

УДК 373.31.5

Сердюкова Н.С., Стручаева Т.М., Шиянова И.В.

ОПЫТ СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА В УСЛОВИЯХ ГОРОДСКОЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Постановка проблемы. Здоровье как основа жизнедеятельности человека включает в себя соматические, психические, социальные, нравственные и педагогические компоненты. Обеспечение жизнедеятельности на соматическом, психическом и социальном уровнях происходит посредством двух основополагающих механизмов – формирования, укрепления и сохранения здоровья, повышения его резервов. Основу нравственного здоровья человека составляет его отношение к своему здоровью и здоровью других людей. Сущность педагогического компонента заключается в формировании у человека с самого раннего возраста индивидуального способа здорового образа жизни.

К сожалению, анализ школьной практики показывает, что отрицательно влияют на здоровье факторы самой системы образования: ограниченность двигательной активности учащихся, низкий уровень организации питания, увеличение объема учебных нагрузок, недостаточный уровень компетентности участников педагогического процесса и др.

Анализ последних исследований и публикаций. По данным академика РАМН Ю.П.Лисицина, среди факторов, обуславливающих здоровье человека, на долю экологических приходится примерно 20-25% всех воздействий; 20% составляют биологические факторы (наследственность), 10% – развитие медицины и организация системы здравоохранения. Основным же фактором, влияние которого на здоровье оценивается в 50-55%, является образ жизни. По мнению специалистов-медиков, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. Вот почему необходимо серьезно заниматься вопросами формирования культуры здоровья именно в детском возрасте.

По мнению В.И.Ковалько, здоровье ребенка можно считать нормой, если он: умеет преодолевать усталость (физический аспект здоровья); проявляет высокие умственные способности, обладает любознательностью,

воображением, самообучаемостью (интеллектуальный аспект здоровья); честен, самокритичен (нравственное здоровье); коммуникабелен (социальное здоровье); уравновешен (эмоциональное здоровье) [1].

В образовательных учреждениях Белгородской области Российской Федерации накоплен значительный опыт по практической организации здоровьесберегающего пространства. Одним из таких передовых коллективов является муниципальное бюджетное образовательное учреждение лицей № 10 г. Белгорода. Это известное на Белгородчине инновационное образовательное учреждение в течение 10 лет являлось федеральной экспериментальной площадкой по проблеме «Личность школьника в образовательном пространстве лицея: развитие, образованность, здоровье, культура». Результаты совместной работы медиков, психологов, педагогов школы, детского и родительского коллективов, совместная работа общеобразовательной школы со специализированными школами и системой дополнительного образования говорят о практической реализации антропологического подхода в деятельности образовательного учреждения. Его опыт нашёл отражение в целом ряде книг, пособий, статей, как на региональном, так и на федеральном уровне [2; 3; 4; 5].

Формулирование целей статьи. Кратко представить региональный опыт создания здоровьесберегающего пространства для учащихся начальных классов в условиях городской школы – основная цель нашей работы.

Изложение основного материала исследования. Педагогический коллектив начальной ступени МБОУ лицея № 10 г. Белгорода (Россия) видит главнейшую цель работы в формировании здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении через использование современных технологий и создание условий для полноценной их реализации. Учителя начальных классов убеждены в необходимости превращения образовательной среды в реабилитационно-оздоровительную с целью создания единого адаптационного пространства, неразрывно соединяющего педагогику, психологию, медицину, школу, семью и социум. Школа со здоровьесберегающей средой – это педагогическая система, в которой должны быть методики обеспечения психолого-медико-социального сопровождения учащихся на каждом возрастном этапе.

В сфере физического здоровья педагогический коллектив ставит такие задачи работы: мотивировать потребность учащихся в здоровом образе жизни; совершенствовать физкультурно-оздоровительные и медико-гигиенические технологии; вести систематический мониторинг состояния здоровья учащихся начальных классов. Сфера психического здоровья воспитанников укрепляется за счет создания комфортных условий для психического развития учащихся, совершенствования психолого-педагогических технологий. Задачи в сфере социального здоровья следующие: создать комфортные условия для социального развития учащихся; совершенствовать социально-адаптирующие технологии и технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности; организация деятельности школы, родителей учащихся и социума.

Охарактеризуем кратко ведущие составляющие здоровьесберегающей среды из опыта работы начальной школы лица.

1. Здание начальной школы и прилегающая территория

Начальная школа находится в отдельном здании, размещенном на экологически благоприятной территории: нет близко расположенных промышленных предприятий, газостанций, магистралей с интенсивным движением автомобильного транспорта.

