Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Рождественская средняя общеобразовательная школа»

Валуйского района Белгородской области

***Выступление на тему:***

**«Об организации работы по стимулированию и созданию потребности обучающихся здоровому образу жизни, в том числе во внеурочное время. Формирование ЗОЖ среди несовершеннолетних, противодействие распространению алкоголизма, наркомании и табакокурения»**

 Подготовила:

Корчагина Наталья Николаевна,

 учитель биологии

 март, 2017 год

**Здоровье** – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья т. к. это – основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать основные жизненные задачи, преодолевать трудности. Каждому из нас присуще желание быть сильным и здоровым, сохранить как можно дольше подвижность, бодрость, энергию и достичь долголетия. Эта главная ценность жизни.

Вот уже на протяжении целого десятилетия в нашей стране складывается тревожное положение с состоянием здоровья детей и подростков. Эти цифры с каждым годом растут.

**Сейчас жизнь ставит новую задачу** – **формировать у школьников убежденность в необходимости ведения здорового образа** жизни (использование свободного времени с пользой для здоровья, соблюдение режима дня, выработка негативного отношения к таким вредным привычкам, как курение, пьянство, наркомания, самолечение). Иными словами, здоровью надо учить.

Здоровый образ жизни занимает пока не первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Поэтому важность решения этой проблемы как никогда актуальна при переходе на Стандарты второго поколения. Проблема здоровья, развития и воспитания детей остаётся важнейшей государственной проблемой. В  соответствии с требованиями федеральных государственных стандартов нового поколения  здоровье обучающихся является неотъемлемой составной частью  образовательного процесса.

Педагогический коллектив нашей школы уже несколько лет работает над задачей сохранения и укрепления здоровья учащихся и имеет достаточный опыт работы в области здоровьесбережения в процессе обучения и во внеурочное время:

* внедрены в учебный процесс здоровьесберегающие технологии;
* принципы здоровьесбережения легли в основу учебно-воспитательной деятельности педагогов;
* разработана программа «Наше здоровье в наших руках»;
* с позиции здоровьесбережения планируется учебная нагрузка учащихся, продумывается оформление школы;
* организована медико-социальная служба;
* усовершенствована материально-техническая база, позволяющая вести эффективную и целенаправленную работу по формированию здорового образа жизни.

Проведённый анализ состояния работы по сохранению здоровья школьников и пропаганде физкультуры и спорта позволил нам определить приоритетные направления работы:

1. Укрепление и сохранение здоровья школьников через повышение двигательной активности и усиление профилактической работы с учащимися ,педагогами, родителями.
2. Создание условий для внедрения технологий здоровьесбережения учащихся.
3. Совершенствование школьного питания.
4. Диагностика и мониторинг результатов работы по сохранению здоровья школьников .
5. Информационное и методическое сопровождение работы по сохранению здоровья школьников и формированию здорового образа жизни.

Реализация работы данных направлений осуществляется с учетом мнений и запросов всех участников учебно-воспитательного процесса, а также результатов мониторинга здоровья.

Четкое функционирование всей системы возможно лишь при постоянном взаимодействии всех участников УВП.

**Создание условий для здоровьесбережения учащихся**

 Значительное место в системе работы по формированию здорового образа жизни отводится созданию условий для здоровьесбережения школьников.

 В соответствиями с требованиями СанПина школой обеспечен световой, воздушный режимы. Организован питьевой режим. Администрацией школы постоянно проводится санитарный контроль влажной уборки помещений, наличие моющих и дезинфицирующих средств, использование инвентаря по назначению.

Расписание учебных занятий соответствует учебному плану и нормативным требованиям СаНПиН в части продолжительности уроков, перемен, начала занятий, расположения предметов по уровню сложности в течение учебного дня и учебной недели. Расписание уроков проходит согласование в Роспотребнадзоре в сфере защиты прав потребителей в сентябре. Организация учебных занятий предусматривает смену видов деятельности, окрашивание уроков чувственно-эмоциональным фоном, проведение оздоровительных режимных моментов. Осуществляется своевременное информирование субъектов образовательного процесса о состоянии здоровья обучающихся. Занятиями физической культурой охвачены все учащиеся, не имеющие противопоказаний. Уроки физкультуры максимально возможно проводятся на свежем воздухе.

