**Формирование здоровьесберегющей среды как фактор успешной адаптации в школе**

В соответствии с Законом «Об образовании РФ» здоровье детей и подростков относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Здоровье школьников – одно из важных условий благополучия школы, ее успешности, поэтому главная задача образования – построить учебный процесс так, чтобы сохранить здоровье школьников. Здоровье подрастающего поколения республики и разработка эффективных мер, направленных на его укрепление, в настоящее время – важнейшая социальная задача.

Благоприятные условия гимназии позволяют в полном объеме проводить мероприятия по сохранению здоровья учащихся. Кабинеты в школе светлые, теплые, проветриваемые и соответствуют санитарно-гигиеническим требованиям. Рекреации просторные и предназначены для отдыха детей. Для всех учеников занятия организованы в одну смену и начинаются с 8.30. Для питания учащихся начальной школы отведена перемена длительностью 20 минут после второго урока. Остальные 20-минутные перемены позволяют ученикам восстановить свои умственные и физические способности после напряженного труда на уроках. Практикуется чередование учебного и каникулярного времени, при котором пять- шесть недель учебы сменяются недельными каникулами; в первых и во вторых классах занятия проводятся в рамках пятидневной недели; педагогам рекомендовано постепенное наращивание учебной нагрузки для учащихся (с учетом после каникулярного времени и выходных дней)

Для гимназии в целом и для начальной школы в частности приоритетным направлением является формирование здоровьесберегющей среды. Формирование ценности здоровья и здорового образа жизни предусматривает разные формы организации занятий. Это: урок, внеурочная деятельность, внеклассные мероприятия, часы здоровья, Дни здоровья, занятия в кружках и спортивных секциях, школьные летние и загородные лагеря. В том числе активно используются возможности сетевого взаимодействия учреждений дошкольного и дополнительного образования.
 В начальных классах работают 10 учителей с высшим образованием. Из них 3 учителя имеют высшую и 7 – первую квалификационную категорию. Средний возраст – 40 лет, средний стаж работы – 20 лет. В десяти классах комплектах обучаются 258 учащихся, что составляет 45% всех учащихся гимназии.

Наши учителя ищут самые оптимальные пути обучения детей, используют передовые педагогические технологии, такие как: здоровьесберегающие, личностно-ориентированные, технологии сотрудничества и проблемного обучения, для того, чтобы процесс познания был радостным, доступным. При 100% ой успеваемости добиваются до 75 % качества.

Учителями проводятся нестандартные уроки: уроки – конкурсы, экскурсии, уроки — игры, соревнования, что благотворно влияет на здоровье. Применение игровых технологий на уроках в комплексе с другими приемами и методами организации учебных занятий укрепляет мотивацию на изучение предмета, помогает вызвать положительные эмоции, увидеть индивидуальность детей.

 Физкультминутки учителя начальных классов проводят, учитывая специфику предмета, зачастую с музыкальным сопровождением – это помогает восстановить оперативную работоспособность.
Систематически в процессе обучения проходят зарядки, динамические паузы , прогулки и игры на свежем воздухе. Они дают возможность разрядиться, снять негативные эмоции, переключиться, а затем с новыми силами взяться за учёбу.

Наша гимназия располагает работой двух спортивных залов: малого и большого с наличием спортивного инвентаря. Имеется спортивная площадка, хоккейная коробка. Физкультурно-оздоровительные технологии направлены на физическое развитие учащихся. Преподавание 3-х часов физической культуры ведётся учителями физкультуры, которые учитывают группу здоровья ребёнка, а значит создают ситуацию успеха для каждого.
 В рамках реализации внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению еженедельно проводятся внеурочные занятия групп: «Весёлые старты», «Чемпион», «Юные олимпийцы» для учащихся начальных классов. Работа спортивных секций по баскетболу, волейболу, футболу, лёгкой атлетике, участие в школьных спортивных соревнованиях: лыжные гонки, лыжня России, легкоатлетический кросс, «Рыцарские турниры», «Детский сабантуй», «Весёлые старты», осенний марафон, Дни здоровья, способствуют укреплению и сохранению здоровья, закаливанию, пропаганде здорового образа жизни. Эти соревнования имеют публичный резонанс и освещаются на школьном Интернет-сайте. Такой разумный пиар вносит вклад в укрепление здоровьесберегающей атмосферы в среде образования. Поощрениями победителей таких соревнований и подобного рода мероприятий мы культивируем физическую активность, престиж движения, бодрости, жизненного оптимизма.

Для педагогического состава и родителей учащихся предоставлена возможность поддерживать и укреплять своё здоровье, посещая школьный спортзал для игры в волейбол, настольный теннис, фитнес.

Для младших школьников второй год проводятся занятия оздоровительной гимнастики. Одним из направлений в работе гимназии по здоровьесбережению является мониторинг состояния здоровья детей, то есть создание системы учета контроля состояния здоровья учащихся на основе комплексных психологических, педагогических, медицинских обследований детей.

