

# ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ И КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ШКОЛЕ-ИНТЕРНАТЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

**С.В. Ваченкова**

заместитель директора по ДО,  
руководитель школьного спортивного клуба  
«Крылья Самары»  
учитель физической культуры высшей категории,  
ГБОУ школа-интернат №117 им. Т.С. Зыковой г.о. Самара

**Аннотация:** Данная статья посвящена воспитанию здорового образа жизни детей с нарушенным слухом, организации здоровьесберегающей среды в школе-интернате по средством реализации проекта «Школа-территория здоровья».

**Ключевые слова:** здоровьесберегающая среда, культура здорового образа жизни, проект «Школа – территория здоровья», здоровьесберегающая деятельность школы.

Одна из **задач** национального проекта «Образование» и национального проекта «Здравоохранение» - настроить здоровьесберегающую среду, по возможности, каждого ребенка. Как показал анализ изученной литературы, **здоровьесберегающая среда** - это окружающая и социальная среда, которая способствует достижению личности полноценного формирования, содействует её физическому, духовному и социальному благополучию.

Под **культурой здорового образа жизни** мы понимаем часть общей культуры человека, которая отражает его системное и динамическое состояние, обусловленное определенным уровнем специальных знаний, физической культуры, социально-духовной ценностей, приобретенных в результате воспитания, самовоспитания и самообразования, воплощенных в практической жизнедеятельности, а также в физическом и психофизическом здоровье. [2]

Грамотное решение данной задачи на всех уровнях – от программно-нормативного до проведения отдельного урока, мероприятия, занятия, от отношения в классе и его связей с внешним миром до управления образовательным учреждением. В связи с этим в настоящее время наблюдается

усиленное внимание к проблемам создания здоровьесберегающей среды, формированию культуры здоровья у школьников. Весь коллектив нашей школы старается привить культуру здорового образа жизни обучающимся и воспитанникам интерната. Важно воспитание культуры здоровья. Это процесс создания педагогических условий (организация среды), обеспечивающих развитие личности школьника как субъекта оздоровительной деятельности в соответствии с его интересами, склонностями, способностями, ценностными установками на самосохранение здоровья, а также знаниями, умениями и навыками обоснованного ведения здорового образа жизни. [2]

В школе-интернате обучаются в среднем в разные периоды (2008-2021) около 250-265 учащихся с различной степенью тугоухости и осложненными сопутствующими заболеваниями. Из них 6% - детский церебральный паралич, 23% - с нарушением осанки, 15% - с ослабленным зрением, 36% - часто болеющие дети, 17% - с заболеваниями нервной системы. Исходя из вышеперечисленных данных, **актуальным** становится сохранение, укрепление и профилактика здоровья учащихся посредством здоровьесберегающих технологий и спортивно-массовых мероприятий. Здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Будущие нашей страны — счастливые дети. Лучший способ сделать детей счастливыми — сделать их здоровыми! Поэтому важно с раннего детства прививать навыки здорового образа жизни. В своих трудах Т.С. Зыкова писала, что практика работы с незлышащими детьми и сведения, полученные при опросе детей, свидетельствуют, что школьники с нарушением слуха обращают внимание на свое здоровье, любят заниматься спортом. Дети с удовольствием посещают во внеурочное время секции, участвуют в соревнованиях, говорят о желании заниматься любимым видом спорта и вести здоровый образ жизни, отмечает Т.С. Зыкова [1] Ведь именно в пространстве школьного детства формируются основы физического, психического и социального здоровья детей. По мнению Зыковой Т.С., в содержание воспитания культуры здоровья нужно включить темы, связанные с физическим и психическим здоровьем детей; адаптацией к режиму дня; с соблюдением правил личной и общественной гигиены, правил

пожарной безопасности, безопасности дорожного движения; поведением в экстремальных ситуациях; с проведением досуга.

В связи с этим коллектив ГБОУ школы-интерната №117 им. Т.С. Зыковой уделяет большое внимание вопросам здоровьесбережения и спорта. Создание образовательно-воспитательной среды идет в комплексе с решением проблем здоровья учащихся. Для решения данных вопросов в школе реализуется **проект «Школа – территория здоровья»**, который является приложением к программе развития и имеет свой модуль в образовательно-воспитательной программе школы.