 При построении образовательного процесса учителя учитывают особенности класса; соблюдаются гигиенические и психолого-педагогические условия проведения урока, функциональное состояние школьников в процессе учебной деятельности, используются приемы, способствующие появлению и сохранению интереса к учебному материалу; создаются условия для самовыражения учащихся; используются разнообразные виды деятельности, внедряются здоровьесберегающие образовательные технологии : личностно-ориентированные,педагогика сотрудничества, технологии развивающего обучения, уровневой дифференциации обучения.

 В процессе обучения успешно решается задача по формированию у школьников необходимых компетенций по здоровому образу жизни и по овладению теоретическими знаниями и практическими навыками.

**Материально-техническая база**

 С целью создания условий для сохранения здоровья учащихся совершенствуется материально-техническая база. Приобретен инвентарь для спортивного зала и игровой комнаты. Медицинский кабинет оснащен специальным оборудованием, медикаментами экстренной и противошоковой помощи. Проведена дозакупка школьной мебели в соответствии СанПиНом.

 Материально-техническая база позволяет целесообразно организовать пребывание ребенка в школе и обеспечить качество образования и здоровьесбережение участников образовательного процесса: для учащихся и сотрудников работают: спортивный зал, столовая, игровая комната, медицинский кабинет. В рекреациях школы оборудованы игровые зоны и зоны отдыха. Для личной гигиены учащихся, работников школы оборудованы умывальники, санузлы.

Таким образом, в нашем образовательном учреждении созданы условия в соответствии с нормативными требованиями, обеспечивающие комфортность и безопасность пребывания обучающихся и педагогов.

 **Укрепление, сохранение и формирование ЗОЖ у школьников.**

Укрепление и сохранение здоровья школьников невозможно без **профилактической работы с педагогами, учащимися, родителями.**

С целью эффективной работы по формированию ЗОЖ мы проводим анкетирование участников УВП, обобщенные результаты которого позволяют администрации школы и педагогам «держать руку на пульсе»: мы знаем запросы учащихся, определяем проблемы, актуальные для всех участников, возможные пути их решения.

Здоровьесберегающее пространство школы включает две взаимосвязанные структуры: организацию учебного процесса и организацию воспитательного процесса.

Основной формой организации учебного процесса является урок, на котором закладываются основы здорового образа жизни.

Педагоги школы используют различные здоровьесберегающие технологии: личностно ориентированные, развивающие, информационные и т. д. или их элементы в учебно-воспитательном процессе.

Обязательным условием эффективности каждого урока является выполнение требований СанПиН.

Опытные педагоги всегда чувствуют момент наступления усталости учащихся и четко выполняют гигиенические требования к организации урока: плотность уроков, количество и смена [видов деятельности](http://pandia.ru/text/category/vidi_deyatelmznosti/), разнообразие и чередование методов и приемов, наличие эмоциональных разрядок, уместность применения ТСО, а также контроль осанки, позы, проведение подвижных физкультминуток, гимнастики для глаз, психологический климат.

Организован питьевой режим для учащихся.

Проветренное помещение, свежий воздух – это среда, в которой хорошо работает мозг, легкие; чистая доска – это направленность на деятельность; правильное освещение – это работа глаз.

Рассадка учащихся в каждом классе осуществляется согласно рекомендациям врача.

Утренняя зарядка, подвижные перемены,физкультминутки, спортивный час в группе присмотра и ухода за детьми, динамическая пауза для учащихся начальной школы способствует укреплению здоровья детей.

В рамках курса «Основы безопасности жизнедеятельности» учащиеся получают необходимую информацию об основах безопасной жизнедеятельности человека, об опасных и вредных факторах различного происхождения, о правилах безопасного поведения в бытовых и экстремальных условиях, для формирования конкретных навыков и моделей поведения, обеспечивающих сохранность жизни и здоровья в современных условиях улицы, транспорта, природы, быта.

Мероприятия, проводимые в школе по гражданской обороне и пожарной безопасности, способствуют формированию у учащихся практических навыков поведения в чрезвычайных ситуациях, которые в жизни могут возникнуть в любой момент.

