Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа села Краснополье
Углегорского городского округа Сахалинской области

Реализация здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс школы

(комплексная целевая программа)

с. Краснополье – 2017г.

Пояснительная записка

Актуализация проблемы

В последнее время проблема сохранения и укрепления здоровья волнует все категории населения, поскольку здоровье является одной из главных ценностей человека. И не столько потому, что человек хочет прожить свою жизнь достойно или весело, сколько потому, что он еще оставит после себя потомство – будущее поколение, которое также призвано сохранить себя ради будущего. Более того, современное общество испытывает глубинные внутренние изменения, которые касаются всех сфер жизни человека – повседневного быта, жизненных ценностей и установок, социума и материального благополучия, взаимоотношений с окружающими и так далее. В этом аспекте вопрос сохранения и укрепления здоровья становится одним из приоритетных в жизни человека.

В последние годы, согласно данным РАМН, было установлено, что ухудшение состояния здоровья и снижение функциональных возможностей современных детей в сравнении с их сверстниками 70-х годов двадцатого века в совокупности с увеличением объема образовательных нагрузок и интенсификацией жизнедеятельности является причиной менее адекватного реагирования и более выраженного утомления на различные нагрузки. Также выявлена тенденция увеличения уровня заболеваемости взрослых и детей, что обусловлено коренными изменениями образа и ритма жизни человека, а также проблемами общегосударственного уровня в вопросах здравоохранения. При этом увеличение частоты всех классов болезней происходит в возрастные периоды именно детства, совпадающие с получением ребёнком общего среднего образования. Негативные тенденции роста заболеваемости детей в процессе обучения повышают актуальность проблем охраны здоровья учащихся. В целом число детей с хронической патологией за время обучения в школе возрастает более чем в полтора раза.

Здоровье школьников тесно связано с состоянием школьной среды, личностью учителя и педагогическими технологиями.

Количество случаев нарушения здоровья возрастает в периоды наиболее существенных изменений условий обучения: при поступлении в школу (адаптация в 1 классе), переходе к предметному обучению (адаптация в 5 классе) и на третью ступень школы (адаптация в 10 классе). Исследования показали, что заболеваниям в эти периоды

нередко предшествует выраженная эмоционально-стрессовая реакция, возникающая в связи с необходимостью приспосабливаться к новым микросоциальным условиям. Нарушения здоровья учащихся часто имеют дезадаптационный генезис. Поэтому мероприятие направленные на уменьшение выраженности психоэмоционального стресса и на повышение функциональных ресурсов организма в процессе школьного обучения, являются важным компонентом системы активной деятельности и взаимодействия всех участников образовательного процесса – обучающихся, педагогов, родителей – в вопросах создания здоровьесберегающей среды в школе.

Существует более трехсот определений понятия «здоровье». Всемирная Организация Здравоохранения (ВОЗ) определяет здоровье не только как отсутствие болезней, но и как состояние полного физического, душевного и социального благополучия. Для эффективной организации здоровьесберегающего образовательного пространства необходимо ясное представление о разных сторонах здоровья, поэтому в качестве рабочих понятий для целеполагания и постановки задач используются следующие определения:

Физическое здоровье - это совершенство саморегуляции в организме, гармония физиологических процессов, максимальная адаптация к окружающей среде (педагогическое определение); это состояние роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции (медицинское определение).

Психическое здоровье - это высокое сознание, развитое мышление, большая внутренняя и моральная сила, побуждающая к созидательной деятельности (педагогическое определение); это состояние психической сферы, основу которой составляет статус общего душевного комфорта, адекватная поведенческая реакция (медицинское определение).

Социальное здоровье - это здоровье общества, а также окружающей среды для каждого человека.

Нравственное здоровье - это комплекс характеристик мотивационной и потребностно - информативной сферы в жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе.

Духовное здоровье - система ценностей и убеждений.

