
2. Преодоление и предупреждение у воспитанников вторичных отклонений в развитии познавательной сферы, поведении и личности в целом.
3. Формирование способов ориентировки в окружающей действительности.

Образовательные задачи:

1. Формирование у детей системы знаний и обобщенных представлений об окружающей действительности.
2. Развитие познавательной активности.
3. Формирование всех видов детской деятельности.

При проведении занятий педагоги и специалисты учитывают основные принципы работы с «Солнечными» детьми:

- опора на уровень развития ребенка и зону его ближайшего развития;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка;
- коррекция и развитие с учетом интересов ребенка;
- доступность, повторяемость и концентричность предложенного материала;
- коррекционная направленность образовательного процесса;

И ориентируются на:

- предметность мышления ребенка;
- наглядно-действенное мышление, как базу для дальнейшего перехода к наглядно-образному и логическому мышлению;
- собственную мотивацию ребенка;
- зрительный, слуховой и тактильный анализаторы;
- обучение в игровой форме.

Одним из самых важных, на наш взгляд, элементов учебно-воспитательного процесса в работе с «Солнечными» детьми, является ***единство требований и настойчивость взрослых: родителей, педагогов и специалистов, по отношению к детям.***

В качестве рекомендаций при работе с детьми с СД необходимо соблюдать

следующие правила:

- использовать на занятиях методы и приёмы, которые создают у детей интерес с самых первых минут занятия и обеспечивают его сохранение до окончания работы;
- включать в занятия игры, задания, «тренировочные» упражнения на развитие и обогащение словаря;
- использовать на занятиях знания о мотивационной сфере ребёнка;
- создавать и стимулировать мотивацию деятельности;
- использовать обучающие игры, придавая им подвижный характер;
- по возможности завершать занятие игрой развивающего характера.

В настоящее время не вызывает сомнений то, что дети с синдромом Дауна проходят все те же этапы развития, что и обычные дети, поэтому общие принципы проведения занятия в ДОУ разработаны на основе представлений о развитии детей дошкольного возраста с учетом особенностей когнитивного развития.

Таким образом, создавая определенные условия в ДОУ, «Солнечные» дети, не только значительно увеличивают возможности в развитии, но и социализируются для дальнейшего принятия обществом.

Классный руководитель – как субъект воспитания культуры здоровья школьников

Людмила Алексеевна Казакова,
учитель начальных классов ГБОУ НОШ № 611.

Состояние здоровья детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является проблемой первоочередной важности, так как именно хорошее здоровье позволяет человеку реализовать определенный набор физических, духовно-нравственных и социальных возможностей - свой человеческий потенциал. В настоящее время среди участников педагогического процесса все больше растет осознание того факта, что без развития культуры здоровья школьников и педагогов любое обновление российской школы будет обречено на провал. Существующий на сегодня кризис нравственных ценностей, постоянная психологическая напряженность, неуверенность в своем будущем, жизненные проблемы требуют от школьников мобилизации сил, что возможно только при оптимальном уровне здоровья и ценностном отношении к нему.

Общеобразовательные учреждения являются идеальным местом для проведения мероприятий по укреплению здоровья подрастающего поколения, пропаганды здорового образа жизни и воспитания культуры

здоровья, не случайно в школу пришли специалисты разного профиля: медицинские работники, психологи, физиологи, социальные педагоги, пытающиеся совместно с учителями предметниками и классными руководителями работать над воспитанием культуры здоровья школьников.

Классный руководитель, как непосредственный и основной организатор воспитательной работы в классе, имеющий возможность непрерывно, систематически и наиболее эффективно взаимодействовать с воспитанниками должен понимать, что педагогу сегодня приходится работать, по сути, с больным поколением детей. По данным специалистов только 4-5% детей рождается без патологии, около 90% из них имеют нарушения физического и психического здоровья , 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания. Подобное состояние здоровья усугубляется зачастую существующими проблемами в учебно-воспитательном процессе: информационными перегрузками обучающихся и отсутствием знаний, умений и рациональной организации учебного труда; чрезмерным нервно-психическим напряжением и детей и педагогов; дидактогенией; недостаточным вниманием учителей к психофизиологическим особенностям обучающихся; склонностью к гиподинамии в среде школьников и преподавателей; отсутствием в содержании и организации занятий направленности на формирование потребности в здоровье и здоровом образе жизни.

Таким образом, именно классный руководитель в школе может быть связующим звеном между педагогами и родителями в процессе воспитания культуры здоровья школьников.

Деятельность классного руководителя является важнейшим звеном в воспитательной системе учебного заведения, основным механизмом реализации индивидуального подхода к воспитанникам. Классный руководитель как субъект процесса воспитания, занимающий активную личностно - ориентированную позицию, выстраивает свою работу, исходя из гуманных и культурных ценностей. Следует отметить, что стиль деятельности и поведение классного руководителя во многом характеризуется отношениями с обучающимися. Всё более приоритетной становится индивидуальная работа с детьми, затрагивающая основы физического и психического развития каждого ребенка. В связи с этим классным руководителям необходимо осознать первостепенность воспитания культуры здоровья школьников, что, несомненно, будет способствовать всестороннему развитию личности каждого ребенка, формированию ценностного отношения и практических умений, обеспечивающих эффективное управление жизненными силами организма. Целевой установкой воспитания культуры здоровья воспитанников в работе классного руководителя является: создание условий для гармоничного развития личности школьника, учитывая индивидуальные показатели состояния здоровья обучающихся, создание устойчивой мотивации к здоровому и продуктивному стилю жизни и формирование здорового духовно, психически, социально адаптированного, физически развитого человека.

Воспитание культуры здоровья является педагогическим условием включения воспитанников в жизнь, формирования личности, стремящейся к постоянному самосовершенствованию и реализации новых

возможностей. Важно осознание классным руководителем закономерности в виде следующих педагогических принципов:

- *принцип системности* – предусматривает выделение структурных компонентов системы воспитания, а также взаимосвязей между ними и ориентирует субъектов данного процесса на систематическое присвоение и использование культуры здоровья в процессе жизнедеятельности;

- *принцип научности* – выражается в опоре на научные представления, теоретические разработки отечественных и зарубежных ученых о сущности, движущих силах и закономерностях процесса воспитания культуры здоровья школьников;

- *принцип социокультурный* – предусматривает связь процесса воспитания культуры здоровья школьников с жизнью, социокультурной средой, помощь личности во всестороннем развитии;

- *принцип непрерывности* - заключается в постоянной корректировке в работе по воспитанию культуры здоровья школьников, так как в самой воспитательной системе изменяются интересы, потребности, ценностные установки детей и взрослых, корректируются межличностные эмоционально-психологические и деловые отношения, появляются новые контакты с окружающей социальной и природной средой. Означает организацию многостороннего педагогического влияния на личность, через систему целей, содержания, средств обучения и сторон воспитательного процесса;

- *принцип гуманизма* – выражается в уважении к личности ребенка, в сочетании с требовательностью к нему, в создании благоприятного психологического климата, положительного эмоционального фона в группе. Строится на взаимном доверии, уважении, сотрудничестве, доброжелательности, авторитете учителя, но при этом воспитатель должен проявлять высокую требовательность к воспитанникам для достижения нужных результатов;

- *принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей школьников* – выражается в подборе средств, методов, форм работы с учетом возрастных и индивидуальных различий в работе с конкретными воспитанниками;

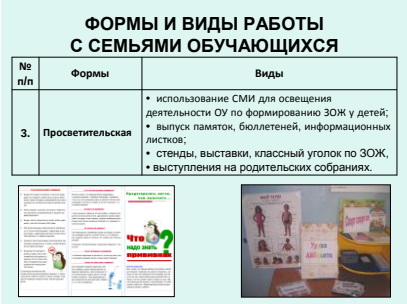
- *принцип единства* – предусматривает обеспечение единых и согласованных действий школы, семьи и общественности в процессе воспитания культуры здоровья обучающихся.

Одним из ключевых направлений работы нашей школы является сохранение и укрепление здоровья младших школьников, формирование привычек здорового образа жизни. Вопросы о здоровьесбережении в школе возникали давно. В современной школе проблема здоровьесбережения очень актуальна. В соответствии с основными нормативными документами и концепцией школьной службы здоровья, мною проводится следующая работа, которую **условно** можно разделить на урочную и внеурочную деятельность. Нужно понимать, что деление **именно условное**, т.к. всё должно проходить в тесной взаимосвязи, учитель начальных классов, как правило, является и классным руководителем.

Внеурочная деятельность.

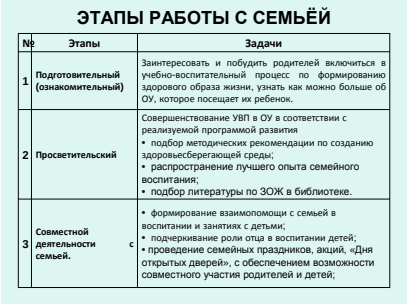
1 Сотрудничество с медслужбой школы.

