

Алексей Валерьевич Гринин
г. Екатеринбург

Формирование здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении

Статья посвящена проблеме формирования здоровьесберегающей среды в общеобразовательном учреждении. В последнее время повышается травматизм и заболеваемость подростков и детей, идет снижение психологического и физического здоровья, а также физической подготовки детей. Во многих школах на низком уровне находится внеурочная деятельность, которая влияет на физическое развитие и здоровье детей. Много зависит от уровня преподавателей урочной и внеурочной деятельности, они в полной мере не могут дать основы физического здоровья и здорового образа жизни. По последним медицинским данным, здоровых выпускников школ на сегодня составляет не более 15-20%, а у 80-85% школьников имеются различные отклонения в здоровье. В педагогической практике процесс сохранения и укрепления здоровья обучающихся, формирования ценности здорового образа жизни и их оздоровления носит формальный характер. Для многих современных педагогов здоровье обучающихся (воспитанников) не является целевым результатом педагогического процесса. Многие педагоги стремятся получить результат и показать, что их воспитанники лучшие, при этом забывая дать основы физического здоровья и бережного отношения самому к своему здоровью, откуда за частую дети получают травмы или пытаются показать себя лучшими перед сверстниками что может привести к печальным последствиям. Поэтому у многих подростков и детей Культура бережного отношения к своему здоровью, остается на крайне низком уровне.

Ключевые слова: здоровьесберегающая среда, здоровый образ жизни, образовательное учреждение, здоровье, культура здоровья.

Alexey Valerievich Grinin
Yekaterinburg

Formation of a health-saving environment in an educational institution

The article is devoted to the problem of forming a health-saving environment in a General education institution. Recently injuries and morbidity among teenagers and children have been increasing and the psychological and physical health of children as well as their physical fitness has been declining. Many schools have low levels of extracurricular activities that affect children's physical development and health. Much depends on the level of teachers of regular and extra-curricular activities; they cannot fully explain the basics of physical health and a healthy lifestyle. According to the latest medical data, healthy school leavers today are no more than 15-20%, and 80-85% of students have various health abnormalities. In pedagogical practice the process of preserving and strengthening the students' health, forming the value of a healthy lifestyle and improving their health is formal. For many modern teachers, the students' (pupils') health is not the result of the pedagogical process. Many teachers strive to get results and show that their students are the best while forgetting to give the basics of physical health and careful attitude to their own health where children often get injured or try to show themselves the best in front of their peers which can lead to sad consequences. Therefore many teenagers and children have a Culture of caring for their health, remains at an extremely low level.

Keywords: health-saving environment, healthy lifestyle, educational institution, health, health culture.

В динамично меняющихся условиях жизни с социальной точки зрения для современной школы актуальна не просто развивающая образовательная среда, но еще и среда здоровьесберегающая, здоровьесформирующая. Именно эта среда обеспечивает успешное развитие и ученика и педагога, помогая проявиться и раскрыться внутреннему потенциалу.

Исследования, проводимое нами на базе МБОУ СОШ №6 г. Нижний Тагил, позволило нам выявить ряд эффективных методов по улучшению формирования здоровьесбережения в школе как направления деятельности педагога.

Исследование по двум направлениям:

1) анализ здоровьесберегающей среды образовательного учреждения (соблюдение требований СанПиНов, организация качественного

питания, анализ материально-технической базы школы и др.);

2) анализ здоровьесберегающей организации образовательного процесса (соблюдение гигиенических требований к расписанию, объему учебной нагрузки, использование здоровьесберегающих образовательных технологий на уроках).

Общее количество учащихся 264 человека. Количество сотрудников 63 человека, в том числе 35 педагогических работников.

Используя результаты медицинского обследования обучающихся, в 2019 году был проведен анализ состояния физического здоровья учащихся МБОУ «СОШ № 6» за 2015 – 2019 годы. Результаты мониторинга представлены в таблице.