Прилегающая территория школы имеет высокую степень озеленения и поделена на зоны: физкультурно-спортивную, отдыха, учебно-опытную и хозяйственную. Под начальную школу адаптировано типовое здание детского сада. Все кабинеты современно оборудованы, эстетично оформлены, оснащены согласно санитарно-гигиеническим нормам. В 2007 г. начальная школа стала победителем в городском конкурсе кабинетов начальных классов. В здании начальной школы имеется своя столовая, актовъй зал, кабинеты музыки и хореографии, медицинский кабинет, библиотека, компьютерный класс, игровая комната, кабинеты психолога и логопедов.

Педагоги и родители считают, что нет ничего важнее для сохранения здоровья младших школьников, чем соблюдение норм гигиены, наличие достаточного количества туалетов, чистой воды для мытья рук и безопасной по санитарным нормам питьевой воды. С помощью родителей учащихся в каждом классе и кабинете школы установлены кулеры с питьевой водой и разовой посудой.

2. Организация питания

В соответствии с требованиями санитарных правил и норм в начальной школе обеспечен 100% охват учащихся горячим питанием. Коллектив начальной школы активно поддержал Белгородскую областную целевую программу «Молоко». Все ученики школы получают бесплатно ежедневно молоко или кисломолочную продукцию (по медицинским показаниям).

В школьной столовой младшие школьники овладевают правилами культурного поведения за столом, навыками сервировки стола, взрослыми прививается детям вкус к хорошим манерам поведения. Практические занятия по поведению в столовой проводятся с детьми воспитателями групп продленного дня.

3. Режим работы начальной школы

Начальная школа работает в режиме полного дня: в первой половине проводятся учебные занятия, во второй – работают группы продленного дня, кружки по интересам, спортивные секции. Группу продленного дня посещают все учащиеся начальной школы.

В числе основных гигиенических требований к организации школьных занятий – их расписание, составленное с учетом предельной нагрузки на учащихся разного возраста, распределение ее в течение дня, недели, учебного года и рангового порядка учебных предметов.

Для облегчения адаптации первоклассников используется «ступенчатый режим», занятия в школе «АБВГДейка». Для родителей первоклассников

организован лекторий. Родителям предоставляется право выбрать программу обучения ребенка (в параллельных классах реализуются несколько вариативных УМК – «Начальная школа XXI века», система Л.В.Занкова, «Школа России», «Перспективная начальная школа»). Ежегодно среди родителей проводится тестирование по оцениванию нагрузки учащихся, затрачиваемой на выполнение домашних заданий.

В школе уделяется серьезное внимание использованию различных зон класса, функциональной расстановке мебели, позволяющей легко проводить физминутки и минутки релаксации. Учебно-воспитательный процесс строится с учетом индивидуальных потребностей младших школьников в движении. Во время уроков – это физические минутки, по ходу занятий применяются методики снятия статического напряжения, психической нагрузки и профилактики переутомления. Учебные помещения школы оборудованы плакатами для гимнастики зрения, снятия зрительного напряжения. Учителя школы в поурочные планы включают методику построения занятий в режиме подвижных объектов и «зрительных горизонтов». Присутствие на уроках элементов эмоциональной разрядки (шутки, улыбки, музыка) способствует также снятию напряжения, созданию психологического комфорта для обучающихся.

4. Возможности дополнительного образования

На базе начальной школы работает 17 кружков и секций, пять из них спортивной направленности. Работает филиал музыкальной школы №4. Восемьдесят учащихся начальных классов поют в хоре мальчиков и девочек. Хорошо известно, что хоровое пение – показатель духовного здоровья нации.

Пение является мощным средством развития нервной системы, профилактики заболеваний голосового аппарата и органов дыхания. Хоровой коллектив школы является победителем и призером городских и областных конкурсов.

Учащиеся начальных классов имеют возможность заниматься в танцевальной студии «Ритм», хореографическом ансамбле современного танца «Грация», фольклорном ансамбле «Сударушка». Эти детские коллективы также неоднократно становились победителями разных конкурсов.

Таким образом, в совокупности с общим дополнительное образование включает не только мощную интеллектуальную составляющую, создавая основу для формирования положительной мотивации учения, познания и творчества, но и помогает сохранять и укреплять здоровье учащихся. Создавая развивающую среду в образовательном учреждении, педагогический коллектив закладывает основы здорового образа жизни учащихся через формирование культуры питания, культуры движения и культуры эмоций.

5. Обучение учащихся основам безопасности жизнедеятельности

Одним из направлений обновления содержания общего образования является введение обучения школьников основам безопасности жизнедеятельности. В начальной школе минимальное содержание ОБЖ включено в содержание курса «Окружающий мир». В общеобразовательных

школах Белгородской области изучение вопросов безопасности жизнедеятельности со второго класса организовано за счет компонента вариативной части Базисного учебного плана с 1 сентября 2006 г. Через «Окружающий мир» и ОБЖ в начальной школе у школьников наряду с развитием представлений о научной картине мира идет формирование умения рационально организовывать свою жизнь и деятельность: дети учатся адекватному и безопасному поведению в окружающем их мире, учатся понимать причины возникновения опасных ситуаций и способы их предупреждения.

