**Назарова Светлана Геннадьевна,**

директор ГБОУ школы №667

Невского района Санкт-Петербурга

**Здоровый образ жизни- наш выбор!**

**Здоровье на «отлично»**

Одним из основных приоритетов развития Российской Федерации, по словам президента В.В. Путина, является здоровье нации. Сохранить здоровье – основная забота каждого образовательного учреждения. Сегодня современное общество ставит современные цели перед образованием. Это обеспечение не только педагогического, но и здоровьесберегающего эффекта: сохранение, укрепление физического, психического здоровья всех участников образовательных отношений. Здоровье человека – важный показатель его личного успеха. Исходя из этого, мы определяем миссию нашей школы как образование (воспитание и обучение) свободного, творчески мыслящего, физически и нравственно здорового, способного к непрерывному образованию достойного гражданина страны. В школе № 667 1060 обучающихся, 38 классов, 120 сотрудников. Школа давно и успешно работает в области здоровьесбережения. В школе более 10 лет функционирует Служба здоровья. Основная идея создания Службы здоровья заключается в построении здоровьесозидающей образовательной среды через   организацию междисциплинарного и межведомственного взаимодействия профильных специалистов, всех участников образовательных отношений и социальных партнеров, заинтересованных в сохранении и укреплении здоровья.

Успех обеспечивается наличием команды подготовленных специалистов, участием в региональном мониторинге, готовностью всего педагогического коллектива к здоровьесозидающей деятельности, наличием [целевой программы](http://www.667spb.edusite.ru/DswMedia/celevayaprogramma667shkolyi.doc) развития ОУ. На базе школы функционировал ресурсный центр, целью которого было подготовить педагогический коллектив к ведению здоровьесберегающей деятельности, научно-методическое обеспечение физкультурно-оздоровительного и информационного направлений деятельности Службы здоровья ОУ и распространение опыта по построению здоровьесозидающей среды в образовательных учреждениях Санкт-Петербурга.

С 2012 года школа являлась районной экспериментальной площадкой «Формирование здорового образа жизни участников образовательного процесса в условиях реализации ФГОС». За годы работы было создано три инновационных продукта. Наш опыт был представлен на Петербургском образовательном форуме, в конкурсе инновационных продуктов, на Всероссийских конкурсах.

Важнейшим показателем богатства нации является состояние здоровья подрастающего поколения. Фундамент здоровья и становления личности закладывается в раннем возрасте. Состояние здоровья зависит от нескольких факторов, но главным является образ жизни, который формируется прежде всего в семье и школе. Заболеваемость детей, подростков часто связана с недостаточной их информированностью о риске возникновения некоторых заболеваний и навыков первой помощи, наличием вредных привычек и в целом низким уровнем культуры самосохранения. Понятие "здоровый образ жизни" сейчас у всех на устах. Но задумывались ли мы, каков его реальный смысл, конкретное наполнение? Это единство четырех важнейших аспектов, которые и делают вашу жизнь действительно здоровой. Во-первых, это духовное и душевное здоровье, то есть жизнь в мире с самим собой. Во-вторых, самодисциплина и соблюдение всех правил гигиены. В-третьих, рациональное питание. И, в-четвертых, регулярная физическая активность. Главная задача общества и каждого человека сейчас - сделать такой образ жизни единственно возможным. Здоровье нашей нации - это здоровье каждой семьи. В нашей школе в Службу здоровья входит психолог, социальный педагог, медицинская сестра, заместитель директора по воспитательной работе, родительская общественность. Ведется работа с детьми. В ходе творческих дел ребята встречаются с интересными людьми, родителями, представителями общественности, медицинских учреждений, правоохранительных органов. Деятельность Службы здоровья направлена на формирование условий, обеспечивающих успешную социальную адаптацию подростков, должна вызывать интерес у детей. Служба здоровья позволяет решать комплексные задачи, формирующие ЗОЖ. Содержание мероприятий определяется в зависимости от возрастной психологии. Формы работы должны быть современными. Ведущими аспектами деятельности в образовательной среде являются: социальный аспект, ориентированный на формирование позитивных моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни психологический аспект, направленный на формирование стрессоустойчивых личностных установок, позитивных оценок, а также навыков "быть успешным", быть способным сделать позитивный альтернативный выбор в трудной жизненной ситуации, образовательный аспект, формирующий систему представлений и знаний о здоровье. Просветительская работа ведется с детьми «группы риска», даются разъяснения уголовного законодательства по вопросам дивиантного поведения; проводятся встречи с работниками ОДН. В содержание образовательных программ общеобразовательных предметов (ОБЖ, физическая культура, биология, обществознание) введены специализированные знания, касающиеся формирования ценностного представления о своем здоровье. Педагогом-психологом разработана и внедрена для обучающихся программа-тренингов активной психологической защиты, сформирована волонтерская группа из подростков с лидерскими установками для оказания поддержки сверстникам с проблемами. Тематические классные часы с участием специалистов организуются с целью повысить информированность подростков, сформировать негативное отношение к вредным привычкам. Работа ведется по разным направлениям. Наша школа давно и успешно работает по программе сохранения и укрепления здоровья «Здоровое поколение сегодня – процветающая Россия завтра», которая решает задачи: формирование у детей представления о ценности своего здоровья и необходимости бережного отношения к нему, развитие коммуникативных навыков, формирование умения противостоять негативному давлению со стороны окружающих. Одним из ресурсов школы по формированию ЗОЖ является центр дополнительного образования школы, где в кружках и секциях занимаются 780 человек. Работают секции баскетбола, волейбола, футбола. Ежегодно наши команды становятся победителями и призерами районного и городского уровня. Занятия проходят до 20 часов, включая субботу и воскресенье. Спортивно-оздоровительная работа позволяет отвлечь детей от улицы, сделать нормой жизни заботу о сохранении и укреплении здоровья. Многое здесь зависит от личности тренера. Наш руководитель ШСК сумел привлечь к занятиям детей и их родителей. Заниматься здоровьем возможно только в тесном контакте с семьей. В школе работает родительский клуб, которым руководит педагог-психолог. На занятиях оказывается поддержка по вопросам развития у детей представлений о здоровом образе жизни, по предупреждению вредных привычек. Очень важно привлечь родителей в школу и вовремя оказать им помощь. Для родителей организовываются совместные соревнования, спортивные праздники, встречи с представителями правоохранительных органов, прокуратуры, ППМСЦ, медицинских учреждений. Необходимