

Автономное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования

Ленинградский государственный университет имени А.С. Пушкина

**Центр повышения квалификации**

**АТТЕСТАЦИОННАЯ РАБОТА**

**«КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ  
КАК КРИТЕРИЙ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ»**

Выполнила:  
слушатель курсов  
профессиональной  
переподготовки по программе  
«Управление образованием»  
Полехина Н.Н.

Научный руководитель:  
доктор мед. наук, профессор  
Лустин С.И.

Бокситогорск

2015

## Содержание

Введение	3
Глава 1. Теоретическое обоснование исследования	
1.1. Понятие качества образования, основные критерии качества образования	7
1.2. Культура здоровья человека: понятие, сущность, факторы	11
1.3. Формирование культуры здоровья учащихся в системе школьного образования	15
Глава 2. Система повышения культуры здоровья в условиях общеобразовательной школы	
2.1. Информационная справка об учреждении	28
2.2. Формы и методы формирования культуры здоровья школьников	30
Заключение	47
Список литературы	49
Приложения	51

## ВВЕДЕНИЕ

Тема данной работы: «Культура здоровья как критерий качества образования». Актуальность исследования объясняется тем, что на сегодняшний день проблема качества образования находится в центре внимания общественности и государств развитых стран мира. Качественное образование в постиндустриальном мире становится фундаментом национального прогресса и безопасности. В концепции модернизации российского образования обеспечение государственных гарантий доступности качественного образования и создание условий для повышения качества образования названы приоритетными направлениями образовательной политики.

Как показывает анализ генезиса образовательных учреждений, в различные периоды времени школа ориентировалась на потребности государства, общества и очень редко - на интересы самого ребенка. С другой стороны, наилучших результатов достигали именно те школы, в центре внимания которых находился ребенок: развитие его способностей, формирование внутреннего мира, не подготовка к жизни в капиталистическом, социалистическом обществе, а жизнь здесь и теперь. В настоящее время всё большее значение приобретает проблема воспитания здорового поколения. На ухудшение здоровья влияют многие факторы, в том числе и неправильное отношение населения к своему здоровью и здоровью своих детей. Человек — высшее творение природы. Но для того, чтобы сполна наслаждаться ее сокровищами, он должен отвечать, по крайней мере, одному требованию — быть здоровым.

Всемирная организация здравоохранения трактует здоровье как состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Следовательно, целостное понимание здоровья подразумевает не только единство здоровья организма, но и организма и личности со свойственным им уровнем развития, степенью

развитости мышления, определённым менталитетом, позволяющим проявлять некую меру трудоспособности, социальной активности, которая, в свою очередь, определяется стратегией жизни человека, степенью его влияния на жизненные обстоятельства.

Здоровье — один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав человека, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Именно здоровье людей должно служить главной «визитной карточкой» страны. Если мы не будем заботиться о своем здоровье, у нас не будет будущего. Будущее нашей страны — счастливые дети.

Здоровье детей отнесено к приоритетным направлениям социальной политики в области образования, что находится в соответствии со ст. 51 Федерального закона «Об образовании». Решение этой проблемы – сохранение и укрепление здоровья детей, требует совместных усилий и координации деятельности педагогов, медицинских работников, психологов, родителей.

Изменение экономических, социальных и экологических условий в России явились причиной негативной возрастной динамики здоровья подрастающего поколения. К тому же такую динамику усугубляет реформирование школьного образования, проводимое без учета уровня здоровья, а адаптационных возможностей учащихся, и действующая система медицинского обслуживания не обеспечивает профилактику отклонений в состоянии здоровья.

Основными целями общеобразовательной школы является сохранение здоровья обучающихся и восстановление адаптационных возможностей организма ребенка, полноценное физическое и психологическое развитие учащихся в соответствии с возрастом, обучение основам здорового образа жизни, формирование здоровьесберегающей культуры. Ведь культура здоровья - неотъемлемая часть общей культуры человечества. Многие это понимают, но не многим удастся воплотить это понимание в действительности.

Таким образом, задачей школы является полноценная подготовка школьника к самостоятельной жизни. И мотивация школьников к здоровому образу жизни, к культивированию в себе общей культуры здоровья играет здесь очень большую роль.

Именно поэтому цель данного исследования состоит в изучении аспектов культуры здоровья как критерия качества образования.

В качестве объекта исследования выбрана культура здоровья школьника.

Предметом исследования работы являются критерии культуры здоровья школьников.

Для достижения цели работы необходимо решить следующие задачи:

1. Проанализировать психологическую литературу и основные теоретические подходы к исследованию данной темы.
2. Рассмотреть понятие, сущность, структуру культуры здоровья учащихся как критерия качества образования.
3. Исследовать место культуры здоровья школьников в системе школьного образования.
4. На примере конкретной школы изучить характер сформированности культуры здоровья школьников.
5. На основе полученных результатов сделать соответствующие выводы.

В работе использованы следующие методы исследования:

1. Анализ методической литературы.
2. Методы эмпирического исследования: наблюдение, анкетирование, тестирование.
3. Метод специализированного исследования: количественно - качественный анализ.

Теоретическая значимость исследования: получены теоретические данные, обобщающие эмпирический опыт развития культуры здоровья школьников в условиях общеобразовательного учреждения. Выделенные принципы, факторы и условия формирования культуры здоровья позволяют осуществить дальнейшие теоретические и методические разработки в этом

направлении, а также могут помочь при организации учебного процесса в учебном заведении.

Для раскрытия поставленной темы определена следующая структура: работа состоит из введения, основной части и заключения. Названия каждой части отображают ее содержание. В конце работы представлен список использованной литературы.

## **1. Теоретическое обоснование исследования**

### **1.1. Понятие качества образования.**

#### **Основные критерии качества образования**

Термин «качество образования» стал широко эксплуатироваться в последнее время, поскольку возникла совершенно естественная потребность родителей и любознательных учащихся, науки, промышленности, различных ведомств, самого образования в том, чтобы задавать вопрос по существу: а что есть образование в этом классе, в этой школе, в этом районе, в стране в целом?

В общем смысле, качеством называют способность вещей, явлений, событий обладать некоторым своеобразием, то есть отличаться от всех других вещей, явлений, событий. Теряя качество, объект становится чем-то другим. Существовать – это и значит обладать качеством.

Шишов С.Е. и Кальней В.А. в своей книге «Школа: мониторинг качества образования» дают самое общее определение: качество образования - «степень удовлетворения ожиданий различных участников процесса образования от предоставляемых образовательными учреждениями образовательных услуг» или «степень достижения поставленных в образовании целей и задач» [25, с.15].

Н.М. Мочалова определяет качество образования как уровень обученности школьников, прочность их знаний и практических умений, сформированность познавательных интересов, личностных качеств, мировоззренческой позиции, зависящих от управленческой компетентности руководства образовательного учреждения, квалификации педагогических кадров, их методического мастерства и умения выбрать оптимальные способы организации учебного процесса [16, с.35]. В.П. Панасюк рассматривает качество школьного образования как совокупность свойств, обуславливающих его способность выполнять выдвинутые обществом задачи по формированию и развитию личности в аспектах ее обученности, воспитанности, выраженности социальных, психических и физических свойств [17, с.12].

Качество образования в Национальной доктрине Образования трактуется как качество «образовательных услуг» (т. е. элементов образовательного процесса) и качество «образовательных программ» (т. е. содержания образования). Таким образом, система качества образования в школе может быть представлена тремя основными элементами: качеством обучения школьников, качеством образовательного процесса, качеством условий образования. Отсюда следует, что качество общего образования — понятие многомерное, подразумевающее определенную структуру. Рассмотрим его составляющие:

- качество среды/условий реализации образовательного процесса;
- качество содержания образования;
- качество технологии образования;
- качество преподавания;
- качество результативности — образованности личности школьника.

Качество среды/условий реализации образовательного процесса. Одним из важнейших структурных элементов качества образовательного процесса в школе является качество условий или среды обучения. Комфортная среда обучения является обязательным условием благополучного развития личности ребенка, полноценного формирования у него учебной деятельности. Состояние комфорта, безопасности и защищенности, позитивного мировосприятия и интереса, описываемое в психологии как гармоничное состояние эмоционально - потребностной сферы, — это то, без чего невозможно осуществление эффективной образовательной деятельности в школе. Ребенок, находящийся по той или иной причине в дискомфортном состоянии, не может полноценно включиться в процесс обучения, школьное образование не будет достигать своей цели. Образовательная среда представляет совокупность материальных факторов образовательного процесса и межлических отношений, которые устанавливают субъекты образования в процессе своего взаимодействия. Качество содержания образования. Влияние качества содержания образовательного процесса на качество результата подготовки выпускника



общеобразовательной школы не вызывает сомнений, но следует заметить, что одна из самых сложных проблем управления качеством образовательного процесса в школе — научное обоснование принципов отбора и структурирования содержания образования. При отборе содержания учитываются как устоявшиеся в дидактике школы, так и новые принципы, соответствующие современным тенденциям развития образования.

Качество технологии обучения. Образовательные технологии в школе — важный элемент образовательного процесса, влияющий в определенной степени на качество всей системы общего образования. В современной практике образования соседствуют как традиционные, так и инновационные технологии. Источниками развития технологий сегодня являются достижения педагогической, психологической и социальных наук, передовой педагогический опыт, народная педагогика. В настоящее время идет активный процесс совершенствования ранее используемых технологий: традиционных, игровых, коллективных и групповых технологий обучения, технологий развивающего и проблемного обучения.

Качество преподавания. Важнейшим субъективным фактором, влияющим на всю систему образования, общепринято считать учительский корпус. В обществе растет понимание значения металичных образований педагога и их трансляций в личность обучающегося субъекта (ребенка), так как педагог, выступая как индивидуальный субъект педагогической деятельности, в то же время представляет собой общественного субъекта, носителя и транслятора общественных знаний и ценностей. Поэтому огромное значение имеет зрелость его личности, наполненность нравственно-духовным содержанием, реализуемым через здоровый образ жизни и определяющим, что и как он репрезентирует, хотя результат его деятельности может быть получен опосредованно через многие годы. Только физически и психологически развитая и здоровая личность в условиях высокой профессиональной активности и устойчивой профессиональной работоспособности готова адекватно и продуктивно осуществлять трансляцию социального опыта,

общественных знаний и ценностей, собственных металичных образований в соответствии с профессиональными задачами. Деятельность учителя изменяют и новые информационные технологии. Раньше учитель был основным и подчас единственным источником информации, теперь он потерял это положение в конкуренции со средствами массовой информации. По-прежнему оставаясь источником надежных научных фактов, теперь он должен направлять внимание учеников и на использование других средств информации, развивая критическое отношение к информации, поступающей из окружающей среды.

Качество подготовки учащихся. Вопрос о качестве подготовки учащихся, являясь центральным в оценке качества образования в целом, очень сложен и многоаспектен. Качество определяется соотношением адекватно поставленных целей и реально полученных результатов, а также совокупностью всех составляющих этот процесс: воспитания, развития личности, социальной адаптации и обучения. Государственный стандарт образования задает универсальные минимальные требования к качеству подготовки учащихся в Российской Федерации. Это создает возможность для существования вариативных учебных программ, учебников, учебно-методических пособий, функционирующих в современном российском образовании и творческой их реализации. Тем самым обеспечивается открытость системы образования в России.

Таким образом, качество образования - это непосредственный результат учебного процесса, зависящий от уровня квалификации преподавателей, учебно-методического обеспечения, материально-технической базы образовательного учреждения, а также интеллектуального потенциала учащихся.

Попытки ученых и практиков найти ответы на вопросы о том, на какие показатели и критерии следует ориентироваться при его оценке, позволяют сделать вывод о неоднозначности различных подходов к трактовке этих понятий. Приходится констатировать, что показатели и критерии образования

пока еще не полностью разработаны, чаще всего они увязываются с критерием эффективности функционирования образовательной системы. На сегодня невозможно установить единый ряд критериев и стандартов для оценки качества учебных достижений и образовательных систем.

## **1.2. Культура здоровья человека: понятие, сущность, факторы**

«Культура здоровья — это комплексное понятие, которое включает теоретические знания о факторах, благоприятствующих здоровью, а также грамотное применение в повседневной жизни принципов активной стабилизации здоровья, то есть оздоровления» [20, с.8]. Культура здоровья человека отражает его гармоничность и целостность как личности, адекватность взаимодействия с окружающим миром и людьми, а также способность человека к творческому самовыражению и активной жизнедеятельности.

«Культура здоровья каждого человека формируется на основании следующих компонентов: когнитивного, эмоционального, волевого и коммуникативного» [4, с.41].

Под когнитивным компонентом понимается познавательная деятельность личности, то есть, насколько сам человек понимает «культуру здоровья». Здесь важна информированность человека в отношении физиологических и патологических процессов в организме, а также о влиянии на них различных факторов окружающей среды и образа жизни. В формировании культуры здоровья также имеет значение, насколько человек пополняет знания в этой области. Однако в настоящее время часто встречается вариант несоответствия образа «культуры здоровья» в понимании человека и его поведения. То есть, когда образ жизни человека, его стиль жизни, образ мышления и поведения не соответствуют его представлениям о «правильном, здоровом образе жизни». Вероятнее всего в таком случае недостаточна мотивация человека, то есть осознанное проектирование «правильного образа жизни» и соответствия ему.

Эмоциональный компонент «культуры здоровья» отражает уровень физического и социального благополучия, качество и удовлетворенность жизнью. Другими словами, от того, какие эмоции доминируют у человека, зависит его психологическое здоровье. Оно, в свою очередь, оказывает влияние на физическое состояние человека, а также определяет отношение личности к жизни в целом. Среди факторов, влияющих на эмоциональный фон, могут быть финансовое состояние человека, состояние его здоровья, межличностные отношения, события трудовой деятельности, личные проблемы и т.д. Эмоциональный компонент личности может являться основой развития психосоматических расстройств, так как одной из причин их возникновения являются эмоциональные стрессы, вызывающие перестройку нервных и эндокринных механизмов регуляции адаптивных процессов. С другой стороны, положительный эмоциональный настрой благоприятно воздействует на физическое состояние организма. Например, у оптимистов меньше вероятность заболеть сердечно - сосудистыми заболеваниями, выздоравливают они также достоверно быстрее.

Коммуникативность также является важным компонентом культуры здоровья, так как она отражает адекватность взаимодействия человека с другими людьми и с окружающим миром. Коммуникативность зависит от разнообразных факторов: воспитания, опыта личности, а также ее культуры, ценностей, потребностей, интересов, установок, характера, темперамента, привычек, особенностей мышления. Коммуникативность отражает способность человека к самоконтролю и самокоррекции, а также его психологическое здоровье [3, с.57].

Даже обширные теоретические знания в области культуры здоровья недостаточны для формирования правильного поведения человека. Сознательное и активное отношение к сохранению и укреплению своего здоровья требует от человека определенных волевых качеств (самообладания, целеустремленности). Поэтому еще раз необходимо подчеркнуть важность

волевого компонента, а также мотивации для формирования высокой культуры здоровья.

Формирование культуры здоровья в современном обществе является сложным интегративным процессом. Однако можно выделить следующие факторы, оказывающие наибольшее влияние на формирование культуры здоровья человека:

- Социальные и культурные;
- Педагогические факторы;
- Медико-физиологические факторы.

Социально-экономическая среда оказывает наибольшее влияние на формирование культуры в целом, и культуры здоровья в частности. Например, по данным Всемирной Организации Здравоохранения, дети из семей с более низким социальным статусом в среднем занимаются физкультурой меньше, чем из семей с более высоким статусом, кроме того, они получают меньше физической нагрузки вне школы. Важную роль играют также культурная среда, вероисповедание, общий уровень образования. Например, обследованием физической активности в Англии установлено, что люди, более образованные обычно больше занимаются физическими упражнениями. Среди людей интеллектуальных профессий в два раза больше тех, кто занимается спортом или имеет другую физическую нагрузку в свободное время, чем среди неквалифицированных рабочих или экономически неактивных людей. Безработные мужчины и, в некоторой степени, безработные женщины ведут, как правило, менее подвижный образ жизни, чем работающие. Важную роль играют также культурная среда, вероисповедание, общий уровень образования [14, с.74].

Педагогическое влияние накладывается на образ «культуры здоровья», уже сформированный культурной и социальной средой. Известно, что эффективное образование в области культуры здоровья может привести к изменению образа мысли, правильной оценке и переоценке негативных жизненных ценностей, появлению необходимых навыков и в результате

изменить или сформировать не только поведение, но и стиль жизни в целом. Педагогическое влияние оказывается на человека, в основном, в период детства и юношества, то есть в образовательных учреждениях. Здесь важными факторами являются здоровьесберегающая инфраструктура учреждения, комплексный подход к формированию и сохранению здоровья в организации воспитательно - образовательного процесса. Важным механизмом формирования культуры здоровья будет влияние на когнитивный компонент и мотивацию учащегося. Когнитивный компонент означает информированность учащегося в области культуры здоровья (физиология и анатомия человека, понятие здоровья, факторы, влияющие на здоровье человека и т.д.). В учебных учреждениях должно большое внимание уделяться мотивации воспитанников на здоровый образ жизни. То есть, должна вырабатываться сознательная потребность в собственных взглядах и убеждениях на отсутствие вредных привычек, жизненную и когнитивную активность.

В настоящее время педагогический фактор усиливается влиянием средств массовой информации (телевидения, радио, Интернета и т.д.). Многие стереотипы вырабатываются именно этими источниками информации, и степень доверия молодежи им иногда выше, чем учебным учреждениям, родителям и т.д.

К медико - физиологическим факторам, оказывающим влияние на формирование культуры здоровья, относятся уже существующие у человека режим двигательной активности, режим дня, оздоровительные мероприятия, организацию физического воспитания, средства и методы воспитания, то есть, опыт человека в области культуры здоровья и его привычки. Важно еще раз подчеркнуть, что культуру здоровья необходимо формировать в детском возрасте, а затем укреплять в течение всей жизни. Кроме того, человек должен систематически воплощать теоретические знания в повседневной жизни с целью стабилизации своего здоровья, то есть оздоровления.

Исходя из вышеизложенного, культуру здоровья можно определить как процесс осознания, объяснения, понимания субъектом ценности своего

здоровья (здорового образа жизни), выраженный в желании субъекта заботиться о своём теле (правильное питание, гигиена, нормальный сон, упражнения) [14, с.77].

Мы понимаем, что понятие культуры здоровья объемно и многофакторно, поэтому выделим лишь некоторые позиции:

- 1) сформированность представлений о здоровье и здоровом образе жизни;
- 2) наличие знаний о способах укрепления и сохранения здоровья;
- 3) осознание базовых ресурсов своего организма;
- 4) понятие всей полноты ответственности за состояние своего здоровья;
- 5) развитие навыков психофизической саморегуляции и самоконтроля;
- 6) отсутствие вредных привычек.

Культура здоровья - важнейшая составляющая общей системы культуры. Она приобретает ведущее значение среди глобальных проблем современности, определяющих будущее человечества. Это обусловлено тем, что эволюция возможна лишь только в здоровом обществе, которая, как утверждают ученые, осуществляется в настоящее время и будет проходить в волнах теории культурного освоения мира.

Культура здоровья - неотъемлемая часть общей культуры человечества. Многие это понимают, но не многим удастся воплотить это понимание в действительности.