Здоровье обучающихся МБОУ «СОШ № 6» за 2015-2019 гг.

Заболевания	2015 -2016 уч. год	2016 -2017 уч. год	2017-2018 уч. год	2018-2019 уч. год
Всего учащихся в том числе:	221	241	249	264
с хроническими заболеваниями	18 % (40)	18% (43)	22% (55)	21% (55)
дети – инвалиды	2 % (5)	2 % (4)	2 % (4)	2 % (4)
переболевшие ОРВИ в течение года	32% (71)	43% (104)	48% (120)	44 % (116)

Комплексная оценка состояния здоровья обучающихся во время пребывания в школе проводилась ежегодно на основе диспансерного обследования детей с привлечением узких специалистов ежегодно.

На основе анализа результатов мониторинга, проведенного в МБОУ «СОШ № 6» в 2015-2019 годах прослеживается ухудшение состояния здоровья детей. Увеличивается количество учащихся с хроническими заболеваниями с 18% до 22 (21) %. Увеличивается количество учащихся, переболевших ОРВИ с 32% до 48 (43) %. По результатам углубленного медицинского осмотра в 2015-2019 годах выявлено, что более 50% учащихся образовательного учреждения нуждаются в оздоровительных мероприятиях.

В целях сохранения и укрепления здоровья обучающихся и создания в школе здоровьесберегающей среды, администрацией и педагогическим коллективом МБОУ «СОШ № 6» в 2015 была логически выстроена система работы в рамках программы «Школа Здоровья». Программа по здоровьесбережению занимает приоритетное место в общем плане работы образовательного учреждения, а также отражена в комплексно-целевых программах по другим направлениям.

С 2019 года в школе шла активная работа по реализации комплексной программы «Школа Здоровья» всеми участниками образовательных отношений: обучающимися, родителями (законными представителями), педагогическими работниками и администрацией образовательного учреждения.

Построение здоровьесберегающей образовательной среды в образовательном учреждении опирается на ту ресурсную базу, условия и особенности развития образовательного учреждения, которые сложились за весь период его работы.

В МБОУ «СОШ № 6» в полном объеме реализуются санитарно-гигиенические условия, направленные на укрепление и сохранение соматического здоровья учащихся. В школе создан медицинский блок, оснащенный в соответствии с современными требованиями. В настоящее время медицинская деятельность учреждения лицензирована для осуществления первичной медико-санитарной медицинской помощи по педиатрии. Все кабинеты оснащены необходимым медицинским оборудованием.

При посещении уроков учителей-предметников, особенно у учителя ОБЖ было обращено внимание на создание здоровьесберегающей образовательной среды на уроках, что включает в себя:

1. В учебном плане, подобран и систематизирован материал о сохранении здоровья, здоровом образе жизни, ежедневного поведения человека, обеспечивающей ему физическое, духовное и социальное благополучие в окружающей среде.

2. Организацию учебно-воспитательного процесса и профилактику здоровьесберегающих технологий в образовательной организации.

3. Создание благоприятной внешней среды, соблюдение гигиенических требований к условиям обучения.

Обязательной частью во время урока являются физкультминутки и физкультурные паузы. Продолжительность которых на 15–20 минут урока по 1 минуте из 3х легких упражнений с 3–4 повторениями каждого, а также содержание упражнения и наличие у школьников желания их выполнять.

В содержательную часть урока включаются вопросы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни. Умение учителя выделить и подчеркнуть вопросы, связанные со здоровьем, является одним из критериев его педагогического профессионализма.

Педагогами образовательного учреждения здоровьесберегающих технологий и методик на уроках, направленных на воспитание элементарной культуры отношения к своему здоровью, формированию потребности умения и решимости творить свое здоровье, использование полученных знаний в повседневной жизни [3].

Отдельное внимание в школе отводится гигиене – все учащиеся имеют сменную обувь, во всех классах есть бумажные полотенца и жидкое мыло.