2. Работа с семьёй



ФОРМЫ И ВИДЫ РАБОТЫ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

№ п/п	Формы	Виды
3.	**Просветительская**	• использование СМИ для освещения деятельности ОУ по формированию ЗОЖ у детей; • выпуск памяток, бюллетеней, информационных листков; • стенды, выставки, классный уголок по ЗОЖ, • выступления на родительских собраниях.



ЭТАПЫ РАБОТЫ С СЕМЬЁЙ

№	Этапы	Задачи
1	**Подготовительный (ознакомительный)**	Заинтересовать и побудить родителей включиться в учебно-воспитательный процесс по формированию здорового образа жизни, узнать как можно больше об ОУ, которое посещает их ребенок.
2	**Просветительский**	Совершенствование УВП в ОУ в соответствии с реализуемой программой развития • подбор методических рекомендации по созданию здоровьесберегающей среды; • распространение лучшего опыта семейного воспитания; • подбор литературы по ЗОЖ в библиотеке.
3	**Совместной деятельности с семьей.**	• формирование взаимопомощи с семьей в воспитании и занятиях с детьми; • подчеркивание роли отца в воспитании детей; • проведение семейных праздников, акций, «Дня открытых дверей», с обеспечением возможности совместного участия родителей и детей;

ФОРМЫ И ВИДЫ РАБОТЫ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

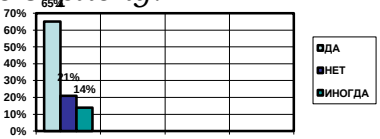
№ п/п	Формы	Виды
1.	**Интерактивная**	• анкетирование; • интервьюирование; • дискуссия; • круглые столы; • консультации специалистов.

ФОРМЫ И ВИДЫ РАБОТЫ С СЕМЬЯМИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

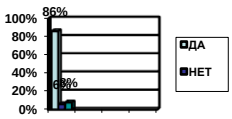
№ п/п	Формы	Виды
2.	**Традиционная**	• родительские собрания •«День открытых дверей»; •участие в неделе валеологии, • спортивные соревнования; • акции; • консультации, •беседы, лекции, • Дни здоровья, • совместные внекл. мероприятия, праздники, •походы в бассейн

Анкетирование:

Ты делаешь утреннюю зарядку?



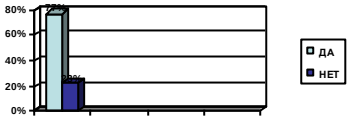
Прогулка



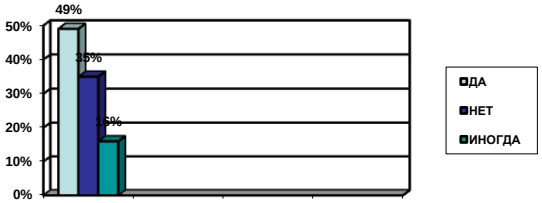
Занятия по интересам

Есть компьютер	**Более 30 минут у компьютера**	**Более 1 часа у телевизора (норма – 20 минут в день, 3 – 4 ч в нед.)**
97%	43%	64%

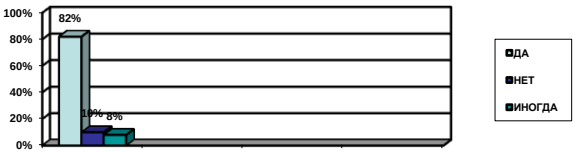
Умеешь ли ты пользоваться Интернетом самостоятельно?



Посещаешь ли ты спортивные секции?



Есть ли у тебя возможность дома отдохнуть в спокойной обстановке?



Ведёте ли Вы здоровый образ жизни?

60% родителей курят и только 10 % занимаются спортом

Участие в городском мониторинге здоровья

Рабочий лист 2. SWOT-анализ результатов мониторинга здоровьесозидающей образовательной среды школы

Сильные стороны	**Слабые стороны**
Раздел 1. Состояние здоровья и функциональной напряженности учащихся	
• Школьная мотивация второклассников выше общих данных; • психоэмоциональное напряжение во всех возрастных группах ниже общих данных	Во всех возрастных группах: • количество учащихся с 3-4 группами здоровья, состоящих на диспансерном учете выше общих данных; • доминируют нарушения опорно-двигательного аппарата и органов зрения; • острая заболеваемость выше общих данных, доминирующий месяц – февраль
Раздел 2. Характеристика образовательной среды ОУ	
• инфраструктура для организации учебного процесса,	• объем учебной нагрузки в старших классах выше общих данных,

обязательная и дополнительная оздоровительная инфраструктура выше общих данных; • объем учебной нагрузки в начальной и основной школе совпадает с общими данными; • объем двигательной активности учащихся в течение учебного дня совпадает с общими данными • хорошо организована физкультурно-оздоровительная работа во второй половине дня, отношение к урокам физкультуры позитивное	расписание уроков недостаточно оптимизировано (перегружено 4 дня учебной недели); • разнообразие видов двигательной активности учащихся в течение учебного дня ниже общих данных
Раздел 3. Готовность педагогического коллектива ОУ к здоровьесозидающей деятельности	
• Кадровый потенциал школы выше общих данных, имеется достаточный состав школьных специалистов для создания службы здоровья; • готовность педагогов школы к здоровьесозидающей деятельности совпадает с общими данными	• Количество учащихся на специалистов здоровьесберегающей направленности больше общих данных
Раздел 4. Образ жизни учащихся	
• Социальные характеристики контингента учащихся (благополучие семьи, условий жизни) выше общих данных; • учащиеся имеют меньше нарушений структуры и режима питания, в т.ч. и питания в школе; • режим дня учащихся (полноценность отдыха, продолжительность малоподвижных занятий) лучше общих данных; • структура досуга учащихся в целом совпадает с общими данными, они больше проводят каникулы за городом; • социальный риск наркотизации учащихся ниже общих данных; • воспитательный эффект мероприятий по формированию готовности учащихся к здоровому образу жизни выше (в основной школе) или совпадает (в старших классах) с общими данными	• Продолжит ельность малоподвижных занятий в режиме дня старшеклассников (выполнение домашних заданий, чтение) выше общих данных; • в структуре досуга второклассников меньше занятий спортом, они меньше проводят летние каникулы за городом

В результате анализа данных определены следующие задачи построения ЗОС в данном ОУ:

- усиление оздоровительной работы школы за счет использования оздоровительной инфраструктуры и оборудования, наличия кадрового потенциала специалистов; особое внимание необходимо уделять профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата и органов зрения;
- оптимизация объема и структуры учебной нагрузки старшеклассников;
- повышение разнообразия видов двигательной активности учащихся в режиме учебного дня;
- оптимизация досуга младших школьников, в т.ч. за счет работы с их родителями.

Участие в подобных проектах помогает классному руководителю получить объективную, разностороннюю информацию о своём классе.

Результаты (материалы сайта)

В результате проекта разработано и апробировано обеспечение создания Службы здоровья в ОУ:

Разработана Концепция создания Службы здоровья в ОУ Санкт-Петербурга и пакет нормативных материалов для ее реализации (на странице Материалы)

Создана автоматизированная система единого мониторинга, позволяющего выявлять проблемы и ресурсы каждого ОУ в сопоставлении с общими данными. Мониторинг включен как компонент в «Программу развития региональной системы оценки качества общего и дополнительного образования детей Санкт-Петербурга на 2008-2010 гг.», п. 11.5 (на странице Мониторинг)

Участники проекта регулярно проводят мероприятия (конференции, семинары, мастер-классы и т.п.) для образовательных учреждений Санкт-Петербурга. Планирование, анонсы и отчеты организаторов на странице Мероприятия.

Для подготовки команд специалистов Службы здоровья ОУ реализуется образовательная программа годичных курсов СПбАППО при участии специалистов МАПО, ГУФК им. П.Ф. Лесгафта, Института мозга человека РАН и др. Материалы курсовой подготовки находятся на странице Обучение.

Изданы научно-методические материалы: монография, учебно-методические пособия, публикации в периодических изданиях. Материалы представлены на странице Публикации.

Страница Ссылки содержит информацию о различных здоровьесозидающих материалах в сети Интернет.

4. Организация питания.

Работа по организации питания проходит по нескольким направлениям: работа с детьми и родителями.

Работа с родителями.

1.Организация питания в школе.

2. Анкетирование родителей « Питание в школе»

3. Беседы с родителями.

4. Родительские собрания.

5. «Ящик мудростей и вкусностей» - ящик с предложениями родителей об улучшении питания в школе.

Работа с детьми.

1. Организация питания в школе.
2. Анкетирование обучающихся « Питание в школе»
3. Беседы с детьми.
4. Классные часы.
5. Совместные праздники.