### **1.3. Формирование культуры здоровья учащихся в системе школьного образования**

Здоровье - это нормальная функция организма на всех уровнях его организации. При таком подходе нормальное функционирование организма в целом является одним из основных элементов понятия "здоровье". Для всех характеристик человеческого организма (анатомических, физиологических, биохимических) вычисляются среднестатистические показатели нормы. Организм здоров, если показатели его функций не отклоняются от их известного среднего состояния [3, с.45].

Здоровье - это полное физическое, духовное, умственное и социальное благополучие. Гармоническое развитие физических и духовных сил, принцип единства организма, саморегуляции и уравновешенного взаимодействия всех органов.

И.И. Брехман определяет здоровье, как «способность человека сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации» [5, с.100].

В.П. Петленко предлагает понятие здоровья как «состояние равновесия, баланса между адаптационными возможностями человека и постоянно меняющимися условиями среды» [18, с.178].

Вопросы, связанные с влиянием процесса обучения на состояние здоровья учащихся, не новы. Так называемые школьные болезни стали предметом медико - педагогического анализа за рубежом и в России еще в XIX веке. Совпавшие по времени общий кризис образования и ухудшение всех медико - демографических показателей обострили уже известные "школьные болезни", придав им специфический характер. Результаты научных исследований (В.Ф. Базарный [2], Брехман И.И. [5], Л.Г. Татарникова [22] и др.) свидетельствуют о том, что сложившаяся в предшествующие годы тенденция ухудшения состояния здоровья школьников приняла устойчивый характер. В результате анализа медицинских карт будущих первоклассников было установлено, что у большинства детей было выявлено нарушение зрения, на втором месте - нарушение осанки, на третьем месте - наличие хронических заболеваний и совсем мало детей признаны практически здоровыми. Данная ситуация обусловлена ухудшением социально - экономической и экономической обстановки, обострением проблем рационального питания, наследственностью, перегруженностью детей. Неблагоприятный прогноз развития образовательных учреждений в аспекте сохранения и укрепления здоровья учащихся придаёт особую актуальность выявлению и использованию ресурсов школ в решении вопросов здоровья.



Проблема здорового образа жизни в настоящее время приобрела первостепенное значение. Сохранение здоровья подрастающего поколения является самой насущной проблемой государства. Идеальным центром для воспитания культуры здоровья и формирования здорового образа жизни у наших детей, конечно же, является школа. Н.Д. Мельников в своём выступлении чётко обозначил девиз президентской инициативы «Наша новая школа»: воспитание конкурентноспособной личности. Успешно конкурировать может только здоровая личность. Поэтому культура здоровья, являющаяся составной частью базовой культуры, призвана развивать осознанное отношение подростков к своему здоровью как главной жизненной ценности и представляет собой систему познавательного, творческого и поведенческого элементов.

В настоящее время в нормативных документах Министерства образования России и Министерства здравоохранения активно используется понятие «культура здоровья» как целевая установка в образовательных и оздоровительных программах для школьников, в аспекте необходимости подготовки «специалистов по культуре здоровья» и создания школ, содействующих здоровью.

Культура здоровья определяется нами как интегративное понятие в единстве двух составляющих: компетентности в вопросах сохранения и укрепления здоровья и здоровой жизнедеятельности учащихся на основе принятия ими культурных норм и правильного оценивания факторов, как укрепляющих, так и разрушающих здоровье.

«Воспитание культуры здоровья - воспитание у детей личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению здоровья, формирование представления о здоровье, как ценности, усиление мотивации на ведение здорового образа жизни, повышение ответственности за собственное здоровье, здоровье семьи, сообщества, физическое воспитание» [11, с.6].

Критерий сформированности культуры здоровья учащихся включает компетентность в вопросах здоровья и здоровую жизнедеятельность.

Компетентность оценивается по следующим показателям:

- а) наличие знаний о здоровье, здоровом образе жизни;
- б) наличие знаний об угрозах и рисках для здоровья;
- в) наличие знаний о преимуществах здорового образа жизни.

Любая культура начинается со знаний. Поэтому подростки должны быть вооружены целой системой представлений о физиологических особенностях организма, гигиены тела, питания, режима дня, а также о сущности здорового образа жизни. В этом состоит смысл познавательного аспекта системы.

Творческий элемент предусматривает развитие полученных знаний в ходе активной самореализации личности в процессе творческой деятельности. Поведенческий аспект способствует формированию устойчивых положительных привычек и применение поведенческих стереотипов здорового образа в повседневной жизни подростков, устойчивом противодействии негативным воздействиям.

Для целостной и целенаправленной системы формирования культуры здоровья школьников необходима согласованная работа медиков, физиологов, психологов, социологов, педагогов. Однако действительность такова, что та информация о здоровье, которую человек получает на различных этапах возрастного развития в семье, в школе, в лечебных учреждениях или через СМИ, отрывочна и не носит системного характера. Нет интегративного, межведомственного подхода к решению проблем, связанных со здоровьем.

Просветительская работа по вопросам здоровья, как правило, ориентирует людей преимущественно на лечение, а не на предупреждение заболеваний. В связи с этим не уделяется должного внимания путям преодоления факторов риска, возможностям самого организма противодействовать неблагоприятным влияниям. Слабо проводится работа по созданию общественного мнения на культивирование здоровья, на формирование гармонично развитого человека, и физически, и духовно. В частности, по последним исследованиям, среди основных жизненных ценностей здоровье как ценность у российских школьников занимает девятое

место, а у их американских сверстников, например, первое место. Отсутствие «моды» на здоровье создает предпосылки для организации непродуманного времяпрепровождения, когда человек делает все, лишь бы «убить время». И как итог, бесцельная трата свободного времени не может компенсировать последствий накопившегося утомления и обеспечить подготовку человека к следующему активному дню.

Многие проблемы, связанные со здоровьем нации, лежат в экономической, политической, организационной и других сферах. Известно, что в системе образования, как в зеркале, отражаются все социальные проблемы. Падение уровня жизни, социальные потрясения, нарушение системы общедоступной и бесплатной медицинской помощи и пр.

Изменение экономических, социальных и экологических условий в России явились причиной негативной возрастной динамики здоровья подрастающего поколения. К тому же такую динамику усугубляет реформирование школьного образования, проводимое без учета уровня здоровья, а адаптационных возможностей учащихся, и действующая система медицинского обслуживания не обеспечивает профилактику отклонений в состоянии здоровья.

В то же время на развитие организма негативно влияют и чрезмерные физические нагрузки, особенно у ослабленных детей, что приводит к перенапряжению всех систем организма, понижению сопротивляемости инфекциям. Следовательно, специалистам в области здравоохранения, физической культуры и спорта необходимо научиться определять индивидуальный двигательный режим школьника, способствующий повышению функционирования его организма как источника индивидуализации здоровья.

В процессе развития школьника можно выделить критические точки, которые оказывают особое отрицательное влияние на его здоровье: переход из дошкольного детства в школьную жизнь, начало обучения в основной школе и переход из основной в старшую школу.

Нарушения здоровья, связанные с обучением, начинаются еще в дошкольном детстве и определяются практикой подготовки к школе, которая установилась сейчас повсеместно. В дошкольных учреждениях, в подготовительных классах, различных школах для малышей дети занимаются неспецифическими для дошкольного этапа развития деятельностью: читают, пишут, изучают иностранные языки (и не по одному одновременно), занимаются прохождением программы первого класса, хотя они должны танцевать, рисовать, много гулять и заниматься физическими упражнениями и спортивными играми. Сотрудники дошкольных учреждений проводят выбор обучающих программ преимущественно по конъюнктурным соображениям (следуя за пожеланиями родителей), не учитывая при этом психологических возможностей возраста и не проводя соответствующей разъяснительной работы с семьей. Это ведет к тому, что условия для нарушения состояния здоровья создаются еще до поступления в школу, и сегодня 20% первоклассников — дети с пограничными нарушениями.

По данным медицины, за время обучения в школе 70% функциональных расстройств, сформировавшихся в начальных классах, к моменту окончания школы перерастают в стойкую хроническую: в 4—5 раз возрастает заболеваемость органов зрения, в 3 раза — органов пищеварения и опорно-двигательного аппарата. Серьезное беспокойство вызывает увеличение нервно-психических расстройств, а также заболеваний сердечно-сосудистой системы, что прямо связывается с отсутствием здоровьесберегающей школьной среды. Только 10% школьников старшей школы относятся к числу здоровых, а 50% имеют хронические заболевания и 40% относятся к группе риска.

Сегодня очевидно, что каждая школа должна стать «школой здоровья», а сохранение и укрепление здоровья обучающихся должно стать приоритетной функцией образовательного учреждения.

Сложилась система функционирования образовательных учреждений, направленная на интеграцию оздоровительных программ в образовательный процесс, на обеспечение индивидуально ориентированного образовательного

процесса с учетом результатов мониторинга здоровья детей. В ходе поиска путей сохранения и укрепления здоровья учащихся сформировались три модели образовательных учреждений.

1. «Школа здоровья» – образовательное учреждение для ослабленных и часто болеющих детей, детей с хроническими заболеваниями. «Школа здоровья» работает в системе непрерывного образования, ориентирована на обучение и воспитания детей с учетом индивидуального физического здоровья и решает одновременно с образованием задачи по оздоровлению детей, профилактике заболеваний, проблеме социальной адаптации и интеграции молодого поколения в современном обществе. Комплектование «Школы здоровья» осуществляется на основании направления органов здравоохранения о состоянии здоровья на каждого учащегося. Основанием для зачисления учащихся в учреждения данного профиля является заключение психолого – медико - педагогического консилиума.

2. «Центр содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения» как структурное подразделение школы регламентируется Приказом Минобразования РФ от 15.05.2000 г. № 1418.

Цель центров – содействие администрации и педагогическому коллективу школы в создании условий, гарантирующих охрану и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся, формирование устойчивой мотивации на здоровье и здоровый образ жизни.

Основные направления деятельности центра реализуются в процессе преподавания уроков здоровья, курсов естественно – научного цикла через систему различных тренингов, практических занятий, семинаров, конференций и других мероприятий, а так же с помощью аналитической и прогностической деятельности.