Одной из важных форм физкультурно-оздоровительной работы в школе является организация внеучебных спортивно-массовых мероприятий, направленных на пропаганду здорового образа жизни, с активным участием всех обучающихся класса и их родителей.

Помимо спортивной работы с обучающимися класса, ведется постоянная работа с родителями. Члены родительского комитета принимают активное участие в подготовке, организации и проведении внеурочных мероприятий,

направленных на сплочение семьи, на формирование у обучающихся навыков здорового образа жизни.

В рамках реализации комплексной программы «Школа Здоровья» также ведется работа по психологическому блоку. Часто проблема внедрения здоровьесберегающих технологий рассматривается только с точки зрения физического здоровья, оставляя без внимания необходимость заботы о здоровье психологическом. При этом именно психологическое здоровье обеспечивает гармонию и является необходимой предпосылкой сохранения и физического, и социального здоровья детей [4].

В результате деятельности образовательного учреждения по программе «Школа Здоровья» в период с 2015 по 2019 году прослеживается положительная динамика в развитии здоровья обучающихся.

Устойчивое состояние как результат работы педагогов отмечается по физкультурным группам. Все обучающиеся школы посещают занятия физической культуры. По возможности, с учетом погодных условий, занятия проводятся на свежем воздухе на территории школы в сосновом массиве. В общей сложности до 60% занятий физкультурой проводятся на свежем воздухе.

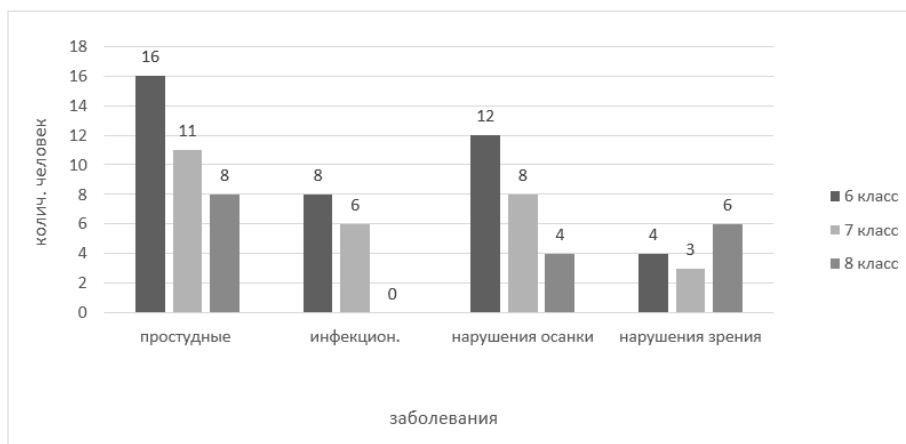


Рис. 1. Динамика заболеваемости обучающихся (6-8 классы; 2017-2019 годы).

Динамика показывает снижение заболеваемости простудными с 16 до 8 человек (с 70% до 32%), инфекционными с 8 до 0 человек (с 35% до 0) и хроническими заболеваниями, что свидетельствует об эффективности здоровьесберегающей деятельности педагогов школы и в целом всех участников образовательного процесса.

По итогам медицинского осмотра в 8 классе нарушения зрения имеют 4 обучающихся (16%), что на 2 человека больше, чем в 6 классе (2 человека или 9%). В связи с этим в планировании работы с обучающимися класса уделено отдельное внимание занятиям, встречам со специалистами, которые помогают корректировать и укреплять зрение.

Так же нами была проведена диагностика обучающихся в начальной школе. Диагностика

сформированности культуры здорового образа жизни у детей начальной школы. Детям были предложены задания, степень успешности выполнения которых отражает сформированность каждого из компонентов культуры здорового образа жизни и позволяет определить ее уровень в целом.

Диагностика ценностно-мотивационного компонента культуры здорового образа жизни у школьников проводилась при помощи методики «Гармоничность образа жизни школьников» Н.С. Гаркуши.