Учебно–воспитательный процесс в группе присмотра и ухода за детьми осуществляется в соответствии с режимом: прогулка на свежем воздухе, горячее питание, спортивные занятия, занятия по интересам в рамках посещения внеурочной деятельности, выполнение домашнего задания. Все виды деятельности организуются при обязательном выполнении требований СанПиН. Основными мероприятиями по воспитанию ЗОЖ в ГПД являются сюжетно-ролевые игры, практические занятия по привитию гигиенических навыков, спортивные часы, экскурсии, прогулки.
Здоровье – это не только отсутствие болезни, но и физическое, психическое и социальное благополучие. Здоровый во всех отношениях человек счастлив, ибо имеет возможность совершенствоваться, получать удовлетворение в процессе учебы и труда. Тестирование, определяющее личностные качества учащихся, помогает выявить уровень тревожности, самооценку, мотивацию, интересы школьников, а также темперамент, социальный статус. Педагоги используют различные формы для эффективной работы по формированию эдорового образа жизни: игры, спортивно – правовые праздники, круглые столы, диспуты.
Физкультурно–оздоровительные мероприятия для учащихся любой категории: младших или старших, мальчишек или девчонок всегда одинаково интересны.

 Увеличение двигательной активности обеспечивается за счёт проведения мероприятий, ставших в школе традиционными:

* динамические паузы и подвижные игры во время перемен;
* Дни здоровья, семейные спортивно-оздоровительные праздники;
* экскурсии и походы по окрестностям;
* туристические слеты, соревнования «Школа безопасности»;
* военно-спортивная игра «Зарница», «Секретный пакет»;
* малые олимпийские игры
* спартакиада школьников.

На базе школы постоянно функционируют кружки и секции: мини-футбол, футбол, волейбол, туристская поготовка школьников.

Занятия в детских объединениях способствуют сохранению здоровья, повышая эмоциональную устойчивость организма к стрессовым ситуациям, снижая уровень тревожности детей.

Учащиеся школы всегда активно участвуют в соревнованиях круглогодичной районной спартакиады, в школьных мероприятиях «Мама, папа, я – спортивная семья», «Веселые старты». Классные руководители совместно с родителями, начиная с первого класса, организуют экскурсии, туристические походы, что способствует формированию навыков здорового образа жизни и в семье.
В ходе мониторинга уровня физической подготовленности учащихся 1 – 11 классов можно определить не только уровень подготовленности каждого класса, но и увидеть качество работы учителя физической культуры.

Медицинское обслуживание в школе организуют работники Рождественского ЦОВП, работники которого ежегодно проводят профилактический осмотр каждого ученика.
Контроль со стороны медработников за выполнением требований СанПиНа, организации учебного процесса, питания школьников – действенная помощь администрации школы в узких профессиональных вопросах.

Многолетнее и тесное сотрудничество с ЦОВП с.Рождествено даёт ощутимые результаты.

Сотрудниками мед.учреждения, совместно с педагогами школы, родителями, учащимися проводят профилактические мероприятия как на базе школы, так и в ЦОВП, сДК.
Мониторинг здоровья в школе проводят совместно с медицинскими работниками классные руководители, учитель физкультуры, администрация школы. В паспорта здоровья вносятся данные о группе здоровья, группе по физической культуре показатели физического развития. Ежедневно анализируются причины пропусков уроков. Каждый классный руководитель имеет папку «Контроль пропусков уроков», где фиксируется причина отсутствия учащегося в школе и хранятся оправдательные документы.

В школе охват горячим питанием составляет 97%. Пищеблок отремонтирован, оснащен оборудованием.

 Одним из направлений внеклассной работы по охране здоровья является организация школьного оздоровительного лагеря во время каникул. Его посещают как учащиеся начальной школы, так и ученики 5 –9 классов.

Самой популярной формой работы по охране здоровья является проведение конкурсов: «Мы за здоровый образ жизни», «Праздник Светофора», инсценирование сказок по ЗОЖ, рекламных роликов, «Минздрав предупреждает», КВН «В стране здоровья», конкурс плакатов и другие, в которых участвуют учащиеся с 1 по 11 классы. Экологическое воспитание направлено на формирование у учащихся бережного отношения к окружающей среде. Здоровый человек может жить лишь в экологически чистом окружении. На протяжении лета и всего учебного года наши ребята являются активными участниками акции «Чистый двор» по наведению порядка на школьной территории. Ученики с удовольствием участвуют в различных конкурсах. Среди учащихся школы победители конкурсов, состязаний, соревнований не только спортивной направленности, но и творческих, интеллектуальных конкурсов( конкурсы рисунков, плакатов, конкурс юных поэтов, конкурсы вокалистов, экологических марафоны и др.)