Статистические данные о состоянии здоровья детей

Наиболее показательными для реального отражения состояния здоровья детей являются показатели и статистические данные по заболеваемости. По данным официальных исследований, проведенных в 2015-2016 годах ФГБОУ ВПО «РНИМУ им. Н.И. Пирогова» Минздрава России (руководитель исследования Н.В. ПОЛУНИНА, член-корреспондент РАМН, д.м.н., профессор, заведующая кафедрой общественного здоровья и здравоохранения) уровень заболеваемости у детей от 0 до 16 лет имеет стойкую тенденцию к росту. В целом за последние 20 лет уровень заболеваемости детского населения увеличился на 68,4%, а подростков — на 98,4%. В структуре заболеваемости детского населения от 0 до 16 лет включительно 1-е место занимают болезни органов дыхания; 2-е место травмы и отравления; 3-е место болезни кожи и подкожной клетчатки; 4-е место болезни органов пищеварения; 5-е место инфекционные и паразитарные болезни.

Обращает на себя внимание рост за период с 1990 по 2011 г. среди детей и подростков уровня травматизма в 1,5 раза, болезней костно-мышечной системы в 4,8 раза, мочеполовой системы в 3,9 раза, органов пищеварения в 2,1 раза, кожи и подкожной клетчатки в 1,9 раза, глаза и его придаточного аппарата на 28,3%. Благоприятным моментом является снижение уровня заболеваемости инфекционными заболеваниями на 22,6%. Согласно региональным данным по последнему показателю на территории Сахалинской области, напротив, наблюдается тенденция к увеличению на 3,6% в сравнении с предыдущим пятилетием. Эту же тенденцию мы наблюдаем в школе.

Наиболее ранимой группой являются длительно и часто болеющие дети и подростки. Установлено, что удельный вес этой группы в зависимости от возраста колеблется от 15 до 30% от общего числа детей. За счет данной группы сохраняется высокий уровень заболеваемости детского населения и подростков. У таких детей чаще формируются хронические заболевания и поддерживается высокая распространенность хронической патологии. Наличие хронического процесса часто приводит к инвалидности, которая сохраняется на высоком уровне. Число детей-инвалидов возросло со 156 тыс. в 1990 г. до 541 тыс. в настоящее время. Данные по Сахалинской области подтверждают эту тенденцию – с 2011 года число детей инвалидов увеличилось на 1,7%. В школе на данный момент обучаются 1 ребенок инвалид и 9 детей с ограниченными возможностями здоровья.

Таким образом, приведенные данные свидетельствуют о том, что состояние здоровья детей и подростков РФ характеризуется ростом уровня заболеваемости в целом и по отдельным классам болезней; увеличением удельного веса детей, страдающих хроническими заболеваниями; снижением количества здоровых детей во всех возрастно-половых группах. Это говорит о том, что для разработки оздоровительных мероприятий необходимо определить наиболее значимые для здоровья детей факторы, среди которых наибольшее влияние оказывают социально-гигиенические факторы, а также физическая и двигательная активность.

Отмечено, что значительная часть детей и подростков имеет низкий уровень физической активности, не выполняет рекомендации врача, имеет недостаточный сон и нарушения питания, своевременно не обращается к врачу, пробовали курить, употреблять алкогольные напитки и имеет другие негативные факторы медицинской активности. Опрос детей школьного возраста о факторах, сохраняющих здоровье, показал, что большинство опрошенных (73,4%) считают здоровье главной ценностью в жизни, поэтому убеждены в необходимости правильного питания, высокой двигательной активности, отсутствия вредных привычек и т.д., а также проявляют желание и готовность вести здоровый образ жизни.

В то же время желаемое поведение не всегда осуществляется в повседневной жизни. К сожалению, сведения о здоровом образе жизни и факторах, оказывающих влияние на здоровье, дети получают в основном не от медицинских работников (29,6%) и родителей (18,9%), а от друзей и товарищей (49,6%), а также из собственного, не всегда удачного опыта (45,7%). Обращает на себя внимание, что подавляющее большинство детей и подростков (86,3%) не всегда доверяют рекламе здорового образа жизни и более половины из них (63,6%) хотели бы выполнять по здоровому образу жизни. При этом семья играет ведущую роль в формировании элементов здорового образа жизни. Приведенные данные свидетельствуют, что подрастающее поколение существенную роль отводит сложившимся взаимоотношениям в семье, которые оказывают влияние на формирование соответствующего поведения у родителей и детей.

В связи с этим была разработана программа по созданию здоровьесберегающего образовательного пространства и реализации

оздоровительных мероприятий, направленных на элиминирование факторов, отрицательно воздействующих на здоровье.

