Деятельность «Школьного центра здоровья» в рамках общеобразовательной организации (из опыта работы)»

Канева Екатерина Брониславовна, педагог-психолог

Алсуфьева Лидия Ивановна, воспитатель

ГБОУ НАО «НСШ им. А.П. Пырерки»

Здоровье детей является важным показателем социального благополучия и экономически стабильного функционирования общества.

Здоровьесберегающие технологии, используемые в образовательном процессе, предполагают консолидацию всех усилий школы, нацеленных на сохранение, формирование и укрепление здоровья учащихся.

Внимание к вопросам физического и психологического здоровья обучающихся является одним из главных направлений в работе ГБОУ НАО «НСШ им. А. П. Пырерки». В январе 2017 года в школе был создан «Школьный центр здоровья», деятельность которого направлена на формирование знаний, установок, личностных ориентиров всех участников образовательного процесса в направлении здоровьесбережения.

Цельюдеятельности «Школьного центра здоровья» является обеспечение оптимизации образовательного процесса, определяющего здоровье как цель, объект и результат деятельности школы, гарантирующего оптимальные условия физического и психического становления обучающихся и сотрудников образовательного учреждения.

Задачами «Школьного центра здоровья» являются проведение системы психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья, физического и психического развития обучающихся; обеспечение коррекции физического, психологического, социального и нравственного развития обучающихся с использованием комплекса оздоровительных мероприятий без отрыва от учебного процесса; организация работы по повышению профессиональной компетентности педагогов по реализации здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе через проведение практических занятий, тематических встреч, направленных на решение задач сохранения и развития здоровья учащихся, формирования здорового образа жизни коллектива школы, культуры физического, психического и социального здоровья участников образовательного процесса; информационное обеспечение всех участников образовательного процесса (учителей, учащихся и их родителей) по вопросам здоровья и здорового образа жизни; активизация участия семьи в решении вопросов охраны и укрепления здоровья детей; обеспечение условий для практической реализации принципов здоровьесбережения в учебно-воспитательном процессе.

Большое внимание в деятельности «Школьного центра здоровья» уделяется обучающимся с ОВЗ и обучающимся с ослабленным здоровьем.

Вся деятельность по медицинскому и педагогическому сопровождению детей с ОВЗ в ГБОУ НАО «НСШ им. А.П. Пырерки» осуществляется на основе и с соблюдением действующего законодательства, заключений ПМПК профильных специалистов по патологии, показаний и противопоказаний инклюзии.

В школе созданы необходимые условия предметно-развивающей среды. Так, на базе Центра здоровья функционируют: кабинет медицинской диагностики и инструментального обследования; оздоровительно-реабилитационный кабинет; кабинет психологической диагностики с комплексом специальных здоровьесберегающих программ; комната психологической разгрузки; кабинеты учителей-логопедов и учителя-дефектолога; спортивный зал, предназначенным для групповых занятий физкультурой; открытая спортивная площадка; музыкальный зал.

В ГБОУ НАО «НСШ им. А.П. Пырерки» заключен договор на медицинское обслуживание с ГБУЗ НАО "Ненецкая окружная больница", составлен план совместных профилактических мероприятий. Учащиеся регулярно проходят медицинский осмотр. В соответствии с календарем прививок учащимся с ОВЗ делают профилактические прививки.

Специалисты «Школьного центра здоровья» оказывают всестороннюю помощь профильным специалистам-врачам. Узкопрофильные специалисты приглашаются в школу на период профилактических медосмотров учащихся, им создаются необходимые условия для консультирования.

Педагог-психолог «Школьного центра здоровья» осуществляет диагностику психических процессов; осуществляет отслеживание динамики психологического развития учащихся с помощью комплекса компьютерных психодиагностических методик «Эффектон Студио», направленных на исследование основных когнитивных процессов, психодиагностику эмоционально-личностной сферы, текущего состояния, межличностных отношений, исследование в социальной защите и реабилитации.

Также в работе используются программы компьютерной обработки психологических тестов «Амалтея». По результатам диагностики с учащимися и педагогами проводятся индивидуальные беседы, даются рекомендации.

