

**Солдатова Инна Николаевна**

инструктор по труду

**Волкова Наталия Валерьевна**

учитель

ГБОУ «Шебекинская гимназия-интернат»

г. Шебекино, Белгородская область

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СИСТЕМЕ РАБОТЫ ИННОВАЦИОННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ ИНТЕРНАТНОГО ТИПА**

***Аннотация:** в статье рассматриваются пути применения здоровьесберегающих технологий в условиях работы интернатного учебного учреждения для девочек средних и старших классов. Здоровьесберегающие технологии определены как совокупность приемов и методов, направленных на укрепление и сохранение здоровья гимназисток в процессе их учебы в гимназии-интернате. Представлены принципы и примеры здоровьесберегающих технологий, применяемых в ГБОУ «Шебекинская гимназия-интернат».*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, медико-гигиенические технологии, физкультурно-оздоровительные технологии, экологические здоровьесберегающие технологии, технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности.*

Возложение на школу и учителя одной из важных задач – заботы о здоровье учащихся определяется следующими причинами.

Во-первых, взрослые всегда несут ответственность за то, что происходит с детьми, находящимися под их опекой. Это касается и детского здоровья. Именно в школе, под «присмотром» учителей, школьники проводят значительную часть времени, и не помогать им сохранить здоровье, было бы проявлением бездушия и непрофессионализма.

Во-вторых, большая часть всех воздействий на здоровье учащихся – желательных и нежелательных – осуществляется именно педагогами, в стенах образовательных учреждений.

Цель здоровьесберегающей педагогики – обеспечить выпускнику школы высокий уровень реального здоровья, вооружив его необходимым багажом знаний, умений, навыков, необходимых для ведения здорового образа жизни, и воспитав у него культуру здоровья. Тогда аттестат о среднем образовании будет действительно путевкой в счастливую самостоятельную жизнь, свидетельством умения молодого человека заботиться о своем здоровье и бережно относиться к здоровью других людей.

ГБОУ «Шебекинская гимназия-интернат» является инновационным образовательным учреждением для девочек 7–11 классов. Гимназия – образовательное учреждение повышенного уровня, осуществляющее образовательную деятельность по программам углубленного изучения предметов гуманитарного цикла: русского языка, литературы, иностранных языков, истории и естественнонаучного цикла: биологии, химии, географии. В гимназии созданы условия для дополнительного образования, имеющего культурологическую направленность. Гимназистки занимаются проектной и исследовательской деятельностью под руководством не только педагогов гимназии, но и преподавателей Белгородского государственного научно-исследовательского университета, Белгородского института культуры. Таким образом, учебный день воспитанниц расписан буквально по минутам, в связи с чем девочки, безусловно, испытывают эмоциональные, психологические и физические нагрузки. Поэтому проблема сохранения здоровья воспитанниц в гимназии является очень актуальной.

Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в системе работы Шебекинской гимназии-интерната существует несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья воспитанниц, а соответственно, и разные методы и формы работы.

1. Медико-гигиенические технологии (МГТ). К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих

гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинский кабинет школы организует проведение прививок учащимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению учащихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья воспитанниц, организует профилактические мероприятия в преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ). Направлены на физическое развитие обучающихся и развиваются по трем направлениям: урочное, физкультурно-оздоровительное и внескласное. Так как гимназия является учебным заведением для девочек, то при составлении программы учитывался гендерный аспект, а именно в вариативную часть «Комплексной программы по физическому воспитанию» был включен раздел «Аэробика». Урок «Аэробика» изучается синхронно – параллельно с уроками физической культуры, а не как отдельный раздел программы. Таким образом, два часа в неделю воспитанницы гимназии обучаются физической культуре по традиционной программе, а третий час девочки занимаются аэробикой, что позволяет увеличить объём двигательной активности, развивать физические качества воспитанниц. В системе дополнительного образования работают спортивные секции: волейбол, дзюдо, спортивное ориентирование, реализуется курс «Корригирующая гимнастика». Данная программа пропагандирует здоровый образ жизни и служит средством профилактики и коррекции здоровья. Особое внимание уделяется формированию правильной осанки, укреплению мышечного корсета и мышечно-связочного аппарата стоп, развитию координационных способностей, гибкости, воспитанию и развитию основных физических качеств. Одной из форм здоровьесберегающей работы в гимназии является проведение внеклассных мероприятий физкультурно-оздоровительной направленности: спортивные конкурсы, проведение общегимназических конкурсов, таких как «Сила. Красота. Грация», спортивные соревнования совместно с родителями, проведение ежемесячных Дней здоровья, туристические слеты.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ). Организует эту деятельность в гимназии инструктор по труду. Направленность этих технологий – создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это – и обустройство пришкольной территории (трудовые часы), и зеленые растения в классах, рекреациях, и участие в природоохранных мероприятиях (экологические субботники).

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ТОБЖ). Их реализует в гимназии педагог- организатор ОБЖ. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи – сохранение жизни – требования и рекомендации этого специалиста подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность учащихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, педагогов – курса «Безопасность жизнедеятельности».

5. Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ) подразделяются на 3 три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии (ОПТ), определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

- психолого-педагогические технологии (ППТ), связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;

- учебно-воспитательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья учащихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек. Организационно-воспитательная работа по здоровьесбережению направлена не только на формирование потребности в здоровом образе жизни, но и на сплочение коллектива и адаптацию воспитанниц,

необходимую в интернатном учреждении. Это и проведение утренней зарядки, и туристических слетов, и ежемесячных дней здоровья, в том числе и тематических: «Ты и я – одна семья», когда составляются разновозрастные команды, «Здравствуй, осень!», «Зимние забавы», «Лыжные гонки», «Папы разные нужны», участие во всемирном дне здоровья, в ежегодном Всероссийском уроке здоровья, во Всероссийской акции «Будь здоров!». Данные мероприятия всегда проходят весело, на свежем воздухе, с пользой для здоровья. Включаясь в разностороннюю внеурочную деятельность, воспитанницы становятся активными участницами образовательного процесса.

Таким образом, в условиях инновационного развития гимназии-интерната главная задача реализации здоровьесберегающих технологий – это организация образовательного пространства на всех уровнях, при которой качественное обучение, развитие, воспитание обучающихся не только не сопровождается нанесением ущерба их здоровью, а формирует потребность к здоровому образу жизни, повышает интерес к занятиям физкультурой и спортом.

### ***Список литературы***

1. Айзман Р.И. Методологические принципы и методические подходы к организации мониторинга здоровья обучающихся и здоровьесберегающей 18 деятельности образовательных организаций / Р.И. Айзман // Вестник педагогических инноваций. – 2019. №1(53). С.5–13.
2. Айзман Р.И. Комплексная оценка здоровья участников образовательного процесса. Учебное пособие для вузов / Р.И. Айзман, А.В. Лебедев, Н.И. Айзман, В.Б. Рубанович. – М.: Изд-во Юрайт, 2020. – 207 с.
3. Волков В.М. Морфофункциональные особенности растущего организма / В.М. Волков. – М.: ФиС, 1978. – 167 с.
4. Давыдов В.Ю. Методика преподавания оздоровительной аэробики: учебное пособие / В.Ю. Давыдов, Т.Г. Коваленко, Г.О. Краснова. – Волгоград: Изд-во Волгоградского гос. ун-та, 2004.
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К. Смирнов. – М.: АПК и ПРО. – 2002. – 121 с.

6. Пожилова О.А. Здоровьесберегающие технологии в образовании / О.А. Пожилова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/vu/lection/tema-2-zdorovesberegayushchie-tekhnologii-v-obrazovanii>