3. «Школа, содействующая сохранению здоровья детей». Деятельность данных школ направлена на разработку принципиально новых подходов в решении многих образовательных и управленческих задач с учетом состояния

здоровья учащихся. Деятельность педагогов при таком отношении к педагогическому процессу направлена как на достижение оптимального уровня обученности, воспитанности учащихся, так и на обеспечение условий для сохранения и развития здоровья. Задачей образовательных учреждений является разработка моделей здоровьесберегающей среды, когда наиболее значимыми компонентами в физическом воспитании являются:

- а) определение нагрузок на уроках физической культуры и их дифференциация с учетом физического развития и состояния здоровья детей;
- б) выполнение общепринятых санитарно - гигиенических мероприятий (проветривание помещений, организация влажных уборок, соблюдение теплового и светового режима);
- в) включение в учебный план уроков здоровья с учетом возрастных особенностей детей, введение в режим работы школы в образовательном порядке утренней гигиенической гимнастики до занятий, физкультминуток во время уроков, подвижных перемен, спортивных часов в группе продленного дня;
- г) совершенствования системы физкультурно - спортивных мероприятий;
- д) систематическое проведение просветительских мероприятий по здоровому образу жизни, личной гигиене;
- е) регулярное проведение диспансеризации учащихся на базе детских поликлиник;
- ж) проведение мониторинга физической подготовленности и уровня здоровья, разработка программ по ранней коррекции здоровья учащихся.

На основе опыта работы каждое из данных типов образовательных учреждений по формированию здоровья самостоятельно составляет структуру оздоровительных блоков в зависимости от материально - технических возможностей, целей и задач программ оздоровления учащихся.

Работа общеобразовательного учреждения по воспитанию культуры здоровья учащихся является сложной системой, выступающей в качестве

компонента, этапа, функции, закономерности, условия, принципов педагогического процесса, что раскрывается следующим образом:

- воспитание культуры здоровья как компонент педагогического процесса в системе работы педагога способствует формированию личности активной, разносторонне развитой, нравственной, творческой, ориентированной на здоровый образ жизни;

- воспитание культуры здоровья как этап педагогического процесса в системе работы учителя, на котором осуществляется воплощение культуры здоровья в личность учащихся. Это достаточно чётко ограниченный во времени специально организованный период жизнедеятельности школьников, в ходе которого освоение культуры здоровья выступает в качестве ведущей цели. Такого рода этап образовательного процесса являются конкретные мероприятия, направленные на формирование физического, психического, нравственного здоровья и социальную адаптацию учащихся;

- воспитание культуры здоровья как функция педагогического процесса в системе работы педагога проявляется в постоянном влиянии данного процесса на уровень готовности учащихся к профилактике и преодолению вредных, опасных для здоровья человека факторов жизнедеятельности. Реализация данной функции обусловлена возможностями методов обучения и воспитания, морально – психологическим климатом на занятиях, характером общения участников педагогического процесса, личностным воплощением культуры здоровья, т.е. уровнем сформированности культуры здоровья самого педагога и детей;

- воспитание культуры здоровья как закономерность заключается в том, что если в педагогическом процессе осуществляется систематическая работа по воспитанию культуры здоровья, то это способствует охране здоровья детей, понижает вероятность неблагоприятных, вредных последствий от воздействия внешних факторов и от их собственной жизнедеятельности;

- воспитание культуры здоровья является педагогическим условием включения учащихся в жизнь, формирования личности, стремящейся к

постоянному самосовершенствованию и реализации новых возможностей [9, с.57].

Работа учителя является важнейшим звеном в образовательной системе школы, основным механизмом реализации личностно – деятельностного подхода к учащимся. Педагог должен быть сам здоров, знать законы здорового образа жизни, постоянно «работать над собой», заниматься вопросами воспитания культуры здоровья детей на высоком научном и профессиональном уровне, так как это сложный, планируемый, целенаправленный и организованный процесс стимулирования активной деятельности детей по овладению ими социальным, духовным опытом и ценностями в вопросах культуры здоровья [10, с. 47].

Деятельность в режиме учебного дня школы имеет три формы: урочную, классно - внеурочную, внеклассную.

Задачи урочной формы заключается в подготовке организма школьников к предстоящей учебной работе и выполнении ее в течение достаточно длительного времени на возможно высоком уровне.

В классно - внеурочной физкультурно - оздоровительной деятельности проводятся мероприятия, призванные настроить школьников на учебную работу, в том числе подвижные игры, элементы спортивных игр и релаксационные упражнения. Задачи этих мероприятий: уменьшение негативного воздействия учебной нагрузки, повышение двигательной активности, подготовка организма к новой учебной деятельности.

К основным задачам внеклассной формы относятся тренировка и профилактика нарушения осанки, сердечно - сосудистой и дыхательной систем, а также профилактика простудных заболеваний.

Немалую поддержку работоспособности школьников на уроках могут оказывать и «малые формы физической культуры»: утренняя гимнастика перед началом занятий, физкультминутки на уроках, подвижные игры на переменах, двигательные - насыщенные прогулки в группах подвижного дня и т.п.



Но даже при соблюдении в школе всех данных рекомендаций двигательная активность, которая доступна школьникам в учебные дни, будет недостаточной. Как показали исследования, оптимальный объем дневной двигательной активности школьников 13-15 тыс. локомоций (шагов). За вычетом 5 тыс., «набранных» в часы школьных занятий, остается 8 - 10 тыс., т.е. 4 - 5 км. Такой «километраж» школьники должны реализовать во второй половине дня на занятиях в спортивных секциях или в приравниваемых к ним кружках (ритмика, хореография, танцы и др.).

Физическая культура – единственный учебный предмет в школе, способный эффективно решать проблему оздоровления учащихся.

Современные дети ведут малоподвижный, инвалидизирующий образ жизни. Движение подменяют многочасовым сидением у телевизора, компьютера. Многие педагоги и родители учеников не обращают внимания на эту серьезную проблему, не считая гиподинамию угрозой для здоровья. Гиподинамия - это не просто недостаток движения, это своеобразная болезнь, определение которой звучит так: "Нарушение функций организма (опорно-двигательного аппарата, кровообращения, дыхания, пищеварения) при ограничении двигательной активности".

Педагогам и родителям в вопросах воспитания и формирования культуры здоровья необходимо сотрудничество. Как правило, педагоги могут назвать достаточно большое количество форм и методов работы с родителями:

- консультации;
- выступления на родительских собраниях;
- психологическая диагностика детей в присутствии родителей;
- открытые занятия;
- информационные письма и памятки;
- анкетирование;
- тренинги;
- семинары – практики;
- конкурсы для родителей;

- фотовыставки и фотоконкурсы;
- круглые столы.

Ни одна, даже самая лучшая физкультурно – оздоровительная программа не сможет дать полноценных результатов, если она не реализуется совместно с семьёй.

Система работы с семьёй включает:

- ознакомление родителей с результатами диагностики состояния здоровья учащегося;
- участие в составлении индивидуальных программ оздоровления детей;
- ознакомление родителей с содержанием физкультурно – оздоровительной работы в школе;
- ознакомление с лечебно – профилактическими мероприятиями, проводимыми в школе.
- совместные физкультурные досуги, праздники.

Таким образом, активное использование педагогами разнообразных, прежде всего, нетрадиционных форм работы с родителями позволяет успешно решать задачи формирования культуры здоровья учащихся, способствует укреплению сотрудничества между родителями и педагогами и улучшает отношение родителей к школе в целом, что положительно влияет на готовность к сотрудничеству в перспективе.

Состояние здоровья детей и подростков, безусловно, важнейший показатель жизнеспособности народа любой страны. Ведь поколения её населения сменяют друг друга в достаточно короткий срок даже в масштабах жизни одного человека. В этом смысле даже одно упущенное для совершенствования процессов оздоровления детей и подростков пятилетие или максимум десятилетие уже оборачивается практически безнадежно потерянным в валеологическом смысле поколением. Поэтому кажущаяся долгосрочность решения проблемы формирования здорового молодого поколения, а, следовательно, и потенциально здоровой нации на самом деле

относительна и при внимательном рассмотрении ссылка на нее оказывается несостоятельной.

Таким образом, задачей школы является полноценная подготовка школьника к самостоятельной жизни, а не доведение его без болезней до последнего звонка. И мотивация школьников к здоровому образу жизни, к культивированию в себе общей культуры здоровья играет здесь очень большую роль. Учитывая, что у больных и неграмотных в вопросах здоровья родителей не может быть здоровых детей, сохранение здоровья школьников – это и закладка фундамента благополучия следующих поколений. Сейчас как никогда важно помнить о влиянии школы на здоровье учащихся, о ее возможностях организовать качественное развитие, воспитание и обучение детей без ущерба для их здоровья. Грамотное решение этой задачи на всех уровнях - от программно - нормативного до проведения отдельного урока - позволит решить и другую, взаимосвязанную с этой задачей: сформировать культуру здоровья школьников.

Без национальной идеи здоровой жизни, ее творческой основы – культуры - здоровье человека, семьи, гражданского общества и государства, включая окружающую среду, принципиально невозможно, о чем свидетельствует современная жизнь, несущая на себе тавро господствующей ныне социальной идеи – алчность духа.

Наверное, и нам всем нужно не строить грандиозных заоблачных планов, которые сегодня по ряду объективных причин не могут быть выполнены, а решать самые простые, но очень важные ежедневные проблемы, чтобы постепенно продвигаться в осуществлении поставленной цели — сохранить, укрепить и улучшить здоровье наших детей как основного будущего ресурса нации.

## **2. Система повышения культуры здоровья в условиях общеобразовательной школы**

### **2.1. Информационная справка об учреждении**

Социально – воспитательная сфера посёлка Ефимовский представлена одним дошкольным учреждением, общеобразовательной школой, коррекционной школой – интернатом, музыкальной школой, поселковой детской библиотекой и досуговым центром.