Нормативное и законодательное обеспечение программы:

- Конституция РФ; Конвенция о правах ребенка;
- Закон РФ “Об основных гарантиях прав ребенка”;
- Закон РФ “Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан”;
- Письмо Минобразования РФ от 26.06.2003 г. № 23-51-513/16 “Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования”;
- Письмо Минобразования РФ от 28.04.2003 № 13-51-86/13 “Об увеличении двигательной активности обучающихся ОУ// Вестник образования – 2003, июль №7; “Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждениях, СанПиН 2.4.2.1178-02” // Официальные документы в образовании – 2003, №3; приказа Минобразования, Минздравоохранения РФ от 31.05.2002 № 176/2017 “О мерах по улучшению охраны здоровья детей в РФ” // Официальные документы в образовании 20/2002;
- «Основы законодательства РФ по охране здоровья граждан».
- Федеральный закон «О санитарно-эпидеологическом благополучии населения»
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ»
- Федеральный закон «Об ограничении курения табака»
- Постановление Правительства РФ «Об утверждении Положения о социально-гигиеническом мониторинге»
- Закон РФ «Об образовании от 29.12.12г. №273
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка РФ», №124-ФЗ от 24.07.98г.
- «Основы законодательства РФ об охране здоровья граждан» №5487-1 от 22.06.93г.
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 30.08.13г. №1014 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам-образовательным программам дошкольного образования.

- Закон Российской Федерации «Об иммунопрофилактике инфекционных заболеваний»;
- Постановление Правительства Российской Федерации «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, развития детей, подростков и молодежи» № 916 29.12.2001г.;
- Приказ Министерства здравоохранения Российской Федерации и Министерства образования Российской Федерации « О мерах по улучшению охраны здоровья детей в Российской Федерации» № 176/2017 от 31.05.2002 г.
- Приказ Министерства образования российской федерации, Министерства здравоохранения Российской Федерации, Государственного комитета Российской Федерации по физической культуре и спорту, Российской Академии образования « О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» № 2712/227/166/19 от 16.07.2002 г.;
- СанПиН 2.4.1.3049-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы в дошкольных организациях» (утверждены Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 15.05.2013 г. № 26).

Актуальность и целевая направленность программы

Даже краткий обзор состояния детского и взрослого населения страны показывает прогрессирующие тенденции к росту заболеваемости, снижению уровня здоровья и к сокращению продолжительности жизни. Еще Сократ говорил «Здоровье – не все, но все без здоровья – ничто». Вместе с тем, все более очевиден факт, что усилиями только медиков, ориентированными лишь на лечение уже возникших нарушений здоровья, не удастся снизить риски возникновения и прогрессирования патологий, хронических заболеваний и тяжелых форм нарушения здоровья вплоть до инвалидности.

Необходимы другие, принципиально новые подходы, при сохранении всего лучшего, что накоплено в стране в области предупреждения и лечения заболеваний. Это новое должно проистекать из необходимости приобщить самого человека к заботе о своем здоровье, пробудить его заинтересованность и активность в сохранении и укреплении своего здоровья. Решение такой задачи посильно не столько какому-либо конкретному специалисту, сколько продуманному и системному координированию

работы различных ведомств с использованием современных эффективных технологий и техник оздоровления, развития стратегий здорового образа жизни. Приоритетным в данной работе становится психолого-педагогическое взаимодействие не только с детьми, но и с родителями.

Исходя из сложившихся предпосылок и факторов целью программы становится:

- Создание оптимальных условий для сохранения и укрепления психического и физического здоровья детей – здоровьесберегающей среды в школе;
- Развитие стратегий здорового образа жизни у ребенка и окружающих его взрослых.

Для реализации поставленных целей необходимо решение следующих задач:

- Разработать и реализовать тематические компоненты для организации урочной и внеурочной деятельности, программы тренингов и уроков здоровья для детей и родителей; направленных на развитие стратегий здорового образа жизни.
- Скоординировать действия педагогов, психолога, узких специалистов, врачей, родителей по сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья детей.
- Внедрить современные методы мониторинга здоровья и условий образовательной среды.
- Организовать просветительскую работу, направленную на интериоризацию целей по сохранению и укреплению здоровья участников образовательного процесса.
- Создать благоприятную психологическую обстановку в школе.
- Обеспечить выполнение гигиенических требований к условиям образовательного процесса, организации питания обучающихся.
- Создать оптимальные условия, включая просветительскую работу, для повышения резистентности и адаптогенных свойств организма, а также эндоэкологической реабилитации.