В современных условиях наблюдается резкое снижение процента здоровых детей в начальных классах, что является актуальной проблемой. Об этом свидетельствует статистика. Из 258 учащихся начальных классов: 203 ребёнка (79%) – здоровых ребёнка; 44 (17%) – с хроническими заболеваниями; 6 (2,1%) – с тяжёлой формой заболевания, с ограниченными возможностями здоровья - 5 (1,9). У учащихся 1-4 классов преобладают такие хронические заболевания как: внутричерепная гипертензия, головные боли, функциональный шум в сердце, бронхиальная астма, эпилепсия, анемия, плоскостопие. В течение каждого учебного года проводятся анкетирования детей и их родителей по проблемам здоровья учащихся. Специалистами – медиками по плану диспансеризация детей в «Центре здоровья» городской детской поликлиники. После медосмотров проводятся индивидуальные беседы с родителями о состоянии здоровья детей и даются практические советы по укреплению и сохранению здоровья. Строго по графику делаются необходимые прививки и проводится витаминизация, практикуется использование кислородного коктейля, оказывается стоматологическая помощь в стоматологическом кабинете гимназии, лечение в физиотерапевтическом кабинете. Ежегодно учителями и медработником ведется учет и контроль состояния здоровья учащихся, проводятся диагностики в начале и конце учебного года по классам. В результате проведенного мониторинга нами было выявлено, что количество детей, имеющих хронические заболевания, не увеличивается, а вирусными заболеваниями дети стали болеть реже. Поэтому наша гимназия ни разу не закрывалась на карантин в период эпидемии гриппа. Использование возможностей нашего медицинского блока способствуют сохранению и укреплению здоровья учащихся гимназии.

О проблеме преемственности между ступенями дошкольного и начального школьного образования мы знаем не из книг. И поэтому возникает необходимость помочь детям, их родителям и самой школе еще в детском саду лучше узнать друг друга, а значит, сделать первые недели пребывания в школе более комфортными, сократить до минимума всегда сложный адаптационный период.

В 2013 году в гимназии была создана Школа раннего развития. Это попытка, с одной стороны, помочь дошкольникам преодолеть все еще существующий во многих случаях барьер между двумя ступенями образования, а с другой стороны подготовить дошкольников к обучению в начальной школе.

На классных часах постоянно пропагандируется здоровый образ жизни. В ходе данного мероприятия выпускаются стенные газеты, листовки; дети пишут сочинения. Например, « Что такое ЗОЖ?», «Будь здоров, малыш», «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу», «Зачем надо заниматься спортом?», «Вредные привычки» и т.д. Учителя начальных классов ведут огромную работу по изучению правил безопасности дорожного движения. Это и беседы, и конкурсы, и викторины «Светофорчик», «Что там за окном?», «Правила безопасного движения». В межсезонье по утрам (когда дети идут в школу) организовывается работа «Живого светофора» . В эту операцию привлекаются родители. Наши ученики также занимаются исследовательской и проектной деятельностью. В предыдущие годы наши ребята выступали на школьных и муниципальных научно-практических конференциях и занимали призовые места. Работа над проектами помогает развитию способностей учащихся к самостоятельному поиску. Дети приобретают навыки решения жизненно важных задач, в том числе и задач укрепления здоровья. Нужную информацию, необходимую литературу ребята могут найти в наших библиотеках.

В гимназии успешно функционируют две библиотеки: школьная и модельная городская библиотека №3.

 Для реализации задач по формированию здоровьесберегающей среды нам также помогают учреждения дополнительного образования: Детская юношеская спортивная школа, Спортивный комплекс «Олимпиец», Дворец детского и юношеского творчества, Ледовый дворец «Туймазы-арена», Центр туризма, Детская городская библиотека. 98% учащихся гимназии после занятий посещают различные кружки и секции этих учреждений. В начале учебного года представители этих учреждений у себя и в гимназии проводят презентации «Приведи ребёнка в спорт», «Дни открытых дверей», мастер-классы.В течение учебного года учителями организовываются экскурсии, походы на природу, отдых в лагерях «Городок» и «Островок». А в летнее время и во время модульных каникул около 80% детей младшего школьного возраста отдыхают в школьном лагере дневного пребывания на базе гимназии. Все эти мероприятия на наш взгляд помогают формированию у ученика нравственного отношения к своему здоровью, которое выражается в желании и потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни.

В образовательном процессе важная роль принадлежит и родителям. Каждый родитель хочет, чтобы его рёбёнок был здоров, учился с удовольствием. На родительских собраниях говорим о том, как помочь детям в учёбе, как правильно организовать выполнение домашних заданий, насколько важно и нужно ребёнку соблюдать режим дня. Родители приглашаются в класс на уроки и внеклассные мероприятия (Дни здоровья, весёлые старты, «Папа, мама, я – дружная семья!», путешествие на полянку дружбы).

Здоровье – не все, но ВСЕ без здоровья ничто!

Формирование здоровьесберегающей среды в начальной школе– неотъемлемая часть учебно-воспитательного процесса современной школы и школы будущего, способствующая развитию гармоничной личности.