

УДК 371  
ББК 74

ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО КОЛЛЕКТИВА  
СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ № 2 Г. ЛЕНИНОГОРСКА РЕСПУБЛИКИ  
ТАТАРСТАН ПО РАЗВИТИЮ ЗДОРОВЬЕ СБЕРЕГАЮЩИХ  
ТЕХНОЛОГИЙ

*О.К.Платонова*

FROM THE EXPERIENCE OF TEACHING STAFF OF  
SECONDARY SCHOOL № 2 LENINOGORSK OF THE REPUBLIC  
OF TATARSTAN ON DEVELOPMENT HEALTH-SAVING  
TECHNOLOGIES

*O.K. Platonova*

Одной из главных социальных и гуманитарных ценностей любого государства является здоровье детей. Школьники сегодня, сидящие за партой, уже в ближайшем будущем будут участвовать в повышении благосостояния нашей страны, поэтому наиболее актуальной проблемой была и остается проблема сохранения и укрепления здоровья детей. Особое значение приобретает работа школы по формированию у них правильного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

Мы понимаем, что проблема здоровья комплексная социальная межведомственная, решение которой во многом зависит от многих факторов, но в первую очередь, от образа жизни человека, поэтому школа делает акцент на таких важных компонентах своей деятельности, как воспитание ценностных ориентаций на фи-

зическое и духовное совершенствование личности, формирование потребностей и мотивов к систематическим занятиям физическими упражнениями, воспитание моральных и волевых качеств, формирование гуманистических отношений, приобретение опыта общения.

Школа № 2 в течение 10 лет имеет квалификационную характеристику «Школа, содействующая здоровью золотого уровня», с 2012 года является республиканской экспериментально-стажировочной площадкой по распространению опыта общеобразовательных учреждений, активно внедряющих современные здоровьесберегающие и здоровьеразвивающие технологии массовой первичной профилактики «Школьных форм патологий».

Реализация здоровьесберегающего направления осуществляется через:

Медицинское направление, которое предполагает:

- создание соответствующих санитарным требованиям условий для воспитания и обучения детей и формирование их здоровья;
- гигиеническое нормирование учебной нагрузки и объема домашних заданий с учетом школьного расписания, режима дня;
- четкое отслеживание санитарно-гигиенического состояния школы;
- организацию трехразового питания и питьевого режима.
- обязательное медицинское обследование;
- Просветительское направление, которое предполагает:
- организацию деятельности с учащимися и родителями по профилактике табакокурения, алкоголизма, наркомании; привитие норм здорового образа жизни, с привлечение сотрудников внутренних дел, медицинских работников.
- пропаганда здорового образа жизни (тематические классные часы, лекции, познавательные игры, конкурсы рисунков, плакатов, стихотворений, акции, Дни Здоровья, участие в таких конкурсах «Спорт – альтернатива пагубным привычкам – победители республиканского этапа 2013 г, призеры 2014, 2016 2017 гг., Олимпиада начинается в школе – призеры республиканского этапа 2013, 2016гг, «Президентские спортивные игры»

– призеры республиканского этапа на протяжении 4 лет; пропаганда физической культуры и здорового образа жизни через уроки биологии, географии, химии, экологии, ОБЖ, физической культуры). Освещение всей информации на школьном сайте и в социальных сетях.

• Психолого-педагогическое направление предполагает:

- использование здоровьесберегающих технологий в учебной деятельности;
- развитие познавательной и учебной мотивации;
- формирование навыков саморегуляции и здорового жизненного стиля;
- применение здоровьесберегающих технологий д.м.н. Владимира Филипповича Базарного;
- выполнение недельного двигательного режима
- реализация республиканского проекта «Ежедневная утренняя зарядка»
- применение музыкотерапии, цветотерапии и пескотерапии, игротерапии, сказкотерапии, дыхательной гимнастики А.Н.Стрельниковой.
- совершенствование психолого-медико-педагогической деятельности;

Более подробно мне хотелось бы остановиться на технологиях В.Ф.Базарного.

«Образование должно стать фактором укрепления здоровья, а не его разрушения» – именно так считает доктор медицинских наук, академик, В.Ф.Базарный, который

разработал свою технологию по здоровьесберегающим технологиям. Четыре класса нашей школы, начиная с 2012 г. работают по технологиям В.Ф.Базарного.

Данные технологии В.Ф.Базарного работают следующим образом:

Во-первых, учебные занятия в них проводятся в режиме смены динамических поз, для чего используется специальная ростомерная мебель с наклонной поверхностью – парты и конторки. Часть урока ученик сидит за партой, а другую часть – стоит за конторкой. Тем самым сохраняется и укрепляется его телесная вертикаль, позвоночник, осанка – основа энергетики человеческого организма.

Во-вторых, в процессе урока для разминок и упражнений на мышечно-телесную и зрительную координацию, а также на развитие внимания и быстроты реакции используются схемы зрительных траекторий, расположенные на потолке, и специальные офтальмотренажеры «Бегущие огоньки». Упражнения сочетают в себе движения глазами, головой и туловищем, выполняются в позе свободного стояния и базируются на зрительно-поисковых стимулах, которые несут в себе мотивационно-активизирующий заряд для всего организма.