Факторы внутришкольной среды для необходимой корректировки при годовом планировании деятельности школы

Специалисты доказали, что здоровье ребёнка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие в основном определяются средой, в которой он проводит достаточно большое время. Для ребёнка от 6 до 17 лет такой средой является школа, так как с пребыванием в учреждениях образования связано более 70 % времени

бодрствования ребёнка школьного возраста. В то же время в этот период происходят наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребёнка наиболее чувствителен к экзогенным факторам среды.

Для корректировки при планировании и организации работы по созданию здоровьесберегающей среды в школе и с целью снижения дезадаптирующих влияний, используется развёрнутый перечень внутришкольных факторов, небезразличных для здоровья обучающихся.

I. Гигиенические условия:

- уровень шума, освещённость, воздушная среда;
- размер помещений (кубатура);
- дизайн, цвет стен (видеоэкологические факторы);
- качество используемых стройматериалов;
- мебель: размеры, размещение в помещении;
- видеоэкранные средства - компьютеры, телевизоры;
- пищеблок: ассортимент, качество пищи, организация питания, качество питьевой воды, используемой в школе;
- экологическое состояние прилегающей к ОУ территории;
- состояние сантехнического оборудования.

II. Учебно-организационные факторы (зависящие в большей степени от администрации школы):

- объём учебной нагрузки, её соответствие возрастным и индивидуальным возможностям школьника;
- расписание уроков, распределение нагрузки по дням, неделям, в учебном году;
- организационно - педагогические условия проведения урока (плотность, чередование видов учебной деятельности, проведение физкультминуток, упражнений для зрения и т. п.);
- объём физической нагрузки - по дням, за неделю, за месяц (на уроках физкультуры, на переменах, во внеурочное время);
- особенности устава школы и норм жизни школы;
- медицинское обеспечение школы, наличие психолога;
- участие родителей в жизни школы;

- стиль управления администрации, характер отношений «по вертикали»;
- психологический климат в педагогическом коллективе, характер отношений «по горизонтали»;
- интегрированность школы в окружающий социум, влияние администрации района и других организаций на жизнь школы;
- наличие/отсутствие системы работы по формированию культуры и здорового образа жизни учащихся;
- позиция и уровень компетентности руководства по вопросам сохранения и укрепления здоровья учащихся.

III. Психолого-педагогические факторы (зависящие в большей степени от учителя):

- психологический климат в классе, на уроке, наличие эмоциональных разрядок;
- стиль педагогического общения учителя с учащимися;
- характер проведения опросов и экзаменов, проблема оценок;
- степень реализации учителем индивидуального подхода к ученикам (особенно к ученикам группы риска);
- особенности работы с «трудными подростками» в классе;
- соответствие используемых методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников;
- степень ограничений в свободе естественных телесных, эмоциональных и мыслительных проявлений учащихся на уроках (и вообще во время пребывания в школе);
- личностные психические особенности учителя - его характер, эмоциональные проявления;
- состояние здоровья учителя, его образ жизни и отношение к своему здоровью;
- степень обременённости учителя собственными проблемами, его способность к психоэмоциональному переключению;
- степень педагогической автономии и возможности инновационной деятельности учителя;

- профессиональная подготовленность учителя по вопросам здоровьесберегающих образовательных технологий.

Основные принципы организации оздоровительной работы.

Принцип научности – подкрепление всех проводимых мероприятий и реализуемых проектов, программ, направленных на укрепление здоровья, научно обоснованными и практически апробированными методами и технологиями.

Принцип активности и сознательности – участие всех субъектов образовательного пространства школы в поиске новых эффективных методов и целенаправленной деятельности по оздоровлению себя и детей.

Принцип комплексности и интегративности – решение оздоровительных задач в системе образовательного процесса и всех видов деятельности.

Принцип адресованности и преемственности – поддержание связей между возрастными категориями, учет разноуровневого развития и состояния здоровья.

Принцип результативности и гарантированности – реализация прав детей на получение необходимой помощи и поддержки, гарантия положительного результата независимо от возраста и уровня физического и психического развития детей.

