**Работа ГБОУ СОШ с. Большой Толкай по обеспечению здоровьесберегающей образовательной среды в соответствии с требованиями ФГОС НОО.**

***Абрамова Анна Олеговна,***

 ***Учитель физической культуры***

***ГБОУ СОШ с. Большой Толкай***

***Похвистневского района Самарской области***

 Здоровье учащихся находится в прямой зависимости от условий образовательной среды, которые позволяют реализовывать потребности личности, либо не позволяют и оттого в какой степени ребенок может реализовать свои потребности: физиологические, безопасности и защиты, принадлежности и любви, самоуважении, самоактуализации (иерархия потребностей по А. Маслоу) - во многом зависит уровень его здоровья. Если ребенок находится в напряжении, если он не может реализовать себя как личность, создается психотравмирующая ситуация. Конфликты, хроническая неудовлетворенность, душевные переживания, все это негативно сказывается на психическое, и как следствие физическое здоровье учащихся. Считается, что даже элементарное ОРЗ – показатель эмоционального напряжения. С помощью болезни дети показывают, что им плохо. Как же помочь ребенку реализовать себя в зависимости от его способностей и возможностей?

Этот вопрос особенно актуален в нашей (сельской) школе, где обучаются дети с разными возможностями, так как в селе это единственное образовательное учреждение. Контингент в школе самый разнообразный: это одаренные дети, они составляют 5 %, дети с нормальным интеллектом, они составляют 36 %, дети со средними возможностями – 35 % и дети с задержкой психического развития – 24 %. В каждом классе обучаются учащиеся с разными возможностями, дети с особыми образовательными потребностями интегрированы в обычный класс. Занятия идут в одну смену, наполняемость класса не более 20 человек.

Вся система работы в школе направлена на реализацию потребностей учащихся с разными возможностями.

С целью поиска наиболее оптимальных средств сохранения и укрепления здоровья учащихся, создания благоприятных условий для формирования правильного отношения к здоровому образу жизни в нашем образовательном учреждении была разработана программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни в соответствии с требованиями ФГОС НОО (Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования), структурным компонентом которая является система воспитательной работы, направленной на формирование трёх компонентов саногенной компетенции через соответствующие виды деятельности (согласно Н. А. Рыбакиной)

* Здоровье формирующую – формирование компетентности в вопросах ЗОЖ;
* Здоровьеразвивающую –самоопределение по отношению к нормам ЗОЖ;
* Здоровьесберегающую – самореализация в процессе ценностных отношений, составляющих культуру ЗОЖ.

Главными задачами нашей программы являются:

1. Популяризация преимуществ ЗОЖ, расширение кругозора школьников в области физической культуры и спорта.
2. Разработка и внедрение в школьную жизнь системы «выращивания» учащихся, показывающих высокие спортивные результаты.
3. Увеличение количества детских объединений спортивной направленности и привлечение учащихся к занятости в них.

Для реализации поставленных целей и задач в образовательном учреждении проводятся следующие мероприятия:

|  |
| --- |
| **Здоровьеформирующая деятельность** |
| Задачи | Содержание |
| Формирование представлений о базовой ценности здоровья, знаний о сущности физического, психического и социального здоровья | 1. В учебной деятельности включены вопросы ЗОЖ: в начальном звене («Правила личной гигиены», «Человек – Природа – ЗОЖ», «Правильное питание», «Витамины , их роль», «Наше здоровье», «Бережём здоровье с молода» и т. п.
 |
| **Здоровьеразвивающая деятельность** |
| Задачи | Содержание |
| Организация самостоятельной деятельности детей, направленной на включение ценностей ЗОЖ в структуру ценностей личности | 1. Из базисного учебного плана выделен третий час физической культуры с 1 – 11 классы, педагоги проводят физминутки и подвижные перемены. Этой деятельностью охвачены 100% учащихся
2. Организация в школе постоянно действующих спортивных кружков и секций: «Лёгкая атлетика», «Волейбол», «Лыжная», «Туризм». Разучивание народных игр, прогулки в лес, экскурсии по родному краю и т. д.
3. Коллективные творческие дела: серия игр, посвящённых пропаганде ЗОЖ, выполнение исследовательских проектов на тему ЗОЖ.
 |
| **Здоровьесберегающая деятельность** |
| Задачи | Содержание |
| Расширение опыта социальных отношений, основанных на принципах ЗОЖ | Проведение экологических акций внутри села: «Чистота – залог здоровья», «Живи, родник, живи», «Посади дерево»; участие в различного вида соревнованиях, мероприятиях: «День здоровья», «Подвижные игры на свежем воздухе», участие в мероприятиях: «День Здоровья», «Мини-соревнования» |

Вся система работы в школе направлена на реализацию потребностей учащихся.

**Реализация физиологических потребностей.**

 В школе организовано горячее питание. 100 % детей получают горячее питание.

 Разработан ряд мероприятий, где учитываются потребности детей в двигательной активности:

-- Проведение уроков с использованием методик оздоровления,

-- Разработаны комплексы упражнений в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся для физкультурных пауз, которые направлены на предупреждение нарушения осанки и зрения. Для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию используются схемы зрительных траекторий. Проводятся специальные комплексы по профилактике утомления зрения, опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы.

-- Проведение физзарядки до уроков с детьми начальных классов

-- Организация динамической перемены и активного отдыха;

 -- Ежедневно проводится массаж рук как метод простой эффективной коррекции некоторых психических функций (памяти, внимания, восприятия и т. д.) Опыт показал большую эффективность этой методики как для общего развития детей, развития мелкой моторики, так и некоторых психических функций. Для одних ребят – это коррекция, для других профилактика.