Педагог-психолог отслеживает динамику психологического развития учащихся с помощью сертифицированных компьютерных психодиагностических методик, а также проводит для учащихся индивидуальные психопрофилактические занятия с помощью здоровьесберегающих программ: «Волна»,предназначенная для обучения диафрагмально-релаксационному типу дыхания, которое является наиболее оптимальным для обеспечения жизнедеятельности организма как в условиях естественного функционирования и развития, так и в ситуациях повышенных стрессовых нагрузок; «Экватор»,предназначенная для обучения навыкам психофизиологической саморегуляции по периферической температуре   как одного из самых эффективных методов контроля уровня стресса.

В «Школьном центре здоровья» осуществляет свою работу оздоровительно-реабилитационный кабинет, в котором проводятся оздоровительные мероприятия учащимся с патологией лор-органов с использованием ультразвуковых ингаляторов-небулайзеров «OMRON», с нарушениями опорно-двигательной системы с использованием массажных кроватей «Нуга Бест», также в кабинете установлен кислородный коктейлер «ARMED». С помощью данного аппарата для учащихся школы и участников летней тематической площадки «Здоровейка» школьный врач готовит кислородные коктейли, позволяющие насытить кислородом все жизненно важные органы организма.

В ГБОУ НАО «НСШ им. А.П. Пырерки» проводится ежедневная утренняя зарядка до учебных занятий с целью сохранения и укрепления здоровья обучающихся; подготовки организма обучающихся к плодотворной работе на уроках в течение учебного дня; поддержания оптимальной физической активности каждого обучающегося.

Утренняя зарядка до учебных занятий способствует повышению возбудимости нервной системы, активизации обменных процессов ускорения вхождения ребенка в учебный день. Гимнастика до учебных занятий, проводимая ежедневно перед первым уроком, решает воспитательные и оздоровительные задачи. Ежедневные упражнения благоприятно воздействуют на организм, способствуют формированию правильной осанки, актов дыхания, воспитывают привычку регулярно заниматься утренней гимнастикой, спортом, созданию позитивного эмоционального настроя и стимуляции «коллективного духа» в классе. Коллективное выполнение физических упражнений до начала занятий дисциплинирует, организует, сплачивает обучающихся, повышает их работоспособность.

Обучающиеся школы и дети, проживающие в пришкольном интернате, посещают релаксационные и психопрофилактические занятия с использованием комнаты психологической разгрузки, направленные на профилактику и коррекцию неблагоприятных функциональных состояний (утомление, переутомление, перенапряжение), а также для профилактики психосоматических заболеваний.

Также специалистами «Центра здоровья» регулярно проводятся релаксационные занятия в комнате психологической разгрузки для выпускников школы во время подготовки и сдачи экзаменов, и для детей, которые посещают летнюю тематическую площадку «Здоровейка».

С целью организации работы в области сбережения здоровья в школе утвержден график работы спортивных кружков и секций. В школе работают спортивные секции по волейболу, баскетболу, национальным видам спорта, оборудована лыжная база. В течение года учащиеся школы посещают занятия по плаванию во Дворце спорта «Норд», свободное катание на коньках в ГБУ НАО в Спортивной школе «ТРУД», секции волейбола во Дворце спорта «Норд» и ГБУ ДО НАО «ДЮЦ «Лидер».

Ежегодно на базе школы осуществляет свою работу летняя тематическая площадка «Здоровейка», целью которой является укрепление и развитие физического, психологического и эмоционального здоровья детей. Программа летней площадки включает в себя разноплановую деятельность, объединяет различные направления оздоровления, образования, воспитания детей и подростков.

В период работы тематической площадки все обучающиеся, имеющие медицинские показания к занятиям лечебной физкультурой прошли полный курс оздоровительных занятий в отделении физиотерапии и лечебной физкультуры Ненецкой окружной больницы под руководством опытного инструктора.

«Школьный центр здоровья» осуществляет сотрудничество с ФГБОУ ВО «Северный государственный медицинский университет» (г. Архангельск) Минздрава России НИИ Арктической медицины ФГБОУ ВО СГМУ по оценке состояния здоровья учащихся, с целью подготовки научного обоснования по оптимизации медико-гигиенических мероприятий, направленных на сохранение, поддержание и укрепление здоровья.