Принцип интерактивности – включение на равных возможностях и совместная деятельность на основе активного индивидуального вклада каждого участника образовательного пространства школы.

Принцип психологической комфортности – создание психологически комфортной среды в школе.

Новизна программы заключается в построении на основе цикличности, интегративности, вариативности и структурно-организационной направленности, что позволяет использовать ее как основу планирования и организации деятельности в образовательном учреждении любого типа и в любых условиях. Реализация программы предполагает обновление содержания педагогических практик на основе использования современных оздоровительных технологий и включает в работу не только ребенка, но и его семью.

Организация деятельности школы по созданию здоровьесберегающего пространства

Основным принципом здоровьесберегающего обучения в школе является принцип психологической комфортности. Он предполагает снятие по возможности всех стрессообразующих факторов образовательного процесса; создание в школе и на уроке атмосферы, расковывающей учащихся. Реализация принципа психологической комфортности позволяет нашим учителям не только укрепить эмоциональное состояние обучающихся, но и повысить их работоспособность и творческую активность.

Личность учителя, его доброта, человечность, преданность делу становятся важными нравственными, познавательными, личностными ориентирами для учащихся. Поэтому так важна работа по поддержанию в педагогическом коллективе благоприятного морально-психологического климата. Он основывается на сознательной дисциплине всех работников школы, доброжелательном, объективном отношении администрации ко всем сотрудникам.

Большое значение в сохранении работоспособности и укреплении здоровья учащихся имеет правильная организация не только учебной недели, но и каждого урока. Информационные перегрузки в сочетании с постоянным дефицитом времени – ведущие факторы нарушения функционального состояния и психического здоровья учащихся. Неправильно организованный урок может стать одной из причин, вызывающих нарушения в состоянии здоровья учащихся и формирующих целый комплекс школьных проблем. Рациональная организация урока предполагает не только учёт продолжительности его отдельных моментов, но, что ещё более важно, соблюдение оптимального темпа учебной деятельности учащихся. С этой целью вводятся дни Здоровья – дни своеобразной разгрузки, в ходе которых организуются экскурсии, прогулки; организуются на уроках динамические паузы и разгрузочные физминутки.

Для снятия умственного напряжения и переутомления, а также повышения эффективности учебного труда в школе ведётся деятельность по оптимизации учебной и психологической нагрузки, которая предполагает:

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной (учебный план, расписание, урок на основе здоровьесбережения) и внеучебной нагрузки (домашние задания) учащихся на всех этапах обучения;
- проведение здоровьесберегающей экспертизы учебных программ;
- введение здоровьесберегающего компонента в учебные дисциплины;

- строгое соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении (компьютер, аудиовизуальные средства);
- индивидуализацию и дифференциацию обучения (учёт индивидуальных особенностей развития учащихся).

Для подготовки и проведения урока, отвечающего современным требованием здоровьесбережения, необходима профессиональная компетентность учителя в вопросах знания и использования здоровьесберегающих образовательных технологий, в связи с чем возникает необходимость в дополнительном повышении квалификации учителей любой специальности и работающих с разным контингентом учащихся. Здоровьесберегающие образовательные технологии являются наиболее значимыми по степени влияния на здоровье учащихся. Главный их отличительный признак – не место, где они реализуются, а использование психолого-педагогических приёмов, методов, технологий, подходов к решению возникающих проблем.

Применяемые в школе здоровьесберегающие образовательные технологии основаны на:

- возрастных особенностях познавательной деятельности учащихся;
- обучении на оптимальном уровне трудности (сложности);
- вариативности методов и форм обучения;
- оптимальном сочетании двигательных и статических нагрузок;
- обучении в малых группах;
- использовании наглядности и сочетании различных форм предоставления информации;
- создании эмоционально благоприятной атмосферы;
- формировании положительной мотивации к учёбе («педагогика успеха»);
- накапливании у обучающихся знаний по вопросам здоровья.

Учитывая, что школа один из первых социальных институтов, с которым сталкивается человек в процессе своего биологического и социального становления, нами было определено, что в дальнейшем именно срывы при адаптации в социуме будут приводить к постепенной утрате человеком того запаса «прочности», которое принято называть здоровьем.

Введение в школьные образовательные программы здоровьесберегающего компонента способствует тому, что каждый обучающийся получает необходимые знания, умения и навыки по сохранению своего здоровья.