В рамках внеурочной работы классные руководители также ежемесячно проводят занятия по правилам дорожного движения, классные часы и системные занятия в «Школе экологической грамотности», в спецкурсе по профилактике вредных привычек. Бережное отношение детей к своему здоровью формируют месячники по правилам дорожного движения, проводимые под девизом: «Делаем ребятам предостережение: выучите срочно правила движения!» В рамках месячника проводятся практикум «Дорожная азбука», классные часы «Мы – пешеходы», «Мы по улице идем», «Школа пешеходов». В дневник каждого ученика клеится памятка с правилами дорожного движения.

Программа профилактики детского травматизма предусматривает занятия с младшими школьниками по следующим темам: «Будь осторожен с газом», «Будьте бдительны с незнакомыми людьми», «Чтобы праздник был безопасным», «Осторожно – ядовитые растения!».

Только осознание личной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему для него опасно знакомство с одурманивающими веществами (табак, алкоголь, наркотики). В профилактической работе используется пособие М.М.Безруких, А.Г.Макеевой «Все цвета, кроме черного». Формы и методы курса профилактики вредных привычек носят игровой характер, что позволяет школьникам ненавязчиво осваивать поведенческие схемы, развивать полезные навыки, подчиняться правилам игры в яркой эмоциональной обстановке.

В процессе изучения учебных дисциплин школьники усваивают правила безопасности труда. В каждом классе ведется журнал по технике безопасности, все учебные кабинеты имеют уголки по технике безопасности с инструкциями по поведению в чрезвычайных ситуациях, планом эвакуации при пожаре. Два раза в год проводятся учения по гражданской обороне.

6. Физкультурно-оздоровительная деятельность начальной школы

В базисный учебный план школы включен дополнительный час физической культуры в рамках регионального компонента, динамическая пауза после третьего урока. В традициях начальной школы лица № 10 – ежедневное проведение утренней зарядки и подвижных музыкальных перемен.

Основным звеном в цепочке оздоровления учащихся являются уроки физической культуры. Эти любимые для учащихся уроки содействуют правильному физическому развитию и закаливанию организма, повышению

умственной и физической работоспособности, формированию правильной осанки, компенсации нарушений, вызванных различными заболеваниями. В школе работает также специальная медицинская группа для детей с хроническими заболеваниями и ослабленным здоровьем. Занятия проводятся 3 раза в неделю с учетом индивидуальности заболевания ребенка.

В системе внеклассной работы спортивное совершенствование младших школьников реализуется через работу секций легкой атлетики, русской лапты, футбола, художественной гимнастики, шахматного клуба. Традиционными в школе стали совместные дни здоровья учащихся и родителей, спортивно-массовые праздники «Веселые старты», «Папа, мама, я – спортивная семья», «Папа, мама, я – сильная семья», конкурс «Красота. Движение. Интеллект».

Ежегодный опрос школьников показывает, что дополнительными занятиями в секциях увлечены 64% учащихся. 76% детей считают, что регулярно делают утреннюю зарядку и могут самостоятельно составить комплекс упражнений для нее. В 2006 г. МОУ – лицей № 10 был награжден Почетной грамотой управления образования и науки Белгородской области за первое место в областном смотре-конкурсе по спортивно-массовой и физкультурно-оздоровительной работе. В 2012 году школа заняла первое место в региональном конкурсе «Самый спортивный класс».

Ежегодно для учащихся проводится летняя оздоровительная смена с дневным пребыванием. Количество детей, отдыхающих в школьном оздоровительном лагере, в 2007 г. составило 580 человек! Лагерные отряды принимают участие в спортивном соревновании «Веревочный тур», эстафете «Веселые старты», турнирах по футболу и детболу, развлекательных программах «Карнавал здоровья», «Летняя карусель» и др. Учитывая, что оздоравливать детей необходимо не только физически, но и эстетически, психологически, на протяжении всей летней смены работают музыкальная гостиная, игровые комнаты, видеозал, творческие мастерские, компьютерный салон, бассейн.

В рамках реализуемой в лицее программы «Семья» проводятся просветительские мероприятия с различными категориями родителей. Для них организуются дни открытых дверей, семинары, тренинги, деловые игры по проблемам: «Знаете ли вы состояние здоровья своего ребенка?», «Физическое воспитание младшего школьника в семье», «Воспитание ума, воли, чувств детей». Постоянно действует педагогический лекторий для родителей, на заседаниях которого обсуждаются вопросы: «Адаптация ребенка к школе», «Роль семьи в воспитании здорового школьника», «Культура приготовления домашних заданий», «Оптимальный двигательный режим младшего школьника». На занятия приглашаются профессионалы: врачи, психологи, юристы, логопеды, журналисты.