 -- Проводятся традиционные мероприятия: «Дни здоровья», «Мама, папа, я – спортивная семья», «Веселые старты», «Рыцарские турниры», «Зарница», «Смотр строя и песни» и др. Мероприятия проходят на территории школы или в лесу, где все дети активно участвуют в эстафетах, после окончания праздника организуется горячий обед. Дети наглядно видят благоприятное воздействие на организм активного отдыха на свежем воздухе.

-- Ведется работа по предупреждению вредных привычек: алкаголя, табакокурения, наркозависимости.

-- Пропаганда здорового образа жизни среди учащихся и их родителей.

 -- Внедрение в учебный процесс отдельных блоков программы обучения школьников культуре здоровья, изучение организма человека позволяет повышать познавательный интерес к своему организму, к здоровью его сохранению и развитию.

**Реализация потребности «безопасности и защиты»***;*

-- Изменение позиции педагога по отношению к ученику. В основе лежит гуманистическая позиция учителя-партнера (не подчинение, а совместная деятельность).

- Более 50% учителей прошли курсовую подготовку по изучению здоровьесберегающих технологий. Кроме того, в рамках школы на педсоветах, заседаниях МО и путем самообразования педагогами были изучены следующие вопросы:

 1) Проблемы ЗОЖ в современном обществе. Образовательный процесс и здоровье учащихся.

 2) Анатомо-физиологические и психологические особенности школьников. Факторы риска здоровья учащихся.

 3) Здоровьесберегающая организация образовательного процесса и др.

-- Четкая организация всех служб. Сотрудничество служб администрации школы, заместителя директора по АХЧ, медицинской, психологической, социологической, логопедической служб (на договорной основе), режим работы столовой, создание домашней обстановки в классных комнатах и коридорах, поддержание чистоты, порядка, выполнение гигиенических требований, создают условия позволяющие детям комфортно себя чувствовать и в школьном здании и в детском коллективе.

-- Составлено расписание, соответствующее всем санитарно-гигиеническим нормам.

*--* В школе организована республика ИСТОК – (Ищет, Спорит, Творит, Открывает, Каждый), где каждый ребенок задействован в самоуправлении. Учащиеся выполняют свое поручение по желанию, способностям, возможностям.

-- Воспитание толерантной культуры под девизом: «Все мы разные».

-- Развитие отношений сотрудничества между педагогами и учащимися, между учащимися внутри микро и макрогрупп «Сделай сам, помоги товарищу».

**Реализация потребности «принадлежности и любви»,** Подлинное счастье человека заключается в его способности стать самим собой, в полной мере реализовать свои возможности. Школьные годы – это прекрасное время для развития и проявления способностей. Чтобы каждый ребенок мог в полной мере проявить себя, проводятся следующие мероприятия.

 -- Разработана программа работы с одаренными учащимися с учетом их физического здоровья.

 -- Проводятся ранняя диагностика с привлечением специалистов всех профилей (на договорной основе) и подбор индивидуального коррекционно-развивающего маршрута для каждого ребенка, имеющего особые образовательные потребности. Знание и учет индивидуальных особенностей психического развития учащихся, разработка и внедрение индивидуальных программ развития для детей с особыми образовательными потребностями позволяет значительно снизить перегрузки учащихся

 -- Ведётся мониторинг знаний, умений, навыков.

**Потребность в самоуважении**

*--* Расширение представления о человеке;

-- развитие волевых и деловых качеств;

-- содействие становлению положительной Я-концепции;

-- формирование отношения к обществу и осознание своего места в этом обществе;

-- воспитание ответственного отношения к своим способностям, устремлениям, возможностям;

-- становление гуманистических ценностных отношений в коллективе учащихся.

В нашей школе широко применяется метод проектов, который дает ребенку возможность самоутвердится, увидеть свою значимость, причем каждый ребенок разрабатывает проект по своим интересам и возможностям. Каждое полугодие в школе проходит конкурс проектов, в которых участвуют учащиеся с 3 по 11 класс. Учащиеся начальных классов активные участники ежегодного окружного конкурса детских проектов «Первоцвет». Есть призовые места. Всячески стимулируется детское творчество, фантазия и воображение На базе школы организованы кружки: краеведения, «Хозяюшка», «Волшебная кисть» и др. Практически все дети задействованы в работе кружков по интересам, активно участвуют в различных творческих конкурсах.

Воспитание молодого поколения в школе основывается на ценностях, образах, идеалах и традициях Российского государства. Но при этом не забываются и национальная культура, а именно эрзянская. Ушинский считал, что «всякая живая историческая народность есть самое прекрасное создание божие на земле, и воспитанию остается только черпать из этого богатого и чистого источника». И каждый из наших детей гордо может сказать «Я сын эрзянского народа».

 Вся эта работа направлена на воспитание вышеназванных качеств личности.

**Потребность в самоактуализации**

-- Становление идеала человека и его жизненной позиции.

-- Развитие творческого потенциала.

-- Овладение приемами саморегуляции, самопознания и самовоспитания.

 Каждый педагог понимает, что только здоровый ребенок способен успешно овладеть школьной программой, а нарушения здоровья ведут к трудностям в обучении, поэтому коллектив нашей школы прилагает массу усилий на создание здоровьесберегающей образовательной среды.