Важной задачей психолога и социального педагога является организация и проведение работы с учащимися, требующими к себе особого внимания: детьми из малообеспеченных семей, со сниженными интеллектуальными возможностями и заниженной самооценкой, испытывающими трудности в обучении и общении. Поэтому школьный психолог и социальный педагог регулярно проводят занятия, которые способствуют развитию социальной адаптации и саморегуляции «трудных» детей. На родительских собраниях осуществляется родительский всеобуч в совместном взаимодействии психолога, социального педагога, учителей и администрации школы через тематические блоки или интерактивные лекционные экскурсы, тренинги.

Для выявления стрессогенных факторов и причин нарушения психологической комфортности, осуществления своевременной помощи и коррегирования проблемных сфер всем участникам образовательного процесса необходима работа психолого-социально-педагогической службы.

Структура оздоровительного пространства школы

Ожидаемые результаты

- Улучшение показателей состояния здоровья детей.
- Осознание необходимости и развитие стратегий здорового образа жизни ребенка и членов его семьи.
- Уменьшение стрессогенного влияния внешних внутришкольных факторов на здоровье детей.
- Оптимальная здоровьесберегающая образовательная среда
- Улучшение санитарно-гигиенических условий образовательного процесса.
- Функционирование системы комплексного мониторинга состояния здоровья учащихся, деятельности по созданиюздоровьесберегающей среды.
- повышение квалификации работников школы, их заинтересованности в укреплении здоровья учащихся.

С целью создания единого здоровьесберегающего пространства в школе было определено, что участники здоровьесберегающего пространства должны находиться в постоянном взаимодействии, форма которого определяется их ролями.

Оценка эффективности программы

Оценка эффективности осуществляется в соответствии с критериальной базой и параметрами, выделенными в образовательной программе школы и системы общешкольного мониторинга. Исследования проводятся по следующим направлениям:

1. Диагностика уровня и динамики развития ребенка – нейропсихологическое, умственное, социальное, физическое развитие.
2. Отслеживание функционального состояния организма ребенка, уровня резистентности и стрессоустойчивости.
3. Антропометрические измерения.
4. Качество и валеологическая обоснованность развивающей средына занятиях.
5. Оптимальность санитарно-гигиенических и технологических условий пребывания в школе, организации рационального питания.
6. Комфортность пребывания и степень удовлетворенности работой школы родителями и детьми
7. Степень и направления изменений в стратегиях поведения относительно принципов здорового образа жизни.

Литература

1. Абаскалова Н. Здоровью надо учить! Валеология через школьные предметы., Новосибирск: Лада, 2000
2. Акбашев Т. Ф., Солдатова Т. А. Всеобщая валеограмотность, Илией, 1997
3. Актуальные проблемы валеологии в образовании. Материалы первой Всероссийской научно-практической конференции, М., 1997
4. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка: экспресс-контроль в школе и дома. – М.: Издательство АРКТИ, 2005
5. Безруких М. М., Ефимова С. П. Как получить пятерку за здоровье, Тула: Арктаус, 1996
6. Зайцев Г. К., Зайцев А. Г. Твое здоровье. Укрепление организма, СПб.: Акцидат, 1997
7. Здоровьесберегающая деятельность школы: мониторинг эффективности: методические рекомендации для педагогов и руководителей образовательных учреждений / автор-составитель Ю.В. Науменко. //Москва, издательство «Глобус», 2009. – 124с.
8. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе/ автор-составитель А.А. Цабыбин, Волгоград, издательство «Учитель», 2009.
9. Здоровьесберегающие технологии в современной школе/автор-составитель С.В.Агеева// Справочник классного руководителя, октябрь 2007. - №10. -с.48-51.
10. Здоровьеформирующая практика образовательных учреждений/автор-составитель А.В.Остапенко // Справочник руководителя образовательного учреждения, июль 2009.- №7.- с.20-24.
11. Значение здоровьесберегающих и оздоровительных технологий в школе/автор-составитель И.К.Рапопорт //Справочник руководителя образовательного учреждения, июль 2009.- №7.- с.7-9.
12. Ирхин В. Н., Ирхина И. В. Валеологически обоснованный урок в современной школе, Барнаул: АКИПКРО, 1998
13. Куинджи Н. Н. Валеология. Пути формирования здоровья школьников, М.: Аспект-Пресс, 2000
14. Маршруты здоровья: информационно-методические материалы по организации здоровьесбережения в образовательных учреждениях Республики Коми /

авторы-составители Э.В. Качмарчик, С.А. Уланова, Сыктывкар, Республиканский центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции «Образование и здоровье», 2008

15. Опыт решения проблемы «школа и здоровье» в России за 100 лет/автор-составитель М.М.Безруких//Справочник руководителя образовательного учреждения, июль 2009.- №7.- с.10-19.