Организация: учащимся предлагается анкета из 8 вопросов с вариантами ответов.

Результаты диагностики ценностно-мотивационного компонента представлены на Рис. 2.

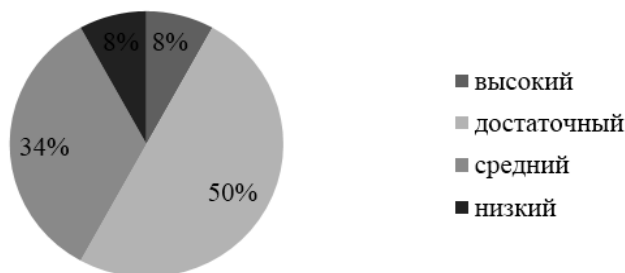


Рис. 2. Уровень сформированности ценностно-мотивационного компонента культуры здорового образа жизни у детей начальной школы.

На высоком уровне ценностно-мотивационный компонент сформирован у 8% учащихся. У 50% школьников ценностно-мотивационный компонент сформирован на достаточном уровне, у 34% – на среднем и у 8% – на низком уровнях.

Для более подробного анализа необходимо рассмотреть отдельно показатели критерия и степень их сформированности, представленные на рисунке 3.

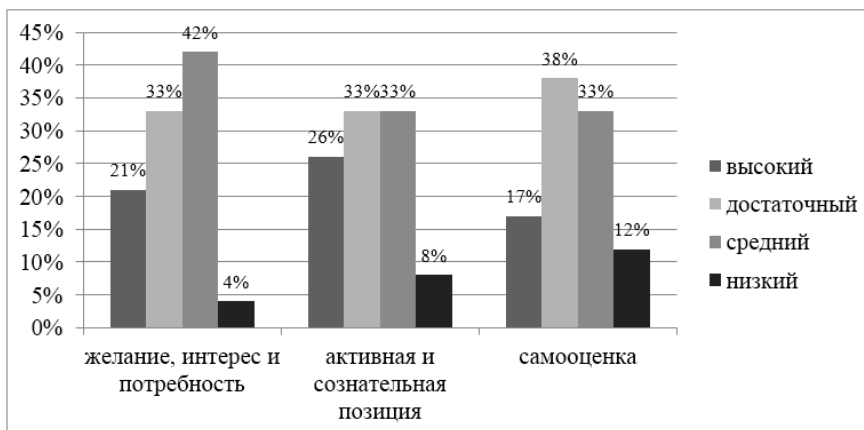


Рис. 3. Уровни сформированности составляющих ценностно-мотивационного компонента культуры здорового образа жизни у младших школьников.

Анализируя результаты диагностики, можно определить, что у учащихся недостаточно сформировано понимание своих физических качеств и самооценка. Ведь очень большой процент детей на среднем и низком уровне понимают физические качества что негативно сказывается на их здоровье и здоровый образ жизни.

Такая дифференцированная диагностика позволяет сказать, что для формирования ценностно-мотивационного компонента культуры здорового образа жизни у учащихся необходимо развивать понимание своих физических, психологических и других свойств и желание,

интерес и потребность к овладению способами сохранения и укрепления своего здоровья, как наименее сформированные составляющие.

Для исследования когнитивного компонента культуры здорового образа жизни у выпускников начальной школы детям был предложен тест, разработанный с учетом составляющих когнитивного компонента. Задания сгруппированы по блокам, аналогично составляющим когнитивного компонента культуры здорового образа жизни.

Результаты тестирования выпускников начальной школы представлены на рисунке 4.