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа – интернат п. Ефимовский» с 1986 года находится в современном трёхэтажном здании в центре посёлка. Здесь учатся 315 человек. В школе работает 29 педагогов, 24 из них имеют высшее образование. Все педагоги владеют новыми информационными технологиями и успешно применяют их в своей работе. 9 педагогов имеют высшую квалификационную категорию, 12 – первую.

При школе имеется интернат на 70 мест для детей, проживающих в близлежащих деревнях.

Посёлок Ефимовский расположен в достаточно отдалённом районе Ленинградской области. С одной стороны, это обуславливает ограниченность негативного влияния на образовательную и воспитательную среду расположенных здесь учебных учреждений, с другой стороны – вызывает ограниченность потенциальных возможностей тесного сотрудничества с крупнейшими заведениями Санкт – Петербурга: музеями, библиотеками, ВУЗами, научными центрами, памятниками культуры.

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа – интернат п. Ефимовский» активно сотрудничает со всеми учреждениями посёлка, работающими с детьми. Кроме этого, учащиеся школы имеют возможность посещать учреждения близлежащих городов: Бокситогорска и Пикалёво. Очень часто педагоги школы организуют для детей экскурсии в Тихвин и Санкт – Петербург.

В школе создана доброжелательная обстановка, у большинства педагогов огромное желание создать благоприятные условия, чтобы дети серьёзно и

основательно учились, интересно жили, комфортно чувствовали себя в стенах школы.

Однако существуют факторы в социальной среде посёлка, негативно влияющие на подрастающее поколение. Это бары, отсутствие достойных мест отдыха для детей, неблагополучные семьи, пьющие родители. В некоторых семьях воспитание ребёнка уходит с переднего плана, поэтому на фоне относительного благополучия в школе очень много детей из неполных и малообеспеченных семей (табл.1).

Таблица 1

## Социальный паспорт

МБОУ «Средняя общеобразовательная школа - интернат посёлка Ефимовский»

на 01.09.2015 г

Категория	Всего по школе	%
Количество по списку	314	100
Количество девочек	152	48,4
Количество мальчиков	162	51,5
Полные семьи	216	68,7
Неполные семьи с мамой	77	25
Неполные семьи с папой	4	1
Многодетные семьи	27	8,5
Малообеспеченные семьи	22	7
Опекаемые дети	17	5
Сироты	-	-
Дети –инвалиды	1	0,3
Тубинфицированные дети	-	-

Учащиеся, состоящие на учёте в ОДН ОМВД	5	1,5
Учащиеся, состоящие на внутришкольном учете	24	7,6
Неблагополучные семьи	5	1,5
Кол-во семей, в которых родители уклоняются от воспитания детей	2	2
Дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации	2	0,6
Кол-во семей, чьи родители находятся в заключении	-	-
Кол-во семей - беженцев	-	-
Дети из семей безработных родителей	10	3
Дети, не имеющие гражданства (список прилагается)	-	-
Дети, имеющие иностранное гражданство (список прилагается)	-	-

Важнейшим аспектом работы педагогов является максимальное снижение негативного влияния социума на личность ребёнка.

## **2.2. Формы и методы формирования культуры здоровья школьников**

Результаты научных исследований (В.Ф. Базарный, Брехман И.И., Л.Г. Татарников и др.) свидетельствуют о том, что сложившаяся в предшествующие годы тенденция ухудшения состояния здоровья школьников приняла устойчивый характер. Анализ состояния здоровья учащихся нашей школы в последние годы вызывает серьёзное опасение педагогов, родителей, работников школы. По состоянию на сегодняшний день здоровых детей в школе всего 78%. Самыми серьёзными заболеваниями являются следующие: сердечно – сосудистые, желудочно – кишечного тракта, заболевания дыхательных путей, нарушения осанки, заболевания нервной системы, нарушения речи (табл. 2).

Группы здоровья и заболевания обучающихся  
по состоянию на 01.02.2015

Клас сы	Кол- во учен иков	по состоянию здоровья отнесены:					страдают заболеваниями, в том числе:					
		I гр	II гр	III гр	IV гр	V гр	име ют недо ста ток массы тела	анне мия	ожи- рение	болезни органов пище- варения	болезни кожи и под- кожно- жировой клет чатки	сахар -ный диа- бет
1-4	125	105	14	4	2	0	2	2	2	1	3	0
5-9	184	139	29	13	3	0	2	3	4	3	2	0
10-11	24	17	6	1	0	0	1	1	-	-	-	0
Итого	333	261	49	18	5	0	5	6	6	4	5	0
%		78	15	5	1,5	0	1,5	1,8	1,8	1,2	1,5	0

По данным медицинских работников, плохое здоровье становится причиной плохой успеваемости, снижается качество знаний, ухудшается социальное поведение детей. В нашей школе ситуация осложняется тем, что дети не имеют возможности при ежегодном медицинском осмотре посещать таких врачей как окулист, логопед, невропатолог и многих других, так как их у нас нет в посёлке.

Большой процент семей наших обучающихся являются социально незащищенными. Некоторые семьи не имеют постоянной прописки, снимают жилье. В некоторых семьях дети не получают полноценное питание, что приводит к заболеваниям органов пищеварения, зрения.

Эти причины социального характера негативно влияют как на физическое, так и на психическое здоровье обучающихся.

В связи с развитием информационных технологий значительно возросла компьютерная нагрузка. Дети часами сидят за компьютером дома, много времени проводят возле телевизора. Ухудшается зрение, дети жалуются на

головные боли, усталость. Статичность позы приводит к заболеваниям опорно-двигательного аппарата. Многие дети увлечены компьютерными играми, пропагандирующими насилие, жестокость. Эти игры травмируют психику ребенка.

В связи с этим в образовательном учреждении уделяется большое внимание проблеме сохранения и укрепления здоровья детей (Приложения 1,2,3,4).

Для снижения показателей заболеваемости в школе разработаны методические рекомендации по гигиене зрения в образовательном учреждении, даны рекомендации по использованию дыхательных упражнений, упражнений для формирования правильной осанки. А также ведётся профилактическая работа, в учебно - воспитательном процессе активно используются здоровьесберегающие технологии.

Эффективное функционирование созданной здоровьесберегающей инфраструктуры в школе поддерживает квалифицированный состав специалистов: администрация школы, медсестра, социальный педагог, педагог - психолог и 2 учителя физической культуры.

В школьном здании созданы необходимые условия для сбережения здоровья учащихся. Все школьные помещения соответствуют санитарным и гигиеническим нормам, нормам пожарной безопасности, требованиям охраны здоровья и охраны труда обучающихся.

В школе имеются все необходимые хозяйственные и санитарно-гигиенические зоны, пищеблок и столовая на 120 мест, которые соответствуют всем требованиям для школьных учреждений. Учащиеся получают горячее питание и пользуются услугами школьного буфета. Горячую пищу готовят в школе.

В школе работает спортивный зал, имеется спортивная площадка, оборудованная необходимым игровым и спортивным оборудованием и инвентарём. Оборудование спортивной зоны соответствует санитарно - гигиеническим нормам и обеспечивает выполнение учебных программ по



физическому воспитанию. Спортивная зона имеет частичное асфальтовое покрытие. В ней расположены: беговая дорожка, футбольное, баскетбольно - волейбольное поле. Во второй половине дня ученики имеют возможность посещать спортивные секции.

В школе работает медицинский кабинет. Медицинская сестра ведет профилактическую работу среди учащихся. Ежегодно проводятся углубленные медицинские осмотры.

При школе имеется интернат, который занимает новое, отдельное, двухэтажное здание, отвечающее всем санитарно – гигиеническим требованиям.

В МБОУ «Средняя общеобразовательная школа – интернат п. Ефимовский» разработана Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни. Эта программа формирования знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психологического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни обеспечивает:

- формирование представлений об основах экологической культуры на примере экологически сообразного поведения в быту и природе, безопасного для человека и окружающей среды;
- пробуждение в детях желания заботиться о своем здоровье (формирование заинтересованного отношения к собственному здоровью) путем соблюдения правил здорового образа жизни и организации здоровьесберегающего характера учебной деятельности и общения;
- формирование познавательного интереса и бережного отношения к природе;
- формирование установок на использование здорового питания;

- использование оптимальных двигательных режимов для детей с учетом их возрастных, психологических и иных особенностей, развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- соблюдение здоровьесозидающих режимов дня;
- формирование негативного отношения к факторам риска здоровью детей (сниженная двигательная активность, курение, алкоголь, наркотики и другие психоактивные вещества, инфекционные заболевания);
- становление умений противостояния вовлечению в табакокурение, употребление алкоголя, наркотических и сильнодействующих веществ;
- формирование потребности ребенка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам, связанным с особенностями роста и развития, состояния здоровья, развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье на основе использования навыков личной гигиены;
- формирование основ здоровьесберегающей учебной культуры: умений организовывать успешную учебную работу, создавая здоровьесберегающие условия, выбирая адекватные средства и приемы выполнения заданий с учетом индивидуальных особенностей;
- формирование умений безопасного поведения в окружающей среде и простейших умений поведения в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни сформирована с учётом факторов, оказывающих существенное влияние на состояние здоровья детей:

- неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия;
- факторы риска, имеющие место в образовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения;
- чувствительность к воздействиям при одновременной к ним инертности по своей природе, обуславливающей временной разрыв между воздействием и результатом, который может быть значительным, достигая нескольких лет, и тем самым между начальным и существенным проявлением неблагоприятных

популяционных сдвигов в здоровье детей и подростков и всего населения страны в целом;

- активно формируемые комплексы знаний, установок, правил поведения, привычек;

- особенности отношения обучающихся к своему здоровью, что связано с отсутствием у детей опыта «нездоровья» (за исключением детей с серьёзными хроническими заболеваниями) и восприятием ребёнком состояния болезни главным образом как ограничения свободы, неспособностью прогнозировать последствия своего отношения к здоровью.