Активное участие в этих конкурсах обеспечивает единство физического, психического и духовно- нравственного здоровья наших детей.

Работа по формированию ЗОЖ в школе всегда проводится в тесном сотрудничестве с родителями, ведь основа воспитания культуры здорового образа жизни закладывается в семье. Работа с родителями строится по двум направлениям: просвещение самих родителей и активизация родительской помощи в проведении мероприятий с детьми.
Для того, чтобы наши дети развивались, были здоровыми, сильными и умными, наша работа по сохранению и укреплению здоровья детей основана на совместной деятельности всех заинтересованных структур.

 Классными руководителями и медицинскими работниками, сотрудниками ГБДД совместно с детьми организуются проводятся ежегодно: беседы о здоровье, выпускаются санбюллетни, санлистовки по профилактике детских простудных заболеваний и травматизма, пропаганде здорового образа жизни. Неблагоприятные социальные процессы ведут к возрастанию и распространению среди подростков алкоголизма и наркомании. В школе ведётся большая работа по предупреждению данных социальных явлений. Наши школьники активно участвуют в волонтёрском движении

«Молодёжь за ЗОЖ!», проводят благотворительные акции «Нет наркотикам!», организуют встречи своих ровесников с врачами наркологами. Педагогами и детьми проведены тематические классные часы, викторины, праздники, спортивные соревнования.

Так рождается сотрудничество между педагогами и родителями.

Сплочённая и грамотная работа педагогического коллектива и родителей позволила добиться результатов. Два года подряд мы являемся призёрами муниципального конкурса по профилактической работе «Пока беда не пришла».

.

**Диагностика и мониторинг результатов работы**

**по сохранению здоровья школьников**

 Система диагностики и мониторинга является составной частью работы по здоровьесбережению. Школьным врачом проводится мониторинг физического здоровья учащихся по итогам ежегодного медосмотра в 2,5,7,9,11 классах, результаты которого говорят о снижении числа детей, страдающих хроническими заболеваниями. С другой стороны, появляются проблемы, приобретенные в процессе обучения (сколиоз, близорукость). Для их преодоления результаты медосмотра с рекомендациями о консультации специалистов доведены до сведений родителей и участковых врачей.

 За три года отмечена положительная динамика по снижению заболеваемости школьников

 Ежегодно проходят открытые родительские собрания по темам: **«**Человек и его здоровье. Главные факторы здоровья», « Здоровье наших детей».Традиционными стали единые Дни здоровья : третья неделя месяца.

 **Организация профилактической работы**

 В ОУ организована планомерная работа по профилактике вредных привычек среди обучающихся 1-11 классов в соответствии с разработанными и утвержденными планами. Профилактика в первую очередь заключается в информировании школьников о вреде, который оказывают вредные привычки не только на организм молодого человека, но и на его социально-психологическое благополучие, возможность получения образования, профессии, создание семьи. Поэтому мы стремимся обучать школьников на здоровьесберегающих факторах:

**\*** пропагандируя здоровому образу жизни

**\*** учим уметь противостоять давлению среды

**\*** уметь сознательно отказываться от единичных проб наркотических веществ и психотропных средств.

 В школе разработаны различные виды деятельности:

\* организована инструктивно-методическая и индивидуальная работа с педагогами;

\* организовано взаимодействие с внешкольными организациями;

\* организованы коллективные творческие дела;

\* индивидуальная работа с детьми;

\* организована работа с органами ученического самоуправления;

\* взаимодействие с родителями (установлен ежедневный контроль классными руководителями за посещаемостью обучающихся, в случае пропуска занятий у родителей выясняются причины отсутствия их ребенка в школе, особое внимание уделяется обучающимся и родителям из «группы риска»).

 Проводится работа по выявлению обучающихся – потребителей наркотических средств, используя анкеты, тесты, социологические опросы, просмотр и обсуждение видеоматериалов, наблюдение. В результате работы такие обучающиеся выявлены не были.

 На классных часах проведены инструктажи по технике безопасности и правилам поведения во время проведения массовых мероприятий и праздников, правилам поведения в общественных местах.