16. Организация работы по сохранению и укреплению здоровья школьников/автор-составитель М.Г.Нигматуллина //Практика административной работы, 2009.- №1. - с.59-61

17. Педагогические советы: актуальные проблемы школы, современные педагогические технологии/ авторы-составители Л.А. Вагина, Е.Ю. Дорошенко, Волгоград: издательство «Учитель», 2008

18. Попов С. В. Валеология в школе и дома. О физическом благополучии школьников, СПб.: Союз, 1997

19. Применение оздоровительных технологий в учреждениях образования/автор-составитель Н.Синельникова//Справочник руководителя образовательного учреждения, сентябрь 2009.- №9.- с.37-39.

20. Программа «Здоровье» в школе/автор-составитель Н.А.Логинова//Справочник классного руководителя, октябрь 2007. - №10. -с.37-45.

21. Система работы «Школа здоровья»/автор-составитель М.О.Марченко// Справочник руководителя образовательного учреждения, октябрь 2009.- №10. - с.67-79.

22. Сопровождение здоровья учащихся в образовательном учреждении: система работы, мониторинг/ составители М.А. Павлова, О.С. Гришанова, Е.В. Гусева, Волгоград, издательство «Учитель», 2010

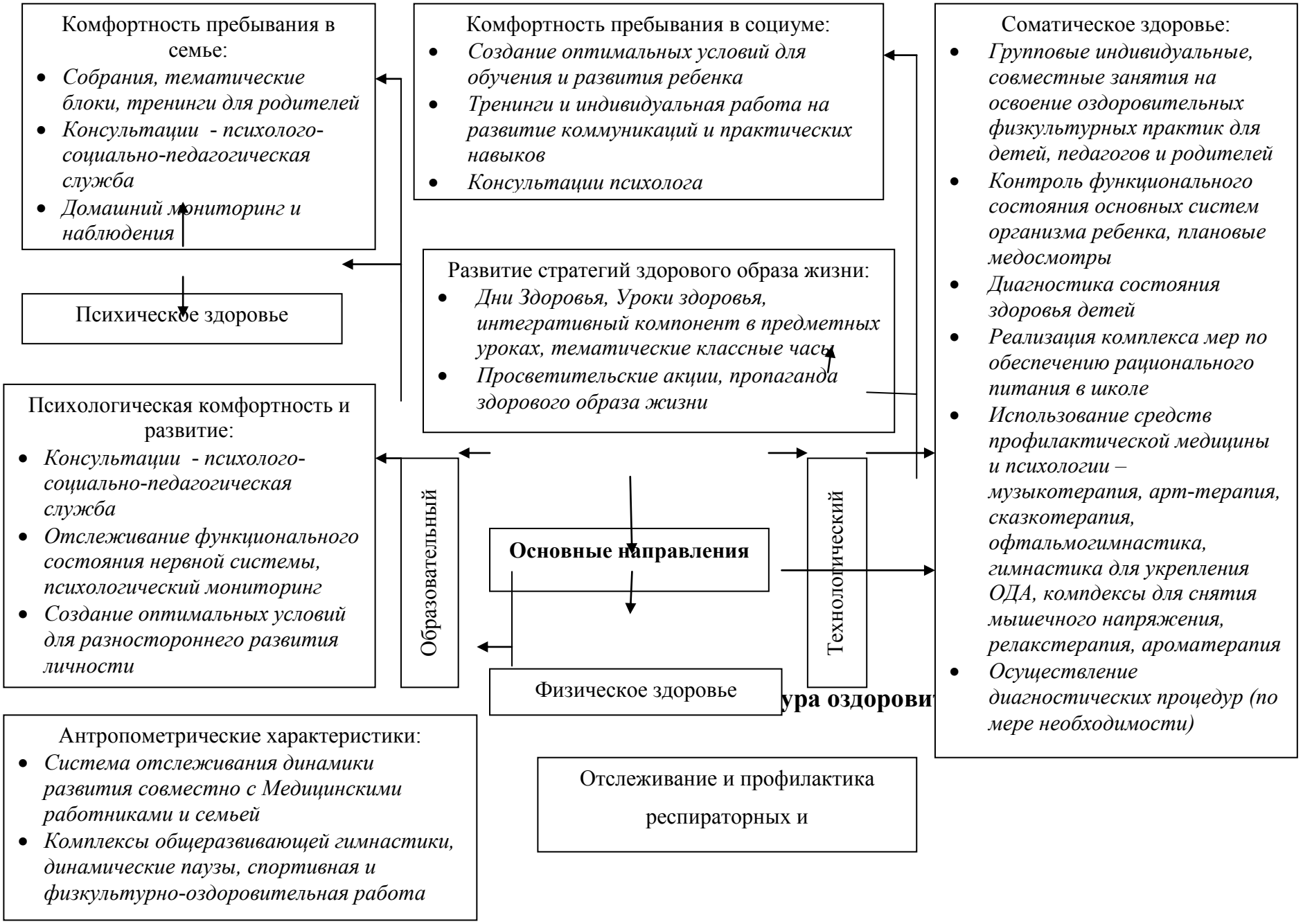
23. Формирование здоровьесберегающей образовательной среды в условиях школы-интерната/автор-составитель И.В.Пугачёва, Муниципальное образование: инновации и эксперимент, 2008.- №6.-с.53-55.

