

УДК - 371

*Гудкова Д.Ю., учитель*

*Рыков А.А., учитель*

*МБОУ «Гимназия №22 г. Белгорода»*

## **ЗДОРОВЬЕ ДЕТЕЙ И ПУТИ ЕГО СОХРАНЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ.**

*Аннотация: для формирования, сохранения и укрепления здоровья детей в современной школе внедряются здоровьесберегающие технологии, которые помогают решить важнейшие задачи – сохранить здоровье ребенка, приучить его к активной и здоровой жизни.*

*Ключевые слова: здоровьесбережение, современная школа, гигиена, педагогика.*

*Darya Y. Gudkova, Teacher*

*Alexander A. Rykov, Teacher*

*Municipal budgetary general education institution Gymnasium 22 Belgorod*

## **CHILDREN'S HEALTH AND THE WAYS OF ITS PRESERVATION AT THE MODERN SCHOOL**

*Abstract: health-preserving technologies for the formation, preservation and promotion of children's health are being implemented at the modern school. These technologies help to solve the most important problems including the problem of children's health preservation and the problem of teaching children how to lead an active and healthy lifestyle.*

*Key words: health preservation, modern school, hygiene, pedagogy.*

В современном обществе все большее количество руководителей образовательных учреждений осознают, что первоочередной задачей является сохранение и укрепление здоровья ребенка. Не секрет, что уровень здоровых детей, которые приходят в школу с каждым годом сокращается. По данным Института возрастной физиологии Российской академии образования за 2004 год:

- 80-90% детей 6-7 лет имеют те или иные отклонения физического здоровья;
- 18-20% детей 6-7 лет имеют пограничные (негрубые) нарушения психического здоровья;
- около 60% детей 6-7 лет имеют нарушения речевого развития;
- около 35% детей 6-7 лет имеют несформированность зрительно-пространственного восприятия;
- более 30% детей 6-7 лет имеют несформированность сложнокоординированных движений руки и графических движений;
- более 70% детей 6-7 лет имеют несформированность интегративных функций (зрительно-моторных, слухо-моторных и сенсомоторных координации);
- примерно у 13% детей отмечается компенсаторная леворукость, сопряженная с нарушениями речевого развития;
- около 25% детей имеют замедленный темп деятельности (медлительные дети).

Проблему сохранения и укрепления здоровья российское общество пытается решить целенаправленно и системно с 1904 года, когда вышел Указ «Каким должно быть образование, чтобы не навредить здоровью школьника». О школьных болезнях специалисты образования говорят с 1774 года и до сегодняшнего дня здоровье школьников продолжает вызывать опасение всего общества. За последние сто лет возросли объемы информации, интенсификация обучения, объем школьной нагрузки. Методика преподавания, технология и организация учебного процесса не стала больше соответствовать функциональным возможностям ребенка. До сегодняшнего дня в современном обществе нет, к сожалению осознания ценности здоровья. Если говорить о школьных факторах риска, то специалисты-гигиенисты выделяют их несколько: нарушение

последовательности уроков, превышение учебной нагрузки в течение учебного дня и учебной недели, раннее начало уроков, снижение двигательной активности, недостаточная длительность перемен для эффективной организации горячего питания и др. В современной школе можно выделить так же и факторы риска, которые относятся к технологии и организации учебного процесса: стрессовая тактика педагогических воздействий, несоответствие методик и технологий обучения возрастным особенностям обучающихся, интенсификация и нерациональная организация учебного процесса, отсутствие системной комплексной работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни.

Для эффективной организации в образовательном учреждении работы по сохранению и укреплению здоровья целесообразно опираться на следующие принципы: системность, комплексность (взаимодополняемость), соответствие возрастным и индивидуальным возможностям, постепенность, повторность (цикличность повторения), индивидуальность.

Исходя из сказанного выше, в образовательном учреждении систематизирована работа по сохранению и укреплению здоровья школьников. Если давать ей краткий анализ, то система работы выглядит следующим образом.

**Первый блок (гигиенический)** – соответствие условий для эффективной организации образовательного и воспитательного процессов:

- выполнение гигиенических требований к помещениям для учебных занятий и пребывания школьников (освещенность, тепловой режим, режим проветривания, приемлемое оборудование);
- наличие качественной питьевой воды (размещение в кабинетах кулеров с чистой питьевой водой);
- организация качественного горячего питания школьников (двухразовое горячее питание для обучающихся начальной школы);

- соблюдение норм физической активности школьников в период их пребывания в гимназии (условия проведения уроков физической культуры, качество проведения динамической паузы в начальной школе, физические минутки во время уроков, активность на переменах);
- контроль за состоянием заболеваемости школьников в течение учебного года;
- сохранение экологического климата территории гимназии.

**Второй блок (педагогический)** – организация образовательного процесса в соответствии с принципами здоровьесбережения:

- с целью снижения уровня утомляемости вводится чередование занятий в словесно-знаковой и чувственно-эмоциональной сферах восприятия, путем рационально составленного расписания;
- использование исследовательского подхода в обучении, так как при данном подходе возможна систематизация и обобщение учебных курсов, при которых за стандартное учебное занятие возможен больший процент обработки информации;
- оптимальное сочетание и чередование видов учебной деятельности и методов преподавания на учебном занятии;
- использование приемов, способствующих активизации мышления, инициативы и творческого самовыражения личности школьника;
- создание психологически комфортной обстановки во время проведения учебных занятий (наличие эмоционально-смысловых разгрузок, доброжелательность учителя и др.).

Создание комплексно-целевой программы «Здоровье» в рамках экспериментальной деятельности в условиях развития гимназии позволяет решать ряд задач: сохранение и укрепление здоровья школьников, защита ребенка в условиях образовательного процесса, пропаганда здорового

образа жизни, содействие утверждению в жизни ребенка идей добра и красоты, физического и духовного совершенствования. Данные задачи реализуются через эффективную здоровьесберегающую деятельность по следующим направлениям:

- **спортивно-оздоровительное** (спортивный досуг, организация Дней здоровья, конкурс «Самый спортивный класс», спартакиады и др.);
- **туристско-краеведческое** (экскурсии и туристические слеты, спортивные путешествия и др.);
- **санитарно-просветительское** (классные часы «Познай себя», выпуск стенгазет, санбюллетней, работа санитарных постов);
- **профилактическое** (консультации с врачами, создание проектов, родительские собрания, анализ выполнения гигиенических требований к расписанию уроков);
- **социально-психологическое** (диагностика, психологические тренинги, консультации для родителей и школьников).

#### **Использованные источники:**

1. Безруких М. Здоровье детей и школьные факторы риска // Сибирский педагогический журнал №9/2012. [электронный ресурс] URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovie-shkolnikov-problemy-puti-resheniya/viewer>
2. Методическое письмо Института возрастной физиологии Российской академии образования «Об использовании Программ индивидуального адаптивного развития при подготовке детей к школе».
3. Лукьянова В.С., Остапенко А.А., Гузенко В.В. Сохранение и восстановление здоровья учащихся в условиях педагогического лица. // Школьные технологии. №1, 2005 год.
4. Смирнов Н.К. Основные блоки комплексной оценки работы школы в сфере охраны здоровья учащихся и педагогов. // Практика административной работы в школе. №8, 2005 год.