



## 9.2 ПОЗИТИВНАЯ ДИНАМИКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Мониторинг здоровья обучающихся — это целенаправленная целостная, организованная программа отслеживания, измерения отдельных (комплексных) показателей на уровне системы деятельности школы по организации здоровьесберегающего пространства, по сохранению и укреплению здоровья обучающихся. Оценка состояния здоровья школьников осуществляется посредством наблюдения, анализа медицинских карт, результатов медицинских осмотров, статистической медицинской отчётности, анализа распространения хронических заболеваний для выявления негативных внешних и внутренних факторов влияния на него. Ежегодно обучающиеся лица проходят углублённый медицинский осмотр врачами-специалистами в СПб ГБУЗ «Детской городской поликлинике №21».

На конец календарного года школьным врачом предоставляются отчёты о состоянии здоровья обучающихся 1-11 классов. Следует сделать следующие выводы: в школе проводится большая и успешная работа по созданию здоровьесберегающего пространства:

- Профилактика возникновения нарушений опорно-двигательного аппарата обучающихся осуществляется на основе контроля соответствия школьной мебели, требования СанПиН, раскладки обучающихся за учебными столами (партами), в соответствии с уровнем их физического развития.
- Обязательным требованием на уроке является проведение физкультминуток.
- Для профилактики заболеваний органов пищеварения, иммунной и эндокринной системы в школе предусматривается организация горячего питания. На текущий период состояние охвата обучающихся горячим питанием составляет 87 %, в осенне-зимний период проводится регулярная витаминизация пищи;
- Для профилактики заболеваний органов дыхания среди обучающихся в школе ведётся большая профилактическая работа, при благоприятной погоде часы физической культуры проводятся на открытом воздухе, осуществляется регулярное проветривание и влажная уборка кабинетов и рекреаций;
- Для профилактики возникновения нарушений зрения у обучающихся важным является раннее выявление так называемых «групп риска» — обучающихся с предмиопией и спазмом аккомодации. Профилактика осуществляется через постоянный контроль за правильностью посадки обучающегося, регулярное

проведение зарядки для глаз, регламентацию непрерывной продолжительности чтения и использования ИКТ.

- Профилактика нарушений нервно-психического здоровья обучающихся осуществляется через контроль организации учебного процесса, в соответствии с возрастными функциональными познавательными и психосоматическими возможностями обучающихся, работает психологическая служба; преподаватели работают в постоянном контакте с медицинским работником школы.

Сдача контрольного норматива по физкультуре, норм физкультурно-оздоровительного комплекса, использование самоконтроля по методу ортостатической пробы, результаты соревнований позволили составить отчёт об уровне физического развития обучающихся на 2021-2022 учебный год. Он показал, что в целом преобладал «средний» уровень физического развития, причём показатели «выше среднего» уступают показателям «ниже среднего» как у мальчиков, так и у девочек.

Администрация лицея, понимая сложность и актуальность проблемы, стала предпринимать усилия для контролирования сложившейся ситуации с дальнейшей корректировкой традиционных форм и методов оздоровления и применение здоровьесберегающих технологий во всех основных направлениях работы образовательного учреждения.

Таким образом, введя в практику школы отдельные направления здоровьесберегающей деятельности, можно представить обобщённую модель нашего учебного заведения, которая включает:

- комплекс мероприятий, направленный на укрепление здоровья школьников и учителей, создание условий для гармоничного развития;
- систему коррекции нарушений соматического здоровья с использованием комплекса оздоровительных мероприятий без отрыва от учебного процесса с учётом его психологического и физиологического воздействия на организм обучающихся;
- принцип соблюдения санитарно-гигиенических норм организации УВП, нормирования учебной нагрузки и профилактики утомления обучающихся;
- систему медико-психолого-педагогического мониторинга состояния здоровья, физического и психического развития школьников;
- способ обеспечения сбалансированного питания всех обучающихся в школе.

Медицинские исследования, наблюдения и их анализ дают основания сделать вывод: мероприятия в ходе реализации здоровьесберегающих технологий за последние три года дают положительный эффект.

При организации здоровьесберегающей деятельности мы учли, что доминировать должны такие виды спорта, которые не зависят ни от возраста, ни от комплекции, ни от уровня подготовки ребёнка и не требуют особых способностей и навыков, а являются средством общеразвивающего характера: например, волейбол, футбол. Для привлечения ещё большего количества детей используются возможности ШСК «Зарница», работающего на базе ГБОУ лицея №384, и проекта «Самбо в школе», подготовившего многочисленных победителей соревнований различного уровня. Возглавляют эти подразделения лицея наши выпускники Ключков С.Е. и Любимов С.В. Кадровое обеспечение и материально-техническая база позволяют не только организовать досуговую деятельность обучающихся с применением дифференцированного подхода, но и предоставить детям возможность развития их спортивного мастерства.