В-третьих, с целью расширения зрительных горизонтов, развития творческого воображения и целостного восприятия и познания мира на уроках по всем предметам применяется специально разработанный «Экологический букварь»

(картина-панно), расположенный на одной из стен класса и изображающий уходящую в бесконечность и насыщенную природными и рукотворными зрительными стимулами местность, на которой с помощью специальных манекенов и карточек разворачиваются сюжеты урока.

В-четвёртых, важнейшая особенность всех уроков состоит в том, что они проводятся в режиме движения наглядного учебного материала, постоянного поиска и выполнения заданий, активизирующих детей. Для этого учитель использует подвижные «сенсорные кресты», карточки с заданиями и возможными вариантами ответов, которые могут по воле учителя оказаться в любой точке класса и которые дети должны найти и использовать в своей работе.

Важным условием в достижении цели является то, что все образовательные учреждения, работающие «по-Базарному», регулярно проводят экспресс-диагностику детей, которая показывает, что показатели здоровья данных детей улучшаются из года в год.

Диагностическое направление предполагает:

- проведение мониторинга за состоянием здоровья, в том числе на АПК «АРМИС» в ходе которого выявляются;
- общее состояние здоровья, наличие хронических заболеваний;
- мониторинговая и диагностическая деятельность как учащихся, так и родителей.

- режим дня, бытовые условия;
  - Спортивно-оздоровительное направление предполагает:
  - организацию спортивных мероприятий с целью профилактики заболеваний и приобщение к здоровому досугу;
  - привлечение системы кружковой, внеклассной и внешкольной работы к формированию здорового образа жизни учащихся через секции волейбола, баскетбола, хоккея, настольного тенниса, борьбы, шахматы, занятия ритмической гимнастикой для учащихся 1-6 классов.
  - введение подвижных перемен с использованием мягких модулей.
  - реализацию всероссийского проекта «Подвижные шахматы»
  - широкое привлечение учащихся, родителей, социальных партнёров школы к физической культуре и спорту, различным формам оздоровительной работы, участие в соревнованиях «ГТО всей семьей»
  - проведение физкультурминут, динамических пауз.
- Использование здоровьесберегающих технологий в нашей школе способствует:
- Созданию активной здоровьесберегающей среды в школе, способствующей сохранению здоровья учащихся, мотивации участников образовательного процесса на здоровый образ жизни;
  - Постепенному снижению уровня заболеваемости у детей школьного возраста; (за последние три года снизились показатели по заболеваемости глаз, нарушениям осанки)
  - Повышению уровня физической подготовки школьников; увеличение числа школьников, занимающихся в спортивных секциях и кружках;
  - Обеспечению статистического учета, контроля и анализа полноценного сбалансированного питания;
  - Сформированности у педагогов, обучающихся и их родителей мировоззрения здорового образа жизни;
  - Повышение социально-психологической комфортности в детском и педагогическом коллективах.

**Сведения об авторе:** Платонова Ольга Константиновна – директор МБОУ «СОШ № 2» муниципального образования «Ленингорский муниципальный район» РТ, Заслуженный учитель Республики Татарстан, Почетный работник общего образования РФ, e-mail: S2.Len@tatar.ru, lens2@mail.ru.

**About the author:** Platonova Olga Konstantinovna-Director of the municipal formation «Leninogorsk municipal district» of the Republic of Tatarstan, Honored teacher of the Republic of Tatarstan, Honorary worker of General education of the Russian Federation, e-mail: S2.Len@tatar.ru, lens2@mail.ru.

**Аннотация:** Статья посвящена рассмотрению опыта деятельности педагогического коллектива средней общеобразовательной школы № 2 г. Ленингорска Республики Татарстан, которая является экспериментальной площадкой по развитию современных здоровьесберегающих технологий. Данные технологии имеют комплексный характер и включают в себя медицинское, просветительское, психолого-педагогическое, диагностическое и спортивно-оздоровительное направления. Автор подробнее остановил

вается на технологиях доктора медицинских наук, академика В.Ф.Базарного, которые активно внедряются в практику работы школы.

**Ключевые слова:** здоровье сберегающие технологии; здоровый образ жизни; профилактика заболеваний; спортивно-оздоровительные мероприятия; медицинское обследование; физическое и духовное совершенствование.

**Annotation:** The article is devoted to the consideration of the experience of the teaching staff of secondary school № 2 of Leninogorsk in the Republic of Tatarstan, which is an experimental platform for the development of modern health-saving technologies. These technologies are complex and include medical, educational, psychological and pedagogical, diagnostic and sports and health areas. The author dwells on the technologies of doctor of medical Sciences, academician V. F. Bazarny, which are actively introduced into the practice of the school.

**Key-words:** health-saving technologies; healthy lifestyle; disease prevention; sports and recreational activities; medical examination; physical and spiritual improvement.