Антинаркотическое и антиалкогольное воспитание школьников ведётся также в процессе изучения основ наук (химия, биология, правоведение и др.) через основные формы коллективной и индивидуальной работы: уроки, лекции, семинарские и лабораторные занятия, экскурсии, дискуссии и другие формы.

Организация разнообразной внеурочной деятельности и полноценного досуга учащихся во многом способствует профилактической и коррекционной работе. В школе регулярно проводятся как общешкольные, так и групповые (классные) мероприятия.

 Классные руководители систематически проводят лекции, беседы, ток-шоу, викторины, диспуты, вечера вопросов и ответов, ролевые игры, тренинги по здоровому образу жизни.

В школьной библиотеке периодически проходят тематические выставки книг, журналов, организуется обсуждение книг, статей, телепередач. В школьной газете «Сорока» помещаются заметки по проблеме курения.

 Директором школы, заместителями директора, классными руководителями, социальным педагогом школы неоднократно проводились рейды, индивидуальные беседы с обучающимися и родителями.

 В целях профилактики правонарушений в школе действует Совет профилактики правонарушений несовершеннолетних, проведены заседания МО классных руководителей по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании, ПАВ.

 Для профилактики вредных привычек среди обучающихся школы применяются как традиционные, так и современные подходы, различные формы и методы работы. Проводятся общешкольные, внеклассные мероприятия, имеющие различные формы: классные часы, видеоуроки, часы вопросов и ответов, часы общения, круглые столы, викторины, диспуты, дискуссии, встречи с представителями правоохранительных органов, работниками здравоохранения, Интернет-уроки, акции, тематические беседы, конкурсы рисунков и плакатов, анкетирования, устные блиц-опросы, конкурсы презентаций, спортивные мероприятия, флеш-мобы, тренинги, заседания клуба старшеклассников, устные журналы, выступления агитбригад, дни здоровья, лекции.

 С обучающимися школы проводятся анкетирование, тестирование, социологические опросы, просмотры видеофильмов, презентаций с последующим обсуждением. Результаты анкетирования показали, что 90 % подростков имеют чёткое представление о вреде наркотиков, о негативных последствиях приобщения к наркотикам. Подбор мероприятий для обучающихся проводится с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей различных возрастных категорий.

 В процессе профилактической работы происходит формирование устойчиво-негативного личностного отношения к табакокурению, алкоголю, наркотикам и ПАВ.

 В каждом классе школы и в кабинете социального педагога имеется информация о телефонах доверия для подростков и их родителей.

 В школе ведется профилактическая работа с детьми группы риска. Разработан и утвержден план работы с детьми стоящими на внутришкольном контроле и учете ПДН . Согласно планирования с учащимися проводят мероприятия по профилактике вредных привычек: употребление алкоголя, наркотическихсредств, психотропных веществ***,*** токсикомании и табакокурения. Кроме того, с детьми группы риска ежемесячно проводятся беседы, мероприятия, часы общения, анкетирования, посвященные культуре поведения, манере общения, внешнему виду обучающихся. Социальный педагог, администрация школы проводят рейды по проверке досугового времени детей в вечернее время. Совместными усилиями школы и администрации Рождественского с/поселения посещаются семьи, находящиеся на профилактическом учете, с целью изучения социально-бытовых условий проживания детей в этих семьях и выявления фактов неблагополучия. Вся проводимая работа направлена на повышение ответственности родителей за воспитание, содержание и обучение детей, улучшение их жизни, оздоровление семейной обстановки.

Кроме того в ОУ проводится профилактическая работа и мониторинг сети Интернет в целях предотвращения распространения информации, причиняющей вред здоровью несовершеннолетним и молодежи .

Школа взаимодействует в решении данной проблемы с объектами социума, другими заинтересованными структурами.

Однако несмотря на предпринятые шаги в данном направлении следует отметить, что к сожалению,имеют место случаи табакокурения, в том числе и девочек. Данные факты, на наш взгляд, можно объяснить следующим:

* Общее снижение контроля родителей за поведением своих детей (родители озабочены «зарабатыванием» денег);
* Доступность табачной продукции;
* Привлекательность табачной рекламы, в том числе скрытой (телевизионные передачи и фильмы).

Поэтому профилактическую работу необходимо вести в школе постоянно, т. к. отсутствие вредных привычек – первый шаг к здоровому образу жизни.