5. Система классных часов

- духовно-нравственное благополучие;
- оптимальный двигательный режим;
- закаливание организма;
- рациональное питание;
- личная гигиена;

отказ от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотические вещества);

- положительные эмоции.

Формы проведения: беседы, круглые столы, встречи с интересными людьми, с мед. работниками, проектная деятельность (стенгазеты, разработка памяток, компьютерные презентации, ЛабДиск)

Урочная деятельность.

Использование здоровьесберегающих технологий на каждом уроке.

Несколько лет назад наша школа включилась в реализацию экспериментального пилотного проекта «Информационные оздоровительные технологии – в учебный процесс». В результате данной работы повысилась успеваемость, концентрация внимания, общее состояние здоровья. Мы получили положительные отзывы от обучающихся и родителей.

Наша школа получила комплект «ЛабДиск» лаборатория на ладошке, которая позволяет измерить уровень давления, освещённости, уровень шума, проследить дыхание, определить температуру окружающей среды и др. параметры.

В плане моей дальнейшей работы активное использование данного оборудования при организации урочной и внеурочной деятельности.

Личность классного руководителя (субъекта воспитания) является механизмом реализации качественного состояния воспитания - деятельности. Ее влияние на развивающегося ученика, по К.Д. Ушинскому, составляет ту воспитательную силу, которой нельзя заменить ни учебниками, ни моральными сентенциями, ни системой наказаний и поощрений. Таким образом, классный руководитель должен обладать такими качествами личности как: коммуникативность, увлечённость профессией, общественной активностью, нравственной зрелостью, гуманным отношением к детям, высокой культурой собственного здоровья, требовательностью к себе, так как он является первым примером для своих воспитанников. Успех работы классного руководителя зависит и от наличия у него информационных знаний и умений по проблеме воспитания культуры здоровья школьников. Особенно важно обладать умением ярко, выразительно, логично изложить свою мысль, уметь убедить, привлечь к себе внимание школьников, быть тактичным, выдержанным, наблюдательным, искренним.

“Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: “Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мертвая или живая?” А сам думает:

“Скажет живая – я ее умерщвлю, скажет мертвая – выпущу”. Мудрец, подумав, ответил: “Все в твоих руках”.

В руках учителя, классного руководителя хранится хрупкое, как бабочка, здоровье детей. И наша задача сохранить его.

Формирование навыков ЗОЖ в урочной и внеурочной деятельности во 2-х классах

Олеся Васильевна Балдина, учитель начальных классов
ГБОУ НОШ-детский сад № 437;
*Надежда Александровна Бурина***,** учитель начальных классов
ГБОУ НОШ-детский сад № 437

Уровень здоровья современных детей ежегодно снижается, поэтому для нас очень важно организовать работу в начальной школе так, чтобы максимально сохранить здоровье ребёнка.

Известно, что в основе формирования ЗОЖ лежат такие составляющие, как научные знания, медико-профилактические меры, рациональный режим дня, двигательная активность, правильная организация питания и отсутствие вредных привычек.

Что же делаем мы для сохранения здоровья ребёнка?

Прежде всего, это рациональная организация урока, которая включает в себя:

1. Творческий характер образовательного процесса

На уроках технологии и ИЗО вся самостоятельная деятельность выполняется под музыкальное сопровождение.

На уроках «Литературного чтения» и «Окружающего мира» много заданий направленно на развитие воображения. Например, придумать сказочное объяснение природному явлению или представить литературные термины творчески. На уроках математики используем математические раскраски и объемные фигуры.

2. *Психоэмоциональный комфорт каждого ученика.*

При посадке детей за парты мы учитываем медицинские и психологические показатели. При организации работы в группах, парах учитываем межличностные отношения. Для этого в системе проводятся социометрия, анкетирование детей. Большую роль для создания психоэмоционального комфорта в классе играют занятия с психологом, логопедом, социальным педагогом.

3. Применение нестандартных форм урока также влияет на сохранение здоровья учащихся. Например, уроки «Окружающего мира» часто проводятся как уроки - экскурсии. На «Математике» - вводятся элементы игры, дети, путешествуя по станциям, закрепляют материал. Интересно проходят уроки - мастерские, уроки-праздники, уроки-путешествия.

4. *Немаловажную роль играют оздоровительные минутки* (гимнастика для глаз, массаж ушей, пальцев рук) «У жирафа», Гимнастика для глаз «Листопад», дыхательные упражнения «Воздушный шар», «часики», «петушок», «паровоз».

5. *Физкультминутки, музыкальные паузы;*

6. На каждом уроке используются физкультминутки разной направленности: музыкальные, ритмичные, релаксационные, на привлечение внимания.

7. Игровые моменты урока и занимательность;

На уроках применяются современные интерактивные технологии и методические пособия: математическая палитра, магнитные плакаты, математические кораблики. Интересна детям и работа с переносными лабораториями.

8. Соответствие учебной нагрузки возрасту и индивидуальным возможностям детей;

9. Смена умственной и физической деятельности;

10. *Чередование занятий с низкой и высокой двигательной* активностью.

Расписание уроков и внеурочной деятельности составлено так, чтобы умственная деятельность чередовалась с физической и творческой.

11. Проветривание кабинета перед началом занятий, гигиенические навыки.

Эмоционально-поведенческие проявления школьников на переменах - также важный элемент организации учебной деятельности. Возможность переключения деятельности, физического раскрепощения, двигательной и эмоциональной разрядки на переменах – непременное условие восстановления к следующему уроку, которые школа должна создать, а ученики - использовать.

На переменах мы проводим:

- игры с малой подвижностью: такие как "Пустое место", "Ручеёк", "Второй лишний", "Удочка";
- минуты релаксации – воспроизведение музыкально-танцевальных видеороликов по телевизору в рекреациях;
- игра в теннис;
- танцевальные флэш-мобы.

В школе организованны динамические паузы между уроками и внеурочными занятиями, во время которых, дети гуляют на свежем воздухе, что также важно для здоровья второклассника.

Одним из важных факторов в развитии ЗОЖ младших школьников являются сформированные у них представления и понятия, расширяющие знания детей о человеке, его здоровье, здоровом образе жизни. Мы проводим «Уроки здоровья», ведём исследовательскую деятельность, работаем над проектами, в ходе которых дети вместе с родителями находят ответы на такие вопросы как: «Зачем нужна уборка в доме», «Нужна ли нам зарядка», «Зачем есть суп», «Зачем мне каша», стараются практически проверить свои предположения. После чего делятся своим опытом с одноклассниками.

Для формирования у детей навыков ЗОЖ в школе проводятся «Дни здоровья», благодаря которым, дети узнают о том, как сохранить здоровье, участвуют в спортивных веселых эстафетах, играют в подвижные игры, участвуют в творческих конкурсах. На переменах Доктор Пилюлькин раздает «конфеты радости», а ростовые куклы проводят флешмобы. В гости к детям приходят спортсмены и тренера из спортивных школ и проводят мастер-классы.

Немаловажным является организация работы спортивных секций. В школе проводятся занятия по: ориентированию, футболу, баскетболу, лыжам.

Внеурочная деятельность представлена программами «Поиграй-ка» и «Ритмика».

Одним из компонентов формирования здорового образа жизни у младших школьников является отказ от вредных для здоровья привычек. Какие же вредные привычки могут быть у младших школьников? Например, чрезмерное увлечение компьютером. Компьютер – это наше настоящее и будущее, источник информации. Но в общении с компьютером существуют не только плюсы, но и минусы, которые могут привести к негативным последствиям.

В школе был проведён «День безопасного интернета», в ходе которого дети обсуждали вопросы: «В чём состоит польза и вред работы за компьютером?» и пришли к выводу: чтобы компьютер стал другом, не навредил здоровью, нужно соблюдать правила работы за компьютером и в интернете. Эти правила, учащиеся разработали на занятиях внеурочной деятельности. Такая работа, безусловно, способствовала профилактике компьютерной зависимости.

Большую роль в формировании ЗОЖ играет рациональность питания младшего школьника. В основе рационального питания лежат 5 принципов: регулярность, разнообразие, адекватность, безопасность и удовольствие.

Важен режим питания: приём пищи должен быть через равные промежутки времени, поэтому в школе разработано расписание приёма пищи на каждый класс.

Для приобщения семьи к формированию ЗОЖ проводятся тематические родительские собрания. Например, «Сколько весит портфель школьника?», «Формирование у детей культуры ЗОЖ», «Здоровая семья – здоровая Россия». Издаются буклеты для родителей «Узелок на память».

Мы надеемся, что вся работа, которую мы проводим, поможет сегодняшнему второклассному не только сохранить, но и приумножить здоровье. Ведь у него впереди ещё вся жизнь!