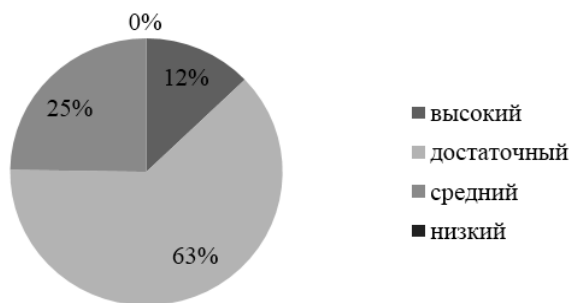


Рис. 4. Уровень сформированности когнитивного компонента культуры здорового образа жизни у младших школьников

Как видно из результатов диагностики, когнитивный компонент культуры здорового образа жизни сформирован лучше, чем ценностно – мотивационный компонент. Когнитивном компоненте у большинства детей сформирован на достаточном уровне а низкий уровень выявлен не

был, что говорит о положительном факторе сформированности когнитивного компонента.

Результатов с низким уровнем выявлено не было. Более подробные результаты диагностики представлены на рисунке 5.

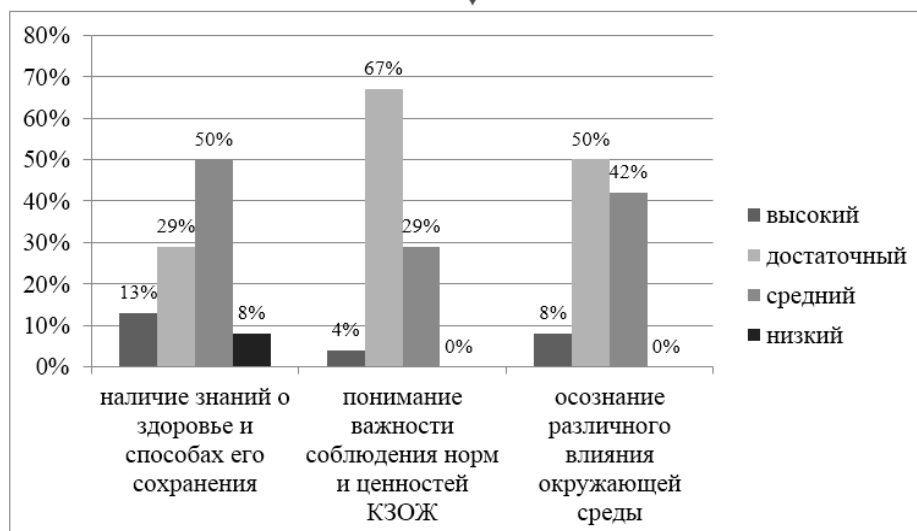


Рис. 5. Уровни сформированности составляющих когнитивного компонента культуры здорового образа жизни у младших школьников

Анализируя результаты диагностики, можно определить, что выявлено достаточно мало детей с высоким уровнем развития по всем трем компонентам.

Для развития когнитивного компонента культуры здорового образа жизни необходима работа в области расширения знаний детей о здоровье и способах его сохранения.

Анализируя требования ФГОС НОО и Программы формирования культуры здорового образа жизни, мы выделили условия, которые должны быть созданы в образовательном учреждении для воспитания культуры здорового образа жизни:

- организационно-педагогические: наличие Программы по формированию культуры здорового образа жизни, планов по реализации данной Программы, разработок урочной и внеурочной деятельности;

- материально-технические: организация здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении.

Степень сформированности данных условий оценивается на трех уровнях:

- высокому уровню соответствуют условия, созданные в полном объеме и обеспечивающие эффективность процесса формирования всех компонентов здорового образа жизни;

- достаточному уровню соответствуют условия, созданные частично, в которых отсутствуют некоторые компоненты;

- низкому уровню соответствуют условия, которые не отвечают требованиям стандарта основного общего образования [2].

Интерес обучающихся в области здоровьесбережения поддерживается на спортивных занятиях, проведение которых имеет большое воспитательное и оздоравливающее действие. Они способствуют расширению и углублению знаний о сохранении и укреплении здоровья, творческой активности, укреплению и сохранению здоровья детей.

Только полный анализ различных сторон развития здоровья каждого учащегося позволяет выстроить индивидуальную программу дальнейшей работы с конкретным ребенком, осуществлять индивидуальный подход, продумывать методы работы по сохранению здоровья.