В ГБОУ НАО «НСШ им. А. П.Пырерки» регулярно проводятся различные тематические акции, лектории, уроки здоровья, практические занятия для обучающихся. «Школьный центр здоровья» активно сотрудничает с Центром здоровья ГБУЗ НАО «НОБ». Охват обучающихся данными мероприятиями составляет около 100%, разнообразные мероприятия и акции имеют высокую рейтинговую оценку среди обучающихся. В 2018 году педагоги школы прошли обучение в «Школе артериальной гипертензии» и получили сертификаты слушателей.

**В школе на протяжении 20 лет работает Совет здоровья «Здравушка», состоящий из воспитанников школы. Основные задачи Совета: санитарно-просветительская работа, проведение мероприятий.** В течение года штабом проводится проверка выполнения зарядки перед уроками, физкультурных минуток на уроках и вечерних занятиях. Участники штаба оказывают помощь в оформлении санитарных уголков, в анкетировании и обработке данных (анкетирование по питанию в школьной столовой, по вредным привычкам, отношению подростков к ЗОЖ), помогают организовывать мероприятия, встречи со специалистами отделения медицинской профилактики, показ фильмов и видеороликов по ведению ЗОЖ.

Специалисты «Школьного центра здоровья» проводят мероприятия для классных руководителей и педагогов школы по вопросам здоровьесбережения обучающихся, на которых обсуждаются вопросы профилактики сезонных заболеваний, проведения физминуток во время учебного процесса, а также необходимости и пользе утренней зарядки для обучающихся.

В октябре 2017 года на базе «Школьного центра здоровья» осуществляет свою работу клуб для родителей «Клуб любящих родителей», целью которого является повышение психолого-педагогической компетентности родителей в области воспитания и здоровьесбережения; оптимизация детско-родительских отношений.

В январе 2018 года на базе ГБОУ НАО «НСШ им. А. П. Пырерки» состоялся круглый стол на тему: «Охрана здоровья детей образовательных организаций Ненецкого автономного округа», организатором которого выступило Собрание депутатов НАО. Участниками круглого стола были представители ГБУЗ НАО «НОБ», Департамента образования культуры и спорта Ненецкого автономного округа, Собрания депутатов НАО, образовательных учреждений НАО.

В феврале 2019 года в школе состоялся педагогический совет на тему: «О работе педагогического коллектива над формированием основ здорового образа жизни», на котором педагоги поделились знаниями и опытом в этом аспекте деятельности и наметили дальнейшие планы в вопросах здоровьесбережения всех участников образовательного процесса.

В мае 2019 года на базе ГБОУ НАО «НСШ им. А. П. Пырерки» состоялся региональный круглый стол на тему «Здоровая образовательная среда – здоровый ребенок». На заседании круглого стола собрались педагоги образовательных организаций города и округа, учреждений дополнительного образования, специалисты Центра здоровья Ненецкой окружной больницы, представители Департамента образования, культуры и спорта Ненецкого автономного округа.

По результатам деятельности «Школьного центра здоровья» увеличилось количество детей с I и II группой здоровья, при этом снизилось количество детей с III и IV группой здоровья.

Охват профилактическими прививками против гриппа составляет более 90 % обучающихся. В течение последних 3 лет удается избегать превышения эпидемического порога заболеваемости ОРВИ и гриппом.

Ежегодно проводится анкетирование обучающихся с целью определить уровень осведомленности о здоровье и здоровом образе жизни, осознании важности сохранности своего здоровья. Анализ результатов анкетирования показывает, что большинство обучающихся школы имеют представление об основных принципах здорового образа жизни, владеют информацией о навыках здорового образа жизни, осознают важность сохранности своего здоровья, а также желание помогать себе и другим людям в его соблюдении. Обучающиеся заинтересованы в расширении своего кругозора в сфере здорового образа жизни и здорового питания, недопущению вредных привычек и осознанности этих знаний.

Достаточно продолжительная планомерная работа по осуществлению здоровьесберегающей деятельности в ГБОУ НАО «НСШ им. А.П. Пырерки» позволяет сделать вывод о сложившейся системе мероприятий во внеурочное время, по охране здоровья обучающихся, формированию ценностного отношения к здоровому образу жизни, развитию физической культуры и спорта.