Раздел III

Формирование экологической культуры всех участников образовательного процесса

Формирование экологической культуры обучающихся в образовательных организациях Курортного района в контексте новых ФГОС

Игорь Юрьевич Благовещенский,
методист ГБОУ ИМЦ Курортного района

Одна из самых острых проблем Российского общества - отсутствие ответственного отношения граждан к себе, своей семье, природе окружающей среде. Главным компонентом решения этой проблемы является формирование экологического мировоззрения. Воспитание экологической культуры занимает важное место в современном образовательном процессе и отражено в федеральных государственных образовательных стандартах на всех уровнях.

Так уже ФГОС ДОО содержит образовательную программу, в которой познавательное развитие детей включает и «формирование первичных представлений о планете Земля, «как общем доме людей, об особенностях её природы».

Роль экологического образования отражает количество слов с корнем «эко» в стандартах различного уровня образования: в ФГОС НОО их 12, а в ФГОС ООО уже 44. Портрет выпускника начальной и основной школы в качестве одной из ключевых компетенций включает способность осознанно выполнять правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.

ФГОС ООО предлагает осуществлять экологическое воспитание через следующие виды деятельности: в ходе изучения инвариантных и вариативных учебных дисциплин, бесед, просмотра учебных фильмов; в ходе экскурсий, прогулок, туристических походов и путешествий по родному краю; получение первоначального опыта участия в природоохранительной деятельности (в школе и на пришкольном участке, экологические акции, десанты, высадка растений, создание цветочных клумб, очистка доступных территорий от мусора, подкормка птиц и т. д.), в деятельности школьных экологических центров, лесничеств, экологических патрулей; участие в создании и реализации коллективных природоохранных проектов; и пр. Данные виды деятельности должны быть отражены в программе формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни воспитательной работы школы.

ФГОС ООО предусматривает серьёзные требования к предметным результатам в области экологической культуры во всех предметах, за исключением гуманитарного цикла. Так, например, одной из задач предмета технология является формирование способности придавать экологическую направленность любой деятельности, проекту; демонстрировать экологическое мышление в разных формах деятельности.

Что касается реализации экологического воспитания детей в Курортном районе, то, как и предусмотрено государственными стандартами, данная работа начинается вестись уже в дошкольных образовательных учреждениях. Формирование экологической культуры в детских садах не ограничивается занятиями в рамках образовательной программы, но связано с участием в проектах и конкурсах различного уровня. Так, для более продуктивного проведения экологических занятий в ГБДОУ № 23 была создана экологическая тропа, которая позволяет по-новому взглянуть на обычные объекты природы. Детский сад участвует в городском эколого-просветительском проекте «Водная олимпиада»,

международном форуме «Семена дружбы», в городском МО «Современные технологии в экологическом образовании в контексте ФГОС ДО». Проводятся педагогические советы по данной теме.

Разнообразие форм воспитания экологической культуры увеличивается на уровне начальной школы. В ГБДОУ № 437 разработано направление воспитательной работы «Зеленый мир!» работы в этом направлении способствует становлению личности ребенка, способного жить в гармонии с собой и окружающим миром. Школа под руководством Тищенко Валентины Александровны, педагога дополнительного образования, в течение 10 лет является участником международной программы «Эко-школы/Зеленый флаг», последние 4 года – участниками являются учащиеся 2-4 классов. В рамках данной программы проводились экологические уроки, акции «Покорми птиц зимой», «Елочка», «Сбор батареек», конкурсы рисунков и поделок из природного материала, экологические концерты и др. Школа регулярно участвует в Международном молодежном БИОС-форуме и БИОС-олимпиаде, межрегиональной экологической акции «Фестиваль реки», Международной программе «RIVER WATCH»-«НАБЛЮДЕНИЕ РЕК», региональном познавательном конкурсе знатоков природы «Листая зимние страницы», посвященного Дню рождения В.В. Бианки, открытой региональной эколого-биологической конференции «Юные исследователи» для школьников 1-4 классов, городской экологической ассамблеи «День Земли», городской игре «Сад на окне». В этом году учащиеся ГБОУ №437 стали участниками Детского экологического фестиваля «У Лукоморья…», Городского фестиваля экологической песни «Есть только миг…», поэтического фестиваля «Красота природы в детской поэзии» - «Открой мне, отчизна, просторы свои». В школе идет активное сотрудничество с органами местного самоуправления и общественными организациями, детским журналом «У Лукоморья».

В ГБОУ лицее № 445 создана секция - «Экологическая система города», под руководством А.П. Позднякова. Под руководством наставника школьники участвует в разнообразных конкурсах: выставка рисунков «Дети-Финскому заливу» в рамках проведения 15 Международного экологического форума «День Балтийского моря», Международный российско-финский проекте совместно с ГУП «Водоканал Сант-Петербурга» и Инновационно-технологическим центром г. Лахти (Финляндия) «Просвещение молодежи в рамках работы Международного центра передовых водных технологий», в круглом столе «Экологическое образование – Финскому заливу» (школьники награждены дипломами победителей). Особых успехов коллектив под руководством А.П. Позднякова достиг в жанре «Экологическая инсталляция».

Кроме общеобразовательных организаций Курортного района в области экологического просвещения активно работают и организации дополнительного образования. Так в ЗДДТ под руководством методиста Ю.В. Дерец функционирует направление «Экологическое воспитание учащихся», которое ставит перед собой ряд задач:

- организация экологических акций среди образовательных организаций района;
- обеспечение участия учащихся ЗДДТ и ОО района в городских мероприятиях данного направления;

- подготовка и проведение воспитательных мероприятий экологического содержания среди учащихся ЗДДТ;

-оказание консультативной помощи педагогическим сотрудникам ОО района, в том числе ЗДДТ, по участию в мероприятиях данного направления.

В течение 2013-2014 учебного года ЗДДТ проведено 15 мероприятий, в которых приняли участие 401 учащийся.

Также следует упомянуть, что в ГБОУ ИМЦ Курортного района стал традиционным районный конкурс исследовательских работ обучающихся, экологические разработки в котором занимают важное место. Кроме того к юбилею г. Сестрорецка был подготовлен сборник исследовательских работ экологической направленности «Чистый Сестрорецк».

Требования к экологическому образованию в контексте введения ФГОС чрезвычайно высоки. Компоненты формирования экологической культуры включены во многие предметы и направления урочной и внеурочной деятельности. Поэтому очень важен обмен позитивным опытом, который накоплен в образовательных организациях Курортного района Санкт-Петербурга.

Формирование творческого отношения к жизни в рамках урочной и внеурочной деятельности дисциплины «Изобразительное искусство» на основе применения здоровьесберегающих технологий

Ирина Геннадьевна Волошина,
учитель ИЗО ГБОУ СОШ № 556
с углубленным изучением английского языка

«Деньги потерял – ничего не потерял,
Время потерял – многое потерял,
Здоровье потерял - всё потерял»

(Русская народная пословица)

Одним из направлений учебно-воспитательной работы нашей школы является здоровье сбережение школьников. Каждый педагог старается применять на своих уроках здоровьесберегающие технологии.

Цель здоровье сберегающей педагогики – обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений и навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни. Если забота о здоровье учащихся является одним из приоритетов работы всего педагогического коллектива и осуществляется на профессиональной основе, то только тогда можно говорить о реализации в школе здоровье сберегающих технологий. Понимая актуальность данной проблемы, педагоги ведут постоянный поиск методов оздоровления детей в условиях школы.

Ещё В.А. Сухомлинский утверждал, что «забота о здоровье ребёнка это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил, и не свод требований к режиму питания, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».

Продолжая мысль великого педагога, я убеждена, что задача любого учителя, в том числе и изобразительного искусства, состоит в следующем: создать условия для включения ребёнка в процесс творчества для познания окружающего мира и найти методы, адекватные его

психофизиологическим особенностям, помогающие формированию позитивного мышления ребёнка и его способности к «конструированию» собственного здоровья.

В искусстве недостаточно передачи знаний, формирование умений и навыков. Искусство не только изучается, но и проживается. Приоритетной целью художественного образования в школе является духовно-нравственное развитие ребёнка, т.е. формирование у него качеств, отвечающих представлениям об истинной человечности, о доброте и культурной полноценности в восприятии мира. Ребёнок должен изучать искусство для того, чтобы почувствовать себя неотъемлемой частью человечества, т.е. приобрести эмоционально-ценностный опыт, который необходим ему для жизни, для овладения способами познания мира. Создание атмосферы сопереживания позволяет формировать эмоциональную отзывчивость на прекрасное в жизни, оказывает влияние положительных эмоций на здоровье. Задача создания атмосферы сопереживания – одна из главнейших. Строится она не только на работе учителя, но и на активной позиции учеников.