24. Формирование здоровьесберегающей среды/автор-составитель И.П.Борисова//Справочник руководителя образовательного учреждения, ноябрь 2007.- №11.- с.63-72.

25. Формирование культуроценностной мотивации здорового образа жизни /автор-составитель З.И.Губалго// Муниципальное образование: инновации и эксперимент, 2008.- №6.-с.50-52.

26. Школа – территория здоровья/автор-составитель М.И.Кусова//Практика административной работы, 2008.- №7. - с.42-57

27. Школьный Центр здоровья и развития учащихся/автор-составитель Т.Ю.Щипкова//Справочник руководителя образовательного учреждения, сентябрь 2006.- №9.- с.31-36.


Комфортность пребывания в семье:
Собрания, тематические блоки, тренинги для родителей
Консультации - психолого-социально-педагогическая служба
Домашний мониторинг и наблюдения
Комфортность пребывания в социуме:
Создание оптимальных условий для обучения и развития ребенка
Тренинги и индивидуальная работа на развитие коммуникаций и практических навыков
Консультации психолога
Соматическое здоровье:
Групповые индивидуальные, совместные занятия на освоение оздоровительных физкультурных практик для детей, педагогов и родителей
Контроль функционального состояния основных систем организма ребенка, плановые медосмотры
Диагностика состояния здоровья детей
Реализация комплекса мер по обеспечению рационального питания в школе
Использование средств профилактической медицины и психологии – музыкотерапия, арт-терапия, сказкотерапия, офтальмогимнастика, гимнастика для укрепления ОДА, компдексы для снятия мышечного напряжения, релакстерапия, ароматерапия
Осуществление диагностических процедур (по мере необходимости)
Психическое здоровье
Развитие стратегий здорового образа жизни:
Дни Здоровья, Уроки здоровья, интегративный компонент в предметных уроках, тематические классные часы
Просветительские акции, пропаганда здорового образа жизни
Психологическая комфортность и развитие:
Консультации - психолого-социально-педагогическая служба
Отслеживание функционального состояния нервной системы, психологический мониторинг
Создание оптимальных условий для разностороннего развития личности
Образовательный
Основные направления
Технологический
Физическое здоровье
ура оздорови
Антропометрические характеристики:
Система отслеживания динамики развития совместно с Медицинскими работниками и семьей
Комплексы общеразвивающей гимнастики, динамические паузы, спортивная и физкультурно-оздоровительная работа
Отслеживание и профилактика
респираторных и

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 310227031995278721568419988831218614170173341461

Владелец Боборыкина Елена Юрьевна

Действителен С 05.09.2022 по 05.09.2023