Целью программы является формирование знаний, установок, личностных ориентиров и норм поведения, обеспечивающих сохранение и укрепление физического и психического здоровья как одного из ценностных составляющих, способствующих познавательному и эмоциональному развитию ребенка, достижению планируемых результатов освоения основной образовательной программы.

Задачи формирования культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся состоят в следующем:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровье и дать представление о негативных факторах риска здоровью детей, о существовании и причинах возникновения зависимостей от табака, алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ, их пагубном влиянии на здоровье;

- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие сохранять и укреплять здоровье;

- научить выполнять правила личной гигиены и развить готовность на основе её использования самостоятельно поддерживать своё здоровье;

- сформировать представление о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах;

- сформировать представление о рациональной организации режима дня, учёбы и отдыха, двигательной активности, научить ребёнка составлять, анализировать и контролировать свой режим дня;
- дать представление о влиянии позитивных и негативных эмоций на здоровье, в том числе получаемых от общения с компьютером, просмотра телепередач, участия в азартных играх;
- обучить элементарным навыкам эмоциональной разгрузки (релаксации);
- сформировать навыки позитивного коммуникативного общения;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровья и здорового образа жизни;
- сформировать потребность ребёнка безбоязненно обращаться к врачу по любым вопросам состояния здоровья, в том числе связанным с особенностями роста и развития;
- развитие готовности самостоятельно поддерживать свое здоровье.

В реализации программы принимают участие учащиеся, классные руководители, учителя - предметники (ОБЖ, биология, физкультура и др.), педагог – психолог, социальный педагог, медсестра, закрепленная за учреждением, родители.

Принципы, которые легли в основу создания программы:

- принцип учета индивидуальных возможностей и способностей школьников предусматривает поддержку всех учащихся с использованием разного по трудности и объему предметного содержания, а соответственно, помощи и взаимопомощи при усвоении программного материала каждым учеником. Это открывает широкие возможности для вариативности образования, реализации индивидуальных образовательных программ, адекватных развитию ребенка;
- принцип учета возрастных особенностей обучающихся;
- создание образовательной среды, обеспечивающей снятие всех стрессобразующих факторов учебно-воспитательного процесса. Атмосфера доброжелательности, вера в силы ребенка, создание для каждого ситуации

успеха необходимы не только для познавательного развития детей, но и для их нормального психофизиологического состояния.

- обеспечение мотивации образовательной деятельности. Ребенок - субъект образования и обучающего общения, он должен быть эмоционально вовлечен в процесс социализации, что обеспечивает естественное повышение работоспособности и эффективности работы мозга не в ущерб здоровью.
- построение учебно-воспитательного процесса в соответствии с закономерностями становления психических функций. Прежде всего, имеется в виду переход от совместных действий к самостоятельным, от действия по материализованной программе к речевому и умственному выполнению действий, переход от поэтапных действий к автоматизированным.
- рациональная организация двигательной активности. Сочетание методик оздоровления и воспитания позволяет добиться быстрой и стойкой адаптации ребенка к условиям школы
- обеспечение адекватного восстановления сил. Смена видов деятельности, регулярное чередование периодов напряженной активной работы и расслабления, произвольной и эмоциональной активации необходимы для предотвращения переутомления детей.

Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни средствами урочной деятельности может быть реализована с помощью предметов УМК «Школа России».

Для формирования установки на безопасный, здоровый образ жизни в системе учебников предусмотрены соответствующие разделы и темы. Их содержание предоставляет возможность обсуждать с детьми проблемы, связанные с безопасностью и здоровьем, активным отдыхом. УМК «Школа России» разработан с учетом требований к обеспечению физического и психологического здоровья детей, здорового и безопасного образа жизни.

Универсальные компетенции, формирующиеся у обучающихся в процессе освоения содержания программы:

- умение организовывать собственную жизнедеятельность для достижения

полного благополучия;

- активно включаться в совместную деятельность, взаимодействовать со сверстниками и взрослыми для сохранения и укрепления личного и общественного здоровья как социокультурного феномена;
- доносить информацию по здоровьесберегающей тематике в доступной, эмоционально яркой форме в процессе взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Личностные результаты изучения программы:

- активное включение обучающихся в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах сохранения и укрепления личного и общественного здоровья;
- проявление у детей:
- позитивных качеств личности и умения управлять своими эмоциями в различных ситуациях риска нарушения здоровья;
- дисциплинированности и упорства в сохранении и укреплении личного здоровья и здоровья окружающих людей;
- оказание школьниками бескорыстной помощи своим сверстникам и окружающим людям в сохранении и укреплении их здоровья.

Метапредметные результаты изучения примерной программы - это умения обучающихся:

- давать объективную оценку здоровья как социокультурному феномену, на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- защищать и сохранять личное и общественное здоровье позитивными средствами, соответствующими индивидуальным и типологическим возрастным особенностям;
- планировать и организовывать самостоятельную деятельность (учебную и досуговую) с учетом требований сохранения и совершенствования здоровья;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственной деятельности с точки зрения возможных рисков нарушения здоровья и возможностей его совершенствования;

- управлять своим эмоциональным состоянием при общении со сверстниками и взрослыми с целью сохранения эмоционального благополучия;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами и совершенствовать с учетом индивидуальных особенностей.

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

Основные результаты реализации программы формирования культуры здорового и безопасного образа жизни учащихся оцениваются:

- через анкетирование родителей и обучающихся;
- через психологические тестирования: в 1-ых классах – адаптация к школе, 2-4 классы – учебная мотивация, 4-ые классы – готовность к переходу в среднюю школу;
- в рамках мониторинговых процедур, предусматривающих выявление: динамики сезонных заболеваний; динамики школьного травматизма; утомляемости учащихся и т.п.

В школе разработаны специальные условия обучения и воспитания, позволяющие учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса. Создана программа коррекционной работы, которая предусматривает как вариативные формы получения образования, так и различные варианты специального сопровождения детей с умеренно ограниченными возможностями здоровья. Это формы обучения в общеобразовательном классе или в специальном (коррекционном) классе по общей образовательной программе начального общего образования или по индивидуальной программе, с использованием

надомной или дистанционной формы обучения. Варьируется степень участия специалистов сопровождения, а также организационные формы работы.

В связи с возросшей потребностью обеспечения информационной безопасности детей и подростков при обучении, организации внеучебной деятельности и свободном использовании современных информационно-коммуникационных технологий (Интернет, сотовая (мобильная) связь и СМИ) в образовательном учреждении разработана образовательная программа «Медиабезопасность детей и подростков». Данная программа ориентирована на работников образования и других специалистов, занятых обучением, воспитанием несовершеннолетних и организацией их досуга. Программа может быть использована при организации просветительской работы с родителями и общественностью. Целью программы является формирование и расширение компетентностей работников образования в области медиабезопасного поведения детей и подростков.

С целью развития личности учащихся на основе усвоения и присвоения общечеловеческих ценностей; воспитания человека, живущего в согласии с самим собой, с окружающей его действительностью, занимающего активную позицию по отношению к ней в школе создана социально - психологическая служба.

Задачи работы социально - психологической службы:

- исследование возрастных особенностей детского коллектива; выявление и развитие способностей;
- выявление причин деформации в развитии;
- оптимизация условий жизни, воспитания и обучения;
- построение адекватного педагогического процесса, способствующего развитию нормальной личности;
- своевременное выявление детей группы риска; оздоровление их внутреннего мира, преодоление психологического кризиса;

Вместе с тем школа сотрудничает с Центром диагностики и консультирования г. Бокситогорска.



Цель сотрудничества: обеспечение диагностико - коррекционного психолого – медико - педагогического сопровождения обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии и/или состояниями декомпенсации, исходя из реальных возможностей образовательного учреждения и в соответствии со специальными образовательными потребностями, возрастными и индивидуальными особенностями, состоянием соматического и нервно-психического здоровья обучающихся, воспитанников.

Задачи сотрудничества:

- комплексное обследование детей школьного возраста, имеющих трудности в обучении и адаптации, отклонении в развитии с целью организации реабилитационного воздействия и процесса обучения в соответствии с индивидуальными возможностями;
- выявление и ранняя (с первых дней пребывания ребенка в образовательном учреждении) диагностика отклонений в развитии и/или состояний декомпенсации;
- выявление резервных возможностей ребенка, разработка рекомендаций по оптимизации учебно-воспитательной работы;
- составление оптимальной для развития учащихся индивидуальной программы психолого-педагогического сопровождения;
- определение характера, продолжительности и эффективности специальной (коррекционной) помощи в рамках имеющихся в данном образовательном учреждении возможностей;
- организация школьного здоровьесберегающего образовательного пространства с целью профилактики физических, интеллектуальных и эмоциональных перегрузок и срывов.
- подготовка и ведение документации, отражающей актуальное развитие ребенка, динамику его состояния, уровень школьной успешности.
- организация профессионального взаимодействия между специалистами школы и педагогическими коллективами других учреждений.

В школе целью здоровьесберегающей педагогики является последовательное формирование здоровьесберегающего образовательного пространства с обязательным использованием всеми педагогами здоровьесберегающих технологий.

Из образовательных технологий учителями применяются следующие технологии:

- педагогика сотрудничества;
- технология проектирования;
- технологии оздоровления и профилактики.
- оздоровление детей посредством различных движений - кинезотерапия. Известно, что движения являются основным стимулятором жизнедеятельности организма человека. Физические упражнения повышают общий тонус, активизируют защитные силы организма.
- музыкотерапия — это психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства. Лечение искусством становится в настоящее время центром современных технологий сохранения и укрепления здоровья детей.