Целью проекта является создание в школе-интернате комфортной здоровьесберегающей среды. Проект объединяет уже накопленный опыт педагогического коллектива по охране и укреплению здоровья, с использованием современных технологий здоровьесбережения, через реализацию комплексного подхода.

Администрацией и педагогами были выявлены главные задачи по изучению методической литературы и опыта коллег по данной проблеме, проведению первичной диагностики уровня здоровья учащихся. Как следствие учителями-предметниками, классными руководителями, медработниками, психологами, воспитателями и сурдопедагогами были созданы и апробированы здоровьесберегающие программы в учебно-воспитательном процессе коррекционной школы. Педагогами проводятся уроки и занятия на развитие умений и навыков учащихся, направленных на сохранение и укрепление индивидуального здоровья, привычек здорового образа жизни, двигательной активности, в которых активно участвуют обучающиеся (воспитанники), родители и педагоги.

Обязательными направлениями в реализации проекта являются рациональная организация учебно-воспитательного процесса в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями; организация двигательной активности учащихся (уроки физкультуры, динамические перемены, спортивно-массовые мероприятия, спортивные секции); система работы по формированию привычек здорового образа жизни, безопасности.

Задачи здоровьесбережения решаются комплексным подходом. При реализации проекта «Школа – территория здоровья» взяты на «вооружение» технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности, здоровьесберегающие образовательные технологии, медико-гигиенические, физкультурно-оздоровительные и экологические здоровье-сберегающие технологии.

Педагогическим коллективом ГБОУ школы-интерната № 117 им. Т.С. Зыковой проводятся мероприятия по здоровьесберегающей деятельности: диспансеризация, витаминизация, профилактические прививки. Согласно плану школы один раз в четверть проходят Дни Здоровья, беседы о здоровье с учащимися на общешкольных мероприятиях, классные часы. Ребята на занятиях по внеурочной и внеаудиторной деятельности участвуют в спортивных соревнованиях, оформляют газеты и листовки «ЗОЖ», прослушивают беседы о правильном питании, с родителями организуются беседы и всеобучи о здоровье. В школе работает школьный спортивный клуб «Крылья Самары».

Массовое вовлечение школьников в спортивно - оздоровительную деятельность способствует повышению уровня общей физической активности. Педагогами разработаны методические рекомендации по использованию здоровьесберегающих технологий, обогатился материал банка данных по методологической, диагностической деятельности физкультурно-оздоровительной направленности. На уроках физической культуры учителя проводят занятия с учащимися в соответствии с рекомендациями медицинских работников о группе здоровья каждого ребенка. Решена одна из главных задач школы по привлечению большего количества детей к занятиям физической культурой и спортом с учетом их индивидуальных физических особенностей. В данный момент в школе интернате проводятся 3 часа физической культуры и 1 час внеурочной деятельности «Здоровейка» по ФГОС. 3-ий час физической культуры – мини-гольф, т.к. в учреждении хорошая база для проведения занятий и уроков в этом виде спорта (поля международного класса, спортивное оборудование и инвентарь).

Внедрение в учебный процесс и во внеурочную деятельность здоровьесберегающих технологий позволили добиться положительных

изменений в состоянии здоровья школьников (укрепление иммунитета, повышение стрессоустойчивости, снижение утомляемости, повышение работоспособности). Понизился процент заболеваемости учащихся на 5-7%, повысился уровень умений и навыков учащихся, направленных на сохранение жизни, укрепление индивидуального здоровья, привычек здорового образа жизни.

Наш проект по здоровьесбережению участвовал в 2013 году в конкурсе «О присуждении премии губернатора за наиболее успешную реализацию долгосрочного воспитательного проекта особой педагогической и общественной значимости» и получил награду, участвовал во Всероссийском Фестивале инновационных программ «За новаторство в образовании-2016», школа признана победителем областной общественной акции Народное признание» 2017 году, является Победителем Регионального конкурса «Олимпиада начинается в школе», 2018 год - Победитель Регионального этапа Всероссийского конкурса, 2019 год - Участники 4 Всероссийского конкурса «Школа – территория здоровья».

### **Список литературы**

1. Зыкова Т.С. Социально-бытовая ориентировка в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях: пособие для учителя/Т.С. Зыкова, Э.Н. Хотеева. –М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – 199с.
2. Шевердина Н.А. Оздоровительная работа в начальной школе /Н.А. Шевердина//Ростов н/Д: Феникс. – 2008. – С.4.