Сотрудничество педагогов, родителей и детей направлено на создание учащимся комфортных условий в школе и дома, на формирование культуры здоровья как одной из главных жизненных ценностей, на рост физической

подготовленности детей, повышение мотивации к двигательной активности, здоровому образу жизни.

Выводы. Таким образом, здоровьесберегающее пространство в начальной школе МБОУ – лицей № 10 г. Белгорода включает следующие составляющие:

- медицинскую службу (медицинское обследование, профилактическая работа по здоровому образу жизни (ЗОЖ));
- психолого-логопедическую службу (психологическое сопровождение ребенка, коррекционная работа с учащимися, консультации для родителей и педагогов);
- профилактику гиподинамии (динамические паузы, утренняя гимнастика, спортивные часы, перемены подвижных игр);
- физическую культуру с оздоровительной направленностью (работа физкультурно-познавательного факультатива и специальной медицинской группы для детей с ослабленным здоровьем);
- внеклассную физкультурно-оздоровительную работу, систему общешкольных и классных мероприятий по формированию ценности здоровья, ЗОЖ;
- экологическое состояние территории школы;
- материально-техническую базу школы;
- организацию питания детей;
- выполнение санитарно-эпидемиологических норм;
- работу с родителями учащихся лицея;
- лично ориентированное обучение школьников, реализацию межпредметной интеграции, отсутствие перегрузок, демократический стиль управления образовательным процессом на уровне школы и класса.

Для обобщения результатов деятельности экспериментальных площадок региона по здоровьесберегающей деятельности, выявления передового педагогического опыта, для научно-методического сопровождения исследовательской деятельности образовательных учреждений и отдельных педагогов в Областном государственном автономном образовательном учреждении дополнительного профессионального образования «Белгородский институт повышения квалификации и профессиональной переподготовки специалистов» в 2011 году создан Центр педагогики здоровья. Одна из основных его задач – повышение квалификации педагогов территории для качественного выполнения интегрированных областных программ по сохранению и укреплению здоровья молодых людей в возрасте до 25 лет.

Дальнейшие исследования будут посвящены разработке методических инновационных подходов к организации здоровьесберегающего образовательного пространства.

ЛИТЕРАТУРА

1. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии: школьник и компьютер: 1-4 классы / В.И.Ковалько. – М.: ВАКО, 2007. – 304 с.
2. Личность школьника в образовательном пространстве лицея. – Белгород, 2004.
3. Личность школьника в образовательном пространстве лицея: развитие, образованность, здоровье, культура: материалы из опыта работы МОУ – лицей № 10 в рамках федерального системного эксперимента / под ред. М.А.Резниченко, Е.И.Кирилловой. – Белгород: Политерра, 2008. – 513 с.
4. Педагогические россыпи сценариев уроков и внеклассных мероприятий учителей лицея № 10. – Белгород, 2004.
5. Шиянова И.В., Опыт создания здоровьесберегающей среды в начальной школе / И.В.Шиянова, Т.М.Стручаева // Начальное образование. – 2010. – № 3. – С. 39-43.

АННОТАЦИЯ

Сердюкова Н.С., Стручаева Т.М., Шиянова И.В. Опыт создания здоровьесберегающего образовательного пространства в условиях городской начальной школы. В статье представлен региональный опыт создания здоровьесберегающего пространства для младших школьников в условиях городской школы, охарактеризованы основные направления творческой деятельности педагогического коллектива начальной ступени общеобразовательного лицея № 10 г. Белгорода.

Ключевые слова: *Здоровье, здоровьесберегающее пространство, факторы здоровья, здоровый образ жизни, младший школьник.*

АНОТАЦІЯ

Сердюкова Н.С., Стручаева Т.М., Шиянова І.В. Досвід створення здоров'язберігаючого освітнього простору в умовах міської початкової школи. У статті репрезентовано регіональний досвід створення здоров'язберігаючого простору для молодших школярів в умовах міської школи, охарактеризовано основні напрямки творчої діяльності педагогічного колективу початкового ступеню загальноосвітнього ліцею № 10 м. Белгорода.

Ключові слова: *здоров'я, здоров'язберігаючий простір, фактори здоров'я, здоровий спосіб життя, молодший школяр.*

SUMMARY

Serdyukova N.S., Struchayeva T.M., Shiyanova I.V. Experience of the health-saving educational environment creating in municipal primary school. The article presents the regional experience of the health-saving educational environment creating in municipal primary school. The authors describe the main directions of the primary school pedagogical staff creative work in Belgorod general lyceum no. 10.

Key words: *health, health-saving environment, health factors, health life style, primary school boy.*