Система физкультурно - оздоровительной работы в школе направлена на обеспечение рациональной организации двигательного режима обучающихся, нормального физического развития и двигательной подготовленности обучающихся всех возрастов, повышение адаптивных возможностей организма, сохранение и укрепление здоровья обучающихся и формирование культуры здоровья. Сложившаяся система включает:

- полноценную и эффективную работу с обучающимися всех групп здоровья (на уроках физкультуры, в кружках и т. п.);
- рациональную и соответствующую организацию уроков физической культуры и занятий активно-двигательного характера на ступени начального общего образования;
- чередование уроков и внеучебной деятельности в первой половине дня;

- организацию динамических перемен, физкультминуток на уроках, способствующих эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности;
- организацию работы спортивных секций и создание условий для их эффективного функционирования;
- регулярное проведение спортивно-оздоровительных мероприятий (дней спорта, соревнований, олимпиад, и т. п.).

Развиваемые у учащихся в образовательном процессе компетенции в области здоровьесбережения выявляются в процессе урочной и внеурочной работы. На уроках в процессе обсуждения вопросов, связанных с охраной и укреплением здоровья, во внеурочной деятельности в процессе реализации дополнительных программ оздоровительной направленности.

В школе созданы и реализуются программы внеурочной деятельности, направленные на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Сложившаяся система работы с родителями (законными представителями) по вопросам охраны и укрепления здоровья детей направлена на повышение их уровня знаний и включает:

- проведение соответствующих лекций, семинаров;
- привлечение родителей (законных представителей) к совместной работе по проведению оздоровительных мероприятий и спортивных соревнований (Приложение 5).

В ежегодном плане воспитательной работы школы, а также в программах внеурочной деятельности классных руководителей имеется спортивно – оздоровительное направление. Его целью является формирование основ здорового образа жизни, создание условий для занятий активными формами отдыха. К данному направлению относится комплекс мероприятий, направленных на формирование у детей потребности в здоровом образе жизни. Это спортивные соревнования различного уровня, тематические классные часы с привлечением специалистов, проведение в школе Дней здоровья, ежегодные мониторинговые исследования уровня здоровья детей, тематические

родительские собрания, выставки детских работ и многое другое. К работе привлекаются работники ГИБДД, пожарная часть, библиотекари, работники поликлиники.

11 декабря 2014 года в школе состоялось открытие спортивного клуба. Это общественная организация учителей и учащихся, способствующая развитию физической культуры, спорта и туризма в школе (Приложения 6,7). Целью открытия стали организация и проведение спортивно - массовой работы в образовательном учреждении во внеурочное время и формирование у обучающихся ценностного отношения к своему здоровью, привычек к активному и здоровому образу жизни. Основными задачами являются следующие:

- привлечение обучающихся школы, педагогов и родителей к систематическим занятиям физической культурой и спортом для укрепления их здоровья и формирования здорового стиля жизни;
- активизация физкультурно - спортивной работы и участие всех обучающихся в спортивной жизни школы;
- укрепление здоровья и физического совершенствования обучающихся школы на основе систематически организованных и обязательных внеклассных спортивно - оздоровительных занятий всех детей;
- обеспечение внеурочной занятости детей «группы риска»;
- закрепление и совершенствование умений и навыков обучающихся, полученных на уроках физической культуры, формирование жизненно необходимых физических качеств;
- воспитание у школьников общественной активности и трудолюбия, творчества и организаторских способностей;
- привлечение к спортивно-массовой работе в клубе известных спортсменов, ветеранов спорта, родителей обучающихся школы;
- профилактика таких асоциальных проявлений в детской и подростковой среде, как наркомания, курение, алкоголизм.

В рамках спортивного клуба организуется спортивно - массовая работа с детьми младшего школьного возраста, проводятся внутришкольные соревнования, товарищеские спортивные встречи между классами и другими школами согласно календарю спортивно - массовых мероприятий на учебный год, выявляются лучшие спортсмены класса, школы, награждаются грамотами, дипломами лучшие спортсмены, проводится широкая пропаганда физической культуры и спорта в школе, расширяется и укрепляется материально-техническая база школы, происходит информационное обеспечение спортивной жизни школы через сменные информационные стенды.

Режим дня и правила поведения воспитанников пришкольного интерната составляются с учетом возрастных особенностей детей, санитарно – гигиенических требований и всех работ, связанных с самообслуживанием. На время проживания в интернате обучающиеся, в соответствии с установленными нормами, обеспечиваются постельными принадлежностями, учебниками, а также играми и игрушками, мягким инвентарем, хозяйственным инвентарем. Интернат имеет следующие помещения: отдельные комнаты для спален девочек и мальчиков, отдельные санитарные комнаты для девочек и мальчиков, комната для самоподготовки, комната для отдыха и игр, помещение для приема пищи, бытовая комната (необходимые приспособления для стирки и глажки белья), сушильная комната, а также оборудование, хозяйственные постройки и хозяйственный инвентарь.

Воспитательная работа в интернате проводится с учетом привития трудовых навыков воспитанникам, сочетая отдых и оздоровление. Физическое воспитание осуществляется правильной организацией всего режима дня, привитием воспитанникам гигиенических навыков, ежедневными занятиями утренней гимнастикой, различными видами спорта, проведением прогулок и туристических походов, занятиями на свежем воздухе и т. д.

Медицинское обслуживание воспитанников, проживающих в интернате, осуществляется специально закрепленным за интернатом органом здравоохранения, медицинским персоналом (медсестра), который наряду с

администрацией школы и интерната несет ответственность за сохранность жизни и здоровья, физическое развитие воспитанников, проведение лечебно – профилактических мероприятий, соблюдение санитарно – гигиенических норм и режима дня. Обучающиеся, принятые в интернат, бесплатно обеспечиваются общим четырёхразовым питанием: завтрак, обед, ужин, полдник.

Таким образом, в образовательном учреждении созданы все необходимые условия для формирования культуры здоровья школьников.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исходя из определения понятий «здоровье» и «культура здоровья», можно определить содержание понятия «культура здоровья» как процесс осознания, объяснения, понимания субъектом ценности своего здоровья как значимой функции организма, и результат этого процесса, выраженный в виде познавательного интереса или цели.

Процесс формирования культуры здоровья у детей школьного возраста включает в себя усвоение знаний, формирование отношений, приобретение практики адекватного поведения.

Таким образом, ребенку должна быть предоставлена возможность получать информацию о физическом, психическом и социальном здоровье, должен быть обеспечен процесс активного его усвоения; следует помочь ребенку оценить события, явления, поступки и формировать отношение и создавать как можно больше возможностей для реального поведения, поступков, действий.

Главным результатом воспитания культуры здоровья у учащихся является овладение здоровыми жизненными навыками, изменение отношения к физическому, психическому, социальному здоровью (повышение жизнестойкости, дружелюбность по отношению к взрослым и другим детям, коммуникабельность, готовность помочь, дисциплинированность, уменьшение факторов риска употребления алкоголя, табака и наркотиков и отклоняющего поведения у детей и т.п.), то есть ребёнок, способный к осознанию ценности своего здоровья, обладающий здоровыми жизненными навыками; способный к рефлексии, умеющий оценивать и владеть своими чувствами, выбирать поведение, управлять собой; способный к пониманию, сочувствию, состраданию другому; способный получать удовольствие от жизни, радоваться, быть счастливым.

Конечно же, формирование культуры здоровья возможно только благодаря множеству условий, например, таких как экологические условия окружающей среды, экономическое положение семьи, место здоровья в

иерархии потребностей конкретной семьи, согласованность действий всех институтов воспитания на формирование культуры здоровья.

Формирование основ культуры здоровья, здорового и безопасного образа жизни у обучающихся школы является одной из приоритетных целей современного образования.



**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Амосов, Н.М. Эксперимент по преодолению старости. – М.: АСТ, 2003. – 128 с.
2. Базарный В.Ф. Программа экспресс – диагностики динамики психосенсорного, функционального и физического развития учащихся. – Сергиев - Посад.: Загорская типография, 1995. – 70 с.
3. Бальсевич В.Х. Физическая культура для всех и каждого. – М., Физкультура и спорт, 1988. – с. 45.
4. Барчуков И.С. Физическая культура и спорт. Методология, теория, практика. – М.: Академия, 2009. – с.41.
5. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – с. 100
6. Варламова С.И. Здоровье наших учеников. - Начальная школа. - 2003. - № 2.
7. Грач И.С. Здоровый образ жизни: Сущность понятия и содержание работы по его формированию. - Образование. - 2002. - № 5.
8. Картушина Марина Юрьевна. Быть здоровыми хотим. - М.: Сфера, 2004. – 382 с.
9. Качашкин В.М. Методика физического воспитания в школе. – Л., 1989. – с.57.
10. Кулагина И.Ю. Младшие школьники: Особенности развития. – М.: Эксмо, 2009. - с.47.
11. Кузнецов В.С. Физическая культура. Физкультурно – оздоровительная работа в школе. – М.: НЦ ЭНАС, 2006. – с.6.
12. Куинджи Н.Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников. - М.: Аспект Пресс, 2000. - 139 с.
13. Лисицын Ю.П. Санология – наука об общественном здоровье и здоровом образе жизни. – М: 2001. –231 с.
14. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Учебник для институтов физической культуры. – М.: ФиС, 1991. – с. 74
16. Мочалова Н.М. Типовые ошибки организации урока. – Уфа, 2002. – с.35.