Для достижения нужных результатов по здоровье сбережению на уроках изобразительного искусства вводится игровая драматургия по изучаемой теме, прослеживаются связи с музыкой, литературой, историей, трудом, часто используются разные техники – это и некоторые виды аппликаций, лепка глиняных изделий с последующей росписью и многое другое. С целью накопления опыта и положительных эмоций на уроках вводятся коллективные задания. Давно известно, что игры активизируют процесс обучения. Применение игровых моментов на уроках изобразительного искусства в комплексе с другими методами и приёмами организации учебной деятельности даёт возможность укрепить мотивацию на изучение предмета, поддерживать интерес и увлечённость процессом творчества, вызвать положительные эмоции, воспитывать позитивное настроение, ведь оно влияет на наше самочувствие, наполняет нашу душу любовью.

Подчёркивая значение искусства для разностороннего развития человека, известный психолог Б.М. Теплов писал «Искусство очень широко и глубоко захватывает различные стороны психики человека, не только воображение и чувство, что представляется само собой разумеющимся, но и мысли, и волю. Отсюда его огромное значение в развитии сознания и самосознания, воспитание нравственного чувства и формирование мировоззрения. Поэтому-то художественное воспитание и является одним из могучих средств, содействующих всестороннему и гармоническому воспитанию личности».

Философы говорят, что жизнь человеческая измеряется не количеством прожитых дней, месяцев, лет, а яркими, запоминающимися событиями, впечатлениями от них. Поэтому урок изобразительного искусства должен «увлечь школьников, взволновать их, а, взволновав, заставить задуматься». Потому что, как подчеркнул Б.М. Неменский «в искусстве получение подлинных знаний, то есть понимание без радости, без наслаждения абсолютно не реально, не достижимо». Огромные возможности для поддержания душевного здоровья детей имеет оздоровление музыкой (музыкотерапия). Музыкотерапия является интереснейшим и перспективным направлением, которое используется во многих странах в лечебных целях. Экспериментально доказано, что музыка

может успокоить, но может привести в крайне возбуждённое состояние, может укрепиться иммунная система, что приводит к снижению заболеваемости. Многие взрослые были бы уравновешеннее, спокойнее и доброжелательнее, если бы в раннем детстве засыпали под колыбельную песню. Звучание музыки на уроке даёт ребёнку возможность успокоиться, снять раздражительность, нервное напряжение. Часто при изучении какой-либо темы я использую музыкальные заставки не только как фон для введения учащихся в образ, но и как самостоятельную часть этого образа.

Здоровый образ жизни это требование времени. Здоровье, как категория, является одним из главных элементов национального богатства любого государства. Целью здоровье сберегающих образовательных технологий обучения является сохранение и укрепление здоровья школьников путём формирования среды.

Рисовать можно все: доброе и злое, прекрасное и ужасное. Важно учить правильно воспринимать различные явления. Детский рисунок – это сильное психологическое развивающее средство. Любой рисунок, каждое произведение художника может оказывать на человека то или иное воздействие и иметь свою энергетику – позитивную или негативную. Здесь все имеет значение: само изображение, цвет.

Занимаясь рисованием, ребенок переносит на бумагу свое эмоциональное состояние. Если после работы красками или карандашами удается достичь психического равновесия, то можно говорить о том, что изобразительное искусство играет важную роль в сохранении здоровья.

Особенности психолого-педагогического сопровождения юных спортсменов. Система мониторинга

Евгения Валерьевна Захарова,
педагог-психолог ГБОУ ШИОР

ГБОУ школа-интернат «Олимпийский резерв» необычная и выделяется среди других школ. Здесь помимо среднего (полного) общего образования, реализуются дополнительные программы по физкультурно-спортивным направлениям волейбол и велоспорт. Ребята приезжают к нам учиться и тренироваться со всей России и учатся, начиная с 8 класса, т.е. возраст учащихся 14-17 лет.

В связи со спецификой обучения в нашей школе большое внимание уделяется психологическому здоровью юных спортсменов. Ведь для них очень важно показать хороший спортивный результат, чтобы остаться в команде, а для этого важна не только не только хорошая физическая подготовка, но и психологическое состояние спортсмена: позитивный настрой, уверенность в своих силах, способность к самоконтролю и саморегуляции, умение задействовать внутренние ресурсы.

Кроме того, им приходится адаптироваться не только к новым условиям обучения, тренировок, но и проживания: отдельно от родителей, делить комнату с другими детьми, привыкать к новому режиму. Все это может повлиять на психологическое состояние юного спортсмена и создать определенные трудности, как в учебе, так и в спорте.

С целью помочь ребятам преодолеть возникающие трудности в нашей школе-интернате была создана служба психолого-педагогического сопровождения, работа которой строится на следующих принципах:

Служба сопровождения нашего ОУ - это комплексная система с четкими целями и конкретными задачами, опирающаяся на знания о возрастных и личностных особенностях конкретного ребенка.

Это, как нам кажется, является залогом успешного обучения и воспитания.

Для построения оптимальной образовательной траектории и сохранения психологического здоровье ребенка в условиях обучения в школе-интернате педагоги, тренеры должны знать особенности своего класса, отдельных школьников. А для этого необходим «инструмент», который позволит глубже изучить особенности наших учеников и даст ответы на следующие вопросы:

- Кого учить? – здесь подразумевается конкретный ребенок, с его особенностями и характеристиками

- **Где учить?** – это не только пространство внутри школы, в котором ребенок живет и учится, но и другие образовательные институты и учреждения;

- Кому учить? - это учителя новой формации, которые смогут найти ответы на все эти вопросы, так как должны знать и учитывать возрастные и личностные особенности детей.

Поэтому основная наша цель - обеспечение наиболее благоприятных условий для гармоничного развития, самореализации и социализации любого ребенка.

Для достижения этой цели мы решаем следующие задачи:

- повышение психологической культуры всех участников образовательного процесса;
- оказание помощи ребенку в решении актуальных задач развития, обучения, социализации;
- профилактика возможных нарушений в становлении личности и развития ребенка.

Мониторинг

Для их осуществления нами был разработан определенный алгоритм

работы службы сопровождения ОУ, основой которого является система мониторинговых исследований.

Алгоритм работы службы сопровождения имеет постоянную структуру, в основе которой лежит первичный мониторинг.

Именно мониторинг дает нам наиболее полную информацию о ребенке, является отправной точкой для всей дальнейшей работы.

Мониторинговые исследования имеют цикличный характер.

Задачи мониторинговых исследований:

1. Сбор информации о каждом ребенке и классах в целом.

2. Анализ полученных данных, выявление «болевых» точек и совместное обсуждение результатов на педагогическом совете, на педагогическом консилиуме

3. Определение направлений работы, выбор методов и форм работы на уровне школы, класса.

4. Теоретические и практические семинары для учителей по актуальным темам мониторинга. Выработка конкретных рекомендаций.

5. Конкретная работа по программам психолого-педагогического сопровождения и воспитательно-профилактическим программам.

6. Анализ проведенной работы (итоговые мониторинговые исследования)

Формула мониторинга:

исследуем – анализируем – корректируем - отслеживаем…

структура мониторинга представлена 4 модулями: интеллект, мотивация, личность, профориентация.

Рассмотрим более подробно работу на основе модуля «Мотивация»

Мотивация – это основа всей учебной деятельности, так как во главе любой деятельности стоит мотив.

Поэтому работа по данному модулю проводится во всех классах и на протяжении всего обучения. Осуществляется своевременная коррекция выявленных трудностей.

Результаты анализа первичного среза по модулю «Мотивация» представляется графически, что позволяет сразу отметить «болевые точки» класса и конкретного ученика.

Работа с модулем заканчивается разработкой плана работы с классом, определенными группами учащихся, конкретным ребенком. Даются конкретные рекомендации.

Классному руководителю даются рекомендации по работе с каждым конкретным ребенком, общие рекомендации даются по проблеме мотивации.

Психолого-педагогический портрет класса

Портрет класса – это графическая матрица развития детского коллектива.

Составляется в конце года классным руководителем и учителями-предметниками на основе собственных наблюдений. Позволяет увидеть в динамике результаты воспитательной работы и спланировать ее на следующий год, учитывая обозначившиеся проблемы, подключить к работе необходимых специалистов.

Матрица содержит четкие критерии оценки и рекомендации по ее заполнению.

Компоненты системы сопровождения.

Система сопровождения включает 4 блока.

Рассмотрим более конкретно:

1) **Диагностика**.

Представлена ***Единым тестовым пространством:***

– по каждому модулю подобраны определенные методики;

- диагностические срезы проводятся ежегодно.

При невозможности провести тестирование в очном режиме с родителями или детьми проводится **интернет-тестирование.**

Анализ результатов.

Процедура анализа полученных результатов проводится совместно с преподавателями. Для удобства материалы представляются всегда наглядно, в графическом виде. Слабые и сильные стороны классов показываются в сравнении, чтобы увидеть характерные особенности классов. Психолог составляет таблицу, в которой представлены все данные по модулю мотивация в числовом виде.

Коррекция.