Подходы, которые осуществляются в МБОУ «СОШ № 6» при реализации Программы «Школа Здоровья», не исчерпывают всех аспектов, но позволяют завучу и директору оценить ситуацию в целом. Опираясь на результаты экспертизы, администрация совместно с педагогами принимает управленческие решения и планирует здоровьесберегающую деятельность в образовательном учреждении. Работа строится системно, охватывает все компоненты образовательного процесса.

В основе здоровьесберегающей деятельности в школе следует рассматривать личностно-развивающее (гуманно-личностное) образование, ведущий постулат которого – признание индивидуальности и уникальности личностного развития каждого ребенка. Поэтому с самого начала важно, чтобы педагоги, школьные психологи и педагогические консилиумы помогли каждому ученику познать себя и поверить в возможность успешного развития.

Формирование и развитие здоровьесберегающих компетенций у субъектов образовательного процесса, воспитание у школьников основ здорового образа жизни, культуры здоровья, обеспечение качества образовательной среды для сохранения и развития их здоровья – ведущие задачи, стоящие перед современной системой образования, приоритетные направления ее деятельности [1].

Здоровьесбережение как одно из основных направлений в работе школы даст хорошие результаты только при учете всех факторов и условий

управления качеством образовательного процесса в образовательного процесса, отвечать
целом. здоровьесберегающим потребностям и запросам

Таким образом, работа должна строиться его субъектов, быть разносторонней по
системно, охватывать все компоненты содержанию, формам и средствам реализации.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Аллакаева, Л.М. Педагогические основы формирования культуры здоровья школьников [Текст] / Л.М. Аллакаева. – Нижний Новгород, 2004. – 22 с.
2. Ахмерова, С.Г. Здоровый образ жизни и его формирование в процессе обучения [Текст] / С.Г. Ахмерова. – М. : Педагогика, 2004. – 315 с.
3. Зюзина, Т.Н. Проблема создания здоровьесберегающей среды в школе [Текст] / Т.Н. Зюзина. – М. : Педагогика, 2007. – 202 с.
4. Нестеренко, Л.П. Формы и методы работы по формированию представлений о здоровом образе жизни [Текст] / Л.П. Нестеренко. – Самара : ГОУ СИПКРО, 2005. – 250 с.

REFERENCES

1. Allakaeva L.M. Pedagogicheskie osnovy formirovaniya kul'tury zdorov'ja shkol'nikov [The pedagogical basis for the formation of a culture of health for students]. Nizhnij Novgorod, 2004. 22 p.
2. Ahmerova S.G. Zdorovyj obraz zhizni i ego formirovanie v processe obuchenija [Healthy lifestyle and its formation in the learning process]. Moscow: Pedagogika, 2004. 315 p.
3. Zjuzina T.N. Problema sozdaniya zdorov'esberegajushhej sredy v shkole [The problem of creating a healthy environment in school]. Moscow: Pedagogika, 2007. 202 p.
4. Nesterenko L.P. Formy i metody raboty po formirovaniju predstavlenij o zdorovom obraze zhizni [Forms and methods of work on the formation of ideas about a healthy lifestyle]. Samara: GOU SIPKRO, 2005. 250 p.

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРЕ:

А.В. Гринин, аспирант 1 курса, институт ФПКВК, педагогическое образование, ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия; учитель физической культуры, МБОУ СОШ №6 им. А.П. Бондина, г. Нижний Тагил, Россия, e-mail: grininlexa@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-0072-846X.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR:

A.V. Grinin, 1st year graduate student, Faculty of Training Highly Qualified Specialists, Pedagogical Education, «Ural State Pedagogical University», Yekaterinburg, Russia; teacher of physical education, MBOU SOSH No. 6 im. A.P. Bondina, Nizhny Tagil, Russia, e-mail: grininlexa@yandex.ru, ORCID: 0000-0002-0072-846X.