17. Панасюк В.П. Системное управление качеством образования в школе. – С – Пб.: Издательство Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2000. – с.12.
18. Петленко В.П. Основные методологические проблемы теории медицины. - Л.: Медицина, 1982, с. 178.
19. Психологический словарь. - М., Педагогика, 2003 – 126 с.
20. Разумов А.Н. Здоровье здорового человека (Основы восстановительной медицины) - М.: Медицина, 1996. - с.8.
21. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. - М., 2005. - 383с
22. Татарникова Л.Г. Российская школа здоровья и индивидуального развития детей. – СПб.: Санкт – Пб ГУПМ, 1993. – 118 с.
23. Формирование здорового образа жизни российских подростков: для классных руководителей 5 - 9 классов: учебно-методическое пособие. - М.: Владос, 2003. – 190 с.
24. Холодцева Е. Л. Конкурентоспособность в системе разноуровневых характеристик личности специалистов социальной сферы. - Барнаул, БГПУ. – 2006 - 214с.
25. Шишов С.Е., Кальней В.А. Школа: мониторинг качества образования. – М.: Педагогическое общество России, 2000. - с.15.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Мероприятия по сохранности и укреплению здоровья школьников в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа – интернат п. Ефимовский»

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Анализ состояния здоровья обучающихся (на основе углубленного осмотра): учет заболеваемости, по группам здоровья. Обновление банка данных о заболеваемости обучающихся	Сентябрь, октябрь	Медслужба
2.	Мониторинг состояния здоровья обучающихся	В течение года	Медслужба Классные руководители
3.	Организация специальной медицинской группы для занятий физической культурой	Сентябрь	Медслужба Учителя физкультуры Классные руководители
4.	Усовершенствование материальной базы медицинского кабинета	Ежедневно	Администрация Медслужба
5.	Организация профилактической работы во время эпидемий	Во время эпидемий	Медслужба
6.	Проведение на уроках физминуток, динамических пауз	Систематически	Учителя – предметники
7.	Поддержание санитарно – гигиенического режима в школе (световой и тепловой режим, проветривание, состояние мебели, окон и т.д.)	Постоянно	Администрация Медслужба Педагоги
8.	Рациональное составление расписания уроков, не допускающее перегрузок	Сентябрь	Администрация
9.	Организация активного отдыха на переменах	Постоянно	Педагог- организатор Педагоги

10.	Работа школьной психологической службы: диагностика, организация психоэмоциональной разгрузки учителей и обучающихся	По необходимости	Педагог-психолог
11.	Проведение уроков и занятий, непосредственно формирующих здоровый образ жизни: физкультура 3 ч. в неделю, спортивные секции, спортивные мероприятия	Постоянно	Учителя физкультуры
12.	Осмотр кабинетов (аттестация рабочих мест); их соответствие санитарно – гигиеническим, психофизическим, эстетическим требованиям	По плану	Администрация
13.	Обеспечение соблюдения правил ПБ в школе	Постоянно	Администрация Учителя – предметники
14.	Проверка состояния охраны труда в школе и документации по ТБ в учебных кабинетах	По плану внутришкольного контроля	Администрация Ответственный за охрану труда
15.	Оформление листков здоровья в классных журналах	Сентябрь	Классные руководители Медслужба
16.	Организация горячего питания	В течение учебного года	Администрация
17.	Организация отдыха и оздоровления обучающихся в летний период	Май – август	Администрация
18.	Проведение медосмотра сотрудников школы	В течение года	Администрация
19.	Организация готовности ОУ к новому учебному году	Июнь - август	Администрация

**Гигиеническое, санитарно–просветительное воспитание школьников  
в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа –  
интернат п. Ефимовский»**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Проведение тематических классных часов по нравственному воспитанию и здоровому образу жизни	Октябрь, ноябрь, март, апрель	Классные руководители
2.	Проведение Дней здоровья	В течение года	Администрация
3.	Обеспечение соблюдения правил ТБ и ПБ во время каникул	Каникулярное время	Администрация классные руководители

**Работа по преодолению у обучающихся вредных привычек  
в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа –  
интернат п. Ефимовский»**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Индивидуальные беседы с детьми «группы риска»	Систематически	Администрация Социальный педагог
2.	Тематические классные часы о вреде алкоголя, курения и употребления наркотиков	По планам ВР	Классные руководители
3.	Встречи обучающихся с работниками полиции, медицинскими работниками	По необходимости	Администрация Социальный педагог
4.	Анкетирование обучающихся по проблемам наркомании, алкоголизма, курения	По необходимости	Социальный педагог Классные руководители

**Физкультурно-массовая оздоровительная работа  
в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа –  
интернат п. Ефимовский»**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Анализ занятости детей физкультурой и спортом: организация занятости обучающихся в спортивных секциях	Сентябрь	Администрация Классные руководители
2.	Составление плана спортивно-массовых мероприятий	Сентябрь	Учителя физкультуры
3.	Участие в соревнованиях	Весь период	Администрация Учителя физкультуры
4.	Работа школьного спортивного клуба «Олимпик.ру»	Сентябрь, май	Администрация Педагог-организатор Учителя физкультуры

**Работа с родителями по оздоровлению обучающихся  
в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа –  
интернат п. Ефимовский»**

№	Мероприятия	Сроки	Ответственные
1.	Включение в повестку общешкольных и классных родительских собраний выступлений по темам оздоровления обучающихся	По плану ВР ОУ	Администрация Классные руководители
2.	Приглашение на родительские собрания медицинских работников, сотрудников полиции	По необходимости	Администрация Классные руководители
3.	Организация индивидуальных консультаций для родителей	В течение года	Администрация Социальный педагог Классные руководители
4.	Участие родителей в спортивно-оздоровительных мероприятиях	По плану ВР школы	Администрация Классные руководители
5.	Родительские всеобучи	По плану ВР школы	Классные руководители



**Устав  
школьного спортивного клуба «Олимпик.ru»**

**1. Названия, цели и задачи общественного объединения.**

1.1 Название школьного спортивного клуба принимается общим решением собрания.

1.2 Спортивный клуб ставит своей целью развитие физической культуры и спорта среди обучающихся как одного из важных средств воспитания детей, подростков и молодежи.

1.3 Основной задачей школьного спортивного клуба является создание условий для гармоничного развития личности, сочетающей в себе стремление к активному и здоровому образу жизни, спортивным достижениям, патриотизму, уважению старших поколений.

1.4 Учебно - тренировочная и массовая физкультурно-оздоровительная работа включает:

- создание и организацию работы спортивных секций, групп физкультурно-оздоровительной направленности;
- проведение школьных спартакиад, массовых физкультурно-оздоровительных, туристских и спортивных мероприятий, конкурсов и спортивных праздников;
- подготовку и обеспечение участия команд и отдельных спортсменов школы в различных соревнованиях;
- оказание практической помощи педагогическому коллективу в организации и проведении физкультурно-оздоровительной и спортивно-массовой работы по месту жительства.

**2. Деятельность и структура школьного спортивного клуба.**

2.1 Высшим органом школьного спортивного клуба является общее собрание членов клуба.

2.2 Общее собрание клуба:

- выбирает открытым голосованием Совет клуба сроком на один год. Количественный состав совета клуба 13 человек. В состав совета избираются: активисты физкультурной работы, родители обучающихся и представители общественных организаций;
- утверждает Устав, положение клуба, состав общественного, физкультурного актива, план работы;
- заслушивает отчеты Совета клуба. Работа спортивного клуба проводится на основе широкой творческой инициативы обучающихся в тесном контакте с классными коллективами школы. Работа клуба осуществляется под контролем администрации школы. Совет клуба избирает из своего состава председателя и заместителя председателя совета;
- организует работу клуба в соответствии с уставом, положением и законами РФ и иными нормативно-правовыми актами;
- организует спортивные секции, команды по видам спорта, группы общей

физической подготовки, судейские коллегии, туристские секции и руководит их работой;

- развивает творческую инициативу и самостоятельность учащихся, вовлекает их в активную работу, направленную на укрепление здоровья, улучшение успеваемости, укрепление дисциплины, патриотическое воспитание;
- проводит спартакиады, спортивные соревнования и праздники в школе, организует походы, экскурсии, обеспечивает участие команд клуба в соревнованиях, проводимых органами образования;
- организует и участвует в строительстве, ремонте, благоустройстве спортивных сооружений.

2.3 Руководство работой осуществляют:

- в классах — физкультурные организаторы, избираемые сроком на один год;
- в командах — капитаны, избираемые сроком на один год, спортивный сезон или на время проведения физкультурного, спортивного мероприятия;
- в судейских коллегиях — президиумы судейских коллегий по видам спорта, избираемые сроком на один год. Члены бюро секций, капитаны команд, физорги, члены президиума судейских коллегий избираются открытым голосованием.

### **3.Права Совета спортивного клуба.**

3.1 Совет спортивного клуба имеет право:

- представлять активистов клуба к награждению .

### **4.Флаг, эмблема и форма спортивного клуба.**

Спортивный клуб «Олимп» имеет свой флаг, эмблему и форму, утвержденные советом клуба.

### **5. Отчет о работе спортивного клуба.**

Совет клуба отчитывается о своей работе на общем собрании членов клуба.

### **6. Обязанности членов спортивного клуба.**

- Заботиться о своем физическом развитии, сохранении и укреплении своего здоровья путем занятий физическими упражнениями и спортом.
- Показывать личный пример активного образа жизни.
- Соблюдать требования положения о спортивном клубе и устава.

Члены спортивного клуба за спортивные достижения и активное участие в его работе могут быть поощрены морально и материально.

### **7.Финансирование деятельности клуба.**

7.1 Деятельность спортивного клуба осуществляется на общественных началах.

7.2 Администрация школы предоставляет спортивному клубу в бесплатное пользование школьные спортивные сооружения, инвентарь и оборудование.

**8.Порядок прекращения деятельности спортивного клуба.**

Спортивный клуб прекращает свою деятельность по решению общего собрания и другим основаниям, предусмотренным действующим законодательством.

**Достижения  
школьного спортивного клуба «Олимпик.ги» в спортивных  
соревнованиях в 2014/2015 учебном году**

команда/вид спорта	этап	бадминтон	флорбол на валенках	флорбол в зале	баскетбол
команда девушек	муниципальный	-	1 место	2 место	3 место
	зональный (область)	4 место	3 место		-
	финал (область)	-	-		-
команда юношей	муниципальный	-	3 место	3 место	3 место
	зональный (область)	4 место	-		-
	финал (область)	-	-		-