На уровне службы сопровождения - это проведение индивидуальных или групповых занятий с подростками. В основу индивидуального плана психолого-педагогической работы с подростком входит детальная диагностика, психокрррекционные занятия по выявленной проблеме и терапевтические беседы с подростком, дополнительно проводится работа с родителями (беседы, консультации) и дополнительно даются рекомендации учителям и родителям.

Помимо традиционных методов для достижения поставленных целей, мы применяем Тренажер БОС (биологическая обратная связь), который позволяет снять психоэмоциональное напряжение посредством обучения диафрагмальному дыханию, используется как метод саморегуляции.

Чтобы снять усталость с глаз, применяем следующие тренажеры Программа коррекции зрения, утвержденная центром биоинформационных технологий и тематические электронные тренажеры, которые можно применять во время урока.

Развитие

В школе реализуются тематические программы, которые проводят специалисты службы сопровождения. Все они рассмотрены и утверждены на педсовете нашей школы.

Чтобы наш коллектив не стоял на месте, расширял свои знания в области психологии школьников, для преподавателей школы проводятся тематические семинарии, консультации. Разрабатываются рекомендации.

Особенности работы с учащимися, уезжающими на спортивные сборы, и родителями, проживающими вне Санкт – Петербурга.

Интернет-технологии в работе специалистов службы сопровождения:

*на сайте школы есть страничка психолога, где размещаются методические материалы и рекомендации для учителей, детей, родителей и тренеров;

* связь с учащимися и родителям поддерживается через соц.сеть «Вконтакте», скайп;

*на данный момент частично подготовлен и выложен на сайте дистанционный курс для подростков на платформе Модул «Ключи к успеху».

Выступления на родительских собраниях проводятся по актуальным темам с использованием наглядности (презентации) и выдачей рекомендаций (буклеты).

Продуктивно спланировать работу с родителями обучающихся нам помогают их информационные запросы.

Темы психолого-педагогических консультаций.

Мы проводим тематические консультации, разделенные на 4 блока:

-для учащихся;

-для преподавателей и тренеров;

-для родителей.

хочу обратить внимание на наиболее актуальные и востребованные в этом году темы:

- с учащимися - самоорганизация при выполнении дистанционных и домашних заданий
- с учителями - построение взаимодействия на уроках и во внеурочное время
- с тренерами - трудности у подростков и пути их преодоления
- с родителями - построение доверительных детско-родительских взаимоотношений

для всех консультаций имеются методические материалы и рекомендации.

Перспективы работы на ближайшие 3 года:

- расширение форм работы с детьми и родителями.

- привлечение детей к совместным проектам, которые помогут наладить сотрудничество между всеми участниками образовательного процесса.

В данный момент запущен проект «Говорящая стена». Создание мобильной общешкольной газеты силами учеников 8-11 классов.

В виду специфики обучения детей в спортивной школе-интернате и частых отъездов детей на соревнования и сборы возникла идея создания дистанционного курса, который поможет учащимся школы, находясь на сборах, повышать свою социальную и личностную компетентность. Планируется разработать и внедрить дистанционный курс для подростков «Ключи к успеху».

Для родителей - в перспективе разработка дистанционного курса под рабочим названием «Шаг на встречу» (ориентирован на повышение родительской компетентности). Для преподавателей - цикл теоретико-практических семинаров по профилактике эмоционального выгорания.

Формирование у родителей заинтересованного отношения к здоровому образу жизни своей семьи.

Ирина Николаевна Ломакина,
методист ОДОД ГБОУ лицея № 445

«Если хочешь воспитать своего ребенка здоровым, сам иди по пути здоровья, иначе его некуда будет вести!».

В.А. Сухомлинский

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», в основе взаимодействия семьи и образовательного учреждения должна лежать идея о том, что за воспитание детей несут ответственность родители, а все другие социальные институты призваны помочь, поддержать, направить, дополнить их воспитательную деятельность. Признание приоритета семейного воспитания требует новых отношений семьи и образовательного учреждения. Новизна этих отношений определяется понятиями «сотрудничество» и «взаимодействие». Главный момент здоровьесозидающей деятельности лицея № 445 в контексте «семья – образовательное учреждение» заключается в личном взаимодействии педагога и родителей в процессе воспитания конкретного ребенка в данной семье.

Прежде чем приступить к здоровьесозидающей деятельности, необходимо было выявить вектор работы в этом направлении. На базе

ОДОД лицея было проведено анонимное анкетирование с целью выяснения роли родителей в формировании здоровья детей, осознания родителями здорового образа жизни. В анкетировании участвовали 52 респондента.

Анализ полученных данных позволил установить следующее:

1. За последние полгода в 59% семей кто-нибудь болел. Средний период заболевания составил 17 дней. В основном в семье болели ОРВИ, ОРЗ, заболеваниями органов дыхания.
2. В 94% семей в режиме дня присутствуют следующие виды двигательной активности: утренняя гимнастика, совместные прогулки и игры на свежем воздухе, походы, пикники, посещение бассейна.
3. По составу питательных веществ, предпочтение в семьях отводится рациону с преобладанием углеводов (27%) и белков (29%).
4. Всей семьей завтракают, обедают и ужинают 38% респондентов, два раза в день собраться за семейным столом получается у 56% опрошенных и один раз в день у 6% опрошенных.
5. 50% знают группу здоровья своего ребенка и столько же ее не знают.
6. 73% респондентов не считают свою семью спортивной и при этом 54% не против поучаствовать вместе с ребенком в спортивно-массовом мероприятии (большинство для примера приводят туристский поход).
7. На вопрос о посещении спортивной секции ребенком положительно ответили 54 % респондентов, из них только половина родителей активно участвуют в спортивной жизни ребенка (посещают тренировки, соревнования, общаются с тренером).
8. Одеваются по погоде 88% опрошенных.
9. Считают, что нет вредных привычек в семье 73%. Основная вредная привычка - курение.
10. В 81% семей дети не стесняются задавать вопросы о своем здоровье.

Результаты анкетирования помогли выбрать следующие перспективные формы работы с родителями.

1) Подготовка и участие в проведении общешкольных родительских собраний на темы: «Единые требования семьи и школы», «Вредные привычки в подростковой среде», «Проблемы воспитания толерантности».

2) Включение в план воспитательной работы педагога дополнительного образования работу с родителями.

3) Проведение бесед в группах и секциях, основная цель которых – информировать о развитии двигательных навыков, активном влиянии двигательной активности на развитие физических качеств.

4) Консультации методиста родителям по вопросам выбора секции для ребенка, режиме двигательной активности.

5) Согласование меню завтраков с родителями и детьми и организация горячих завтраков.

6) Совместные завтраки и обеды учащихся и классных руководителей.

7) Привлечение родителей к совместной туристско-краеведческой деятельности, а именно помощь в организации и проведении походов и экскурсий.

8) Информирование родителей через сайт и информационный стенд лицея о «Дне открытых дверей», предстоящих соревнованиях, спортивно-массовых мероприятиях и об итогах участия воспитанников во внеурочной деятельности.

9) Вынесение благодарности родителям за активную жизненную позицию и помощь в деятельности ОДОД.

10) Обязательное участие секций ОДОД в муниципальных и районных соревнованиях, соревнованиях школьных спортивных клубов.

11) Сотрудничество с муниципальной газетой.

Плавание как важный элемент физического воспитания обучающихся

Константин Николаевич Гусев,
учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 545

«Он не умеет ни читать, ни плавать», - так в Древней Греции о человеке, недостойном называться гражданином. С тех пор умение читать и плавать рассматривается как символ разностороннего развития человека.

1. Оздоровительное значение плавания

Плавание является прекрасным средством закаливания и повышения стойкости организма к воздействию низких температур, простудным заболеваниям и другим изменениям внешней среды. Вода обладает высокой теплопроводностью, чем и объясняется ее сильное закаливающее воздействие.

Как уже говорилось, плавание является уникальным физическим упражнением, содействующим физическому развитию, закаливанию и укреплению здоровья. Занятия плаванием особенно полезно для детей и подростков, поскольку содействуют развитию сердечно-сосудистой и дыхательной систем, что в свою очередь вызывает рост и укрепление опорно-двигательного аппарата ребенка.

Плавание спортивными способами гармонически развивает все группы мышц. Систематические занятия плаванием и специальная гимнастика совершенствует такие ценные физические качества как выносливость, силу, быстроту, подвижность в суставах, координацию движений. Упражнения, выполняемые на суше и воде, укрепляют не только мышцы рук и ног, но так же мышцы туловища, особенно важно для формирования правильной осанки у детей и подростков.

Благодаря симметричным движениям и горизонтальному положению туловища, разгружающему позвоночный столб от давления на него веса тела, плавание является прекрасным корригирующим упражнением, устраняющие такие нарушения в осанке, как сутулость, сколиоз, кифоз.

Непрерывная работа ног в быстром темпе с постоянным преодолением сопротивления воды, выполняемая в безопасном положении, тренирует мышцы и связки голеностопного сустава, помогает формированию и укреплению детской стопы. У классных пловцов подвижность в голеностопных суставах очень высока и они могут оттянуть носки почти как балерина.

Плавание - аэробный вид физических упражнений, вызывающий увеличение в крови детей и подростков гормона роста – соматотропина – в 10-20 раз. Это способствует росту тела в длину, увеличению мышечной массы, массы сердца и легких.

Занятие плаванием укрепляет аппарат внешнего дыхания, увеличивают жизненную емкость легких и объем грудной клетки, поскольку плотность воды затрудняет выполнение вдоха и выдоха и дыхательные мышцы, со временем, укрепляются и развиваются.

Занятия плаванием, изучение техники спортивных способов как никакой другой вид физических упражнений требует правильный вид дыхания.

Горизонтальное положение тела при плавании создает облегченные условия для работы сердца. В результате занятий плаванием снижается систолическое давление крови, повышается эластичность суставов, увеличивается ударный объем сердца. Это, в первую очередь, можно заметить по изменению частоты пульса. У людей, регулярно занимающихся плаванием, пульс на 10-15 ударов в минуту меньше. Оптимизируется ритм работы сердца. Гипертоников среди пловцов в 2 раза меньше чем среди представителей других видов спорта.

Занятия плаванием повышает защитные свойства иммунной системы крови – увеличивая сопротивляемость к инфекционным и простудным заболеваниям.

Плавание повышает интенсивность обмена веществ в организме. За 15 минут пребывания в воде при температуре 24 С человек теряет около 100 ккал тепла.

Занятия плаванием совершенствуют работу вестибулярного аппарата, повышают статокинетическую устойчивость, улучшают чувство равновесия и широко применяются в подготовке космонавтов.

Статематическое пребывание в воде на занятиях плаванием оказывает успокаивающее воздействие на нервную систему ребенка, повышая эмоциональную устойчивость, обеспечивая крепкий, спокойный сон. Занятия плаванием повышают умственную работоспособность человека. Плавание полностью исключает травмы опорно-двигательного аппарата, сотрясения, переломы и другие.

Удивительным особенностям плавания нужно отнести его необычайную доступность для всех детей – девочек и мальчиков, детей с искривлениями позвоночника, некоторыми нарушениями сердечной деятельности, последствиями полиомиелита, церебрального паралича, ампутантов, ослабленных и так далее. Бывают случаи, когда заниматься плаванием приходят дети с недостатком в физическом развитии в чисто лечебных целях, - а становятся известными спортсменами. Так было с Дон Фрезер, которая пришла плавать, чтобы восстановиться после перенесенного полиомиелита, а стала победительницей трех Олимпиад. Будущую чемпионку Европы и СССР Леквеишвили мама привела заниматься плаванием, обеспокоенная ее плохой осанкой. Важно начать заниматься плаванием и полюбить его. И помнить, что в принципе хорошим пловцом может стать каждый.

2. Прикладное значение плавания

Умение плавать – жизненно необходимый навык для человека любого возраста. Однажды приобретенный навык плавания сохраняется у человека на всю жизнь.

Огромное количество несчастных случаев на воде ежегодно происходит из-за того, что люди не умели плавать. Большей частью это дети школьного возраста. По данным ЮНЕСКО, ежегодно из каждого миллиона людей, населяющих планету, тонет около 120 человек. Как

правило, это дети и подростки, не обученные плаванию. А каждый, не умеющий плавать или хотя бы держаться на поверхности воды, оказавшийся на берегу любого, даже самого, казалось бы, безобидного водоема и добравшийся до воды, подвергает свою жизнь опасности. Умеющий плавать человек, оказавшись в воде, никогда не рискует жизнью. Он знает, что, либо доплывет до берега или какого-то плавсредства, либо сумеет продержаться на воде, пока не подоспеет помощь. Несчастные случаи на воде происходят так же в результате незнания элементарных правил поведения на воде во время купания, катания на лодке, яхте или других плавсредствах. Чтобы этого не произошло, каждый обязан учиться плавать, уметь придти на помощь тонущему, оказать первую медицинскую помощь.

Вода – целитель и друг человека, если он умеет плавать, и коварный потенциальный враг для неумеющих держаться на воде.

Учиться плаванию никогда не поздно. Если научить ребенка плавать в дошкольном или младшем школьном возрасте не удалось, это нужно сделать при первой же возможности. Не всем детям общение с водой доставляет удовольствие и радость, некоторые бояться входить в воду, бояться глубины. Психологами установлено, что главная опасность на – не действие в ней, а чувство страха и боязнь глубины. Именно по-этому первые шаги обучения плаванию направлены на то, чтобы помочь ребенку преодолеть это неприятное и небезобидное чувство.

А время обучения в начальной школе дети должны овладеть основами плавания в глубокой воде научиться нырять, проплывать под водой с открытыми глазами, правильно дышать, проплывать, соблюдая правильную координацию движения рук и ног, дистанцию 50 м, играть в подвижные игры, прыгать в воду.

Учитывая большие индивидуальные способности детей младшего школьного возраста в освоении техники плавания, различия в исходном уровне плавательной подготовленности в занятиях с хорошими успевающими учениками, учитель может использовать материал более старших классов за счет освоения других способов плавания, увеличивая дистанции, использования игр на воде и других упражнений.

Если занятия проводятся регулярно в течение года, то даже, несмотря на различный исходный уровень и темпы освоения, учащиеся к окончанию начальной школы могут проплыть за занятие дистанцию 300-400 м, освоить технику 4-х спортивных способов плавания, стартов, уметь играть подвижные игры на воде и участвовать в соревнованиях (уже начиная с 1-2 класса – 25 м кролем на спине).

В средней и старшей школе обязательно есть учащиеся, которые в силу ряда причин (освобождены по состоянию здоровья, приход из других школ и т.п.) не освоили или только приступили к занятиям плаванием, необходимо использовать программный материал начальной школы. С учащимися, успешно осваивающими плавательные навыки, можно использовать более сложный материал.

В средней школе продолжается закрепление и совершенствование техники спортивного плавания, стартов, ныряния в длину и глубину. Изучается техника прикладных способов плавания, поворот, эстафетное плавание. Учащиеся знакомятся с правилами проведения соревнований и основными приемами техники водных видов спорта (водное поло, синхронное плавание, прыжки в воду).

В старших классах проходят совершенствование техники изученного материала, углубляется изучение технических и тактических приемов водного поло, синхронного плавания. Изучение техники прикладного плавания включает такие умения и навыки, как ныряние в глубину и длину поиск под водой, освобождение от «захватов» тонущего и транспортировка уставшего или «пострадавшего» к борту. Учащиеся участвуют в организации и проведении соревнований по плаванию младших классов.

Опыт проведения Всероссийских уроков ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ в гимназии

Жанна Викторовна Ушакова,
методист ГБОУ гимназии № 433

Здоровье и физическое состояние школьников вызывают серьезную тревогу. Одна четверть детей, приходящих в первые классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья, а среди выпускников школ уже только одна четверть могут назвать себя абсолютно здоровыми.

Сейчас, когда так стремительно возрастает темп жизни, когда на каждом шагу великое множество стрессовых ситуаций, – создание здорового образа жизни, мобилизующего природные резервы человеческого организма, становится главнейшей нашей задачей. И кто, как не родители, призваны принять самое активное участие в решении этой проблемы. Кто, как не папы и мамы, дедушки и бабушки, могут обеспечить им рациональное питание, приобщить их к спорту, уберечь от вредных привычек, научить правилам гигиены и главное – настроить самих ребят так, чтобы они без подсказок и напоминаний взрослых стремились жить разумно, правильно, не во вред, а на пользу своему здоровью.

Закон «Об образовании в Российской Федерации» (ст.18) возлагает всю ответственность за воспитание детей на семью, а все остальные социальные институты (в том числе школьные учреждения) призваны содействовать и дополнять семейную воспитательную деятельность.

Основными составляющими здорового образа жизни являются: отказ от вредных привычек, оптимально двигательный режим, рациональное питание, закаливание, личная гигиена, положительные эмоции.

Верный способ повысить сопротивляемость детского организма различным заболеваниям, сделать его выносливым, крепким, сильным – это правильное физическое воспитание. Систематические занятия физкультурой и спортом способствуют всестороннему физическому совершенствованию, укрепляют здоровье, увеличивают работоспособность, вызывают бодрое настроение, при котором учеба и любая работа лучше спорится.

Сложно ребенку приучить себя к ежедневной двигательной нагрузке и тут-то во многом решающим является пример родителей. Родители, занимающиеся физической культурой, – объект для подражания.

Итак, питание, образ жизни, организация занятий и отдыха – все это влияет на здоровье наших детей. И все мы вместе, учителя и родители, учим детей думать, беречь, заботиться и укреплять свое здоровье. При этом важно помнить: здоровый ребенок растет в здоровой семье.

В соответствии с инициативой Уполномоченного при Президенте Российской Федерации по правам ребенка П.А. Астахова, в период Зимних

Олимпийских игр 2014г. с 1 по 7 класс были проведены Всероссийские уроки по теме «Здоровые дети - в здоровой семье».

Целью мероприятий было приобщение учащихся к семейным ценностям и традициям как основам российского общества и государства, сохранения и укрепления здоровья детей, обеспечения их гармоничного развития в семье и школьном коллективе.

Всероссийские уроки включали обобщенные знания и представления о здоровом образе жизни в образовательном учреждении и семье. Отвечали на вопросы: «Зачем нужно быть здоровым? Что надо делать, чтобы быть здоровым?

Была организована деятельность детей с целью формирования начальных представлений о зимних видах спорта и закрепления знаний об олимпийском движении. Выясняли, какое событие, связанное со спортом, происходит сегодня в нашей стране и где? (Олимпийские игры в Сочи). Называли символы Олимпиады (Флаг, Олимпийские кольца, Олимпийский огонь). Выясняли, чем отличаются Олимпийские игры от Паралимпийских. Какие виды спорта представлены на Олимпиаде 2014 г.

Далее состоялись выступления учеников гимназии, занимающихся профессиональным спортом на тему «За здоровьем всей семьей».

В заключительной части мероприятия предлагалась практическая деятельность детей в виде моделирования сцен из жизни на тему «Счастливая семья».

Результатами Всероссийских уроков стали видео-зарисовки, живописные символы счастливой семьи от каждого класса, и общий видео–репортаж, отмеченный на районном конкурсе «Здоровье в твоих руках» дипломом 2 степени.

СЦЕНАРИЙ ВИДЕО-РЕПОРТАЖА

(рекреация гимназии)

«…Здравствуйте! Мы ведем репортаж из стен гимназии № 433 Курортного района Санкт-Петербурга…

- Я говорю вам «Здравствуйте», а это значит, что я всем желаю здоровья!

- Задумывались ли вы когда-нибудь о том, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? (вопрос-ответ)

- Здоровье для человека – самая главная ценность. Его не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете отдать свои силы на преодоление жизненных задач, не сможете реализоваться в современном мире. Поэтому девизом сегодняшнего дня будет поговорка «Береги здоровье смолоду».

(актовый зал)

- День 7 февраля 2014 года ознаменован открытием Зимней Олимпиады в Сочи, а у нас в гимназии проходят Всероссийские уроки по теме «Здоровые дети – в здоровой семье».

- Приветствуем всех, кто время нашел
И в школу на праздник здоровья пришел!
Мы здесь подрастаем, мужаем мы здесь
И набираем, естественно вес!

Всегда мы здоровы, с зарядкой дружны,
Нам спорт с физкультурой
Как воздух нужны,

А с ними порядок, уют, чистота,
Эстетика, в общем – сама красота!
Здоровье свое бережем с малых лет,
Оно нас избавит от болей и бед!

- Как известно фундамент здоровья закладывается в семье. О традициях здорового образа жизни своей семьи нам расскажут наши гимназисты – воспитанники тренера по дзюдо Анны Алексеевны Андроновой.

- Почему вы стали заниматься дзюдо? (в семье увлекались спортом, мама отвела…, потому, что…)

- Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми. Мы решили им в этом помочь, составив ряд ассоциативных связей.

Если семья это постройка, то, кончено, дом. Дом цветной, как правило, в круге – символе гармонии, где звучит нежная музыка и царит радужное настроение (файл – «ассоциации» + звуковой файл + файлы картинок).

- А теперь давайте посмотри фильм - победитель школьного видео-конкурса.

Секрет семейной гармонии прост – это здоровый образ жизни, а он включает:

- поддержание физического здоровья,
– отсутствие вредных привычек,
– правильное питание,
– радостное ощущение своего существования в этом мире.

(файл – картинка семьи)

- Какими родителями в будущем будем мы? … Об этом небольшие видео-зарисовки… (файл «За здоровый образ жизни!»)

- Воспитывая своих детей, китайцы говорят: «Если ты не доволен собой – совершенствуй себя, а если ты недоволен другими – совершенствуй себя, а не других». Совершенствовать себя нам помогает спорт. Всей семьей мы не только занимаемся спортом, но и следим за успехами наших спортсменов на Зимней олимпиаде.

(звуковой файл «Мы желаем счастья вам!»)

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Направления здоровьесозидающей деятельности образовательной организации

Приветственное слово, *Лариса Брониславовна Баркалая*, начальник отдела образования и молодежной политики администрации Курортного района Санкт-Петербурга..... **с. 1**

Здоровьесозидающая деятельность ГБОУ СОШ № 435. На пути к универсальной модели, *Татьяна Юрьевна Виткалова*, директор ГБОУ СОШ № 435..... **с. 3**

Роль здоровьесберегающего образования в сохранении духовного здоровья обучающихся, *Ирина Николаевна Егорова,* методист ГБОУ ИМЦ Курортного района.....

Работа по сохранению здоровья учащихся через вовлечение их в социально-значимую деятельность, *Марина Анатольевна Кусюмова*, директор ГБОУ СОШ № 466..... **с. 6**

Личностно-ориентированный подход к созданию здоровьесберегающей среды в ГБОУ СОШ № 447, *Семенов Борис Анатольевич,* директор ГБОУ СОШ № 447; *Юлия Вячеславовна Леонтьева*, заместитель директора по УВР ГБОУ СОШ № 447..... **с. 8**

Организация работы по формированию экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни в рамках реализации основной образовательной программы ООО в ГБОУ СОШ № 450, экспериментальной площадки по внедрению ФГОС ООО, *Марина Александровна Смирнова*, социальный педагог ГБОУ СОШ № 450..... **с. 10**

Инновационные методы работы по здоровьесбережению в образовательной организации, *Татьяна Владимировна Гордейчук,* руководитель ОДОД, учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 324..... **с. 14**

Раздел II. Здоровьесозидающая деятельность на уровнях дошкольного и начального общего образования

Технология приобщения дошкольников к здоровому образу жизни средствами народной оздоровительной педагогики при взаимодействии детского сада и семьи, *Татьяна Владимировна Иванова,* методист, старший воспитатель ГБДОУ № 30..... **с. 24**

Взаимодействие специалистов при обеспечении здоровьесберегающей среды ДОУ, *Светлана Александровна Васильева,* воспитатель; *Татьяна Николаевна Лаврентьева,* инструктор по физической культуре ГБДОУ № 13..... **с. 27**

Здоровьесберегающие методики как одно из средств активного формирования речевой культуры детей предшкольного возраста, *Юлия Борисовна Ефимова,* учитель-логопед ГБДОУ № 14; *Ирина Павловна Горбань,* учитель-логопед; ГБДОУ № 14..... **с. 30**

Доступная среда. Солнечные дети, *Наталья Владимировна Федяева,* заведующий ГБДОУ № 17; *педагогический коллектив* ГБДОУ № 17..... **с. 33**

Классный руководитель - как субъект воспитания культуры здоровья школьников, *Людмила Алексеевна Казакова,* учитель начальных классов ГБОУ НОШ № 611..... **с. 35**

Формирование навыков ЗОЖ в урочной и внеурочной деятельности во 2-х классах, *Олеся Васильевна Балдина,* учитель начальных классов ГБОУ НОШ-детский сад № 437; *Надежда Александровна Бурина,* учитель начальных классов ГБОУ НОШ-детский сад № 437..... **с. 43**

Раздел III. Формирование экологической культуры всех участников образовательного процесса

Формирование экологической культуры обучающихся в образовательных организациях Курортного района в контексте новых ФГОС, *Игорь Юрьевич Благовещенский***,** методист ГБОУ ИМЦ Курортного района..... **с. 47**

Формирование творческого отношения к жизни в рамках урочной и внеурочной деятельности дисциплины «Изобразительное искусство» на основе применения здоровьесберегающих технологий, *Ирина Геннадьевна Волошина,* учитель ИЗО ГБОУ СОШ № 556 с углубленным изучением английского языка..... **с. 49**

Психолого-педагогическое сопровождение детей-спортсменов, *Евгения Валерьевна Захарова,* педагог-психолог ГБОУ ШИОР..... **с. 51**

Формирование у родителей заинтересованного отношения к здоровому образу жизни своей семьи, *Ирина Николаевна Ломакина,* методист ОДОД ГБОУ лицея № 445..... **с. 55**

Плавание как важный элемент физического воспитания обучающихся, *Константин Николаевич Гусев***,** учитель физической культуры ГБОУ СОШ № 545..... **с. 57**

Опыт проведения Всероссийских уроков ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ В ЗДОРОВОЙ СЕМЬЕ в гимназии, *Жанна Викторовна Ушакова,* методист ГБОУ гимназии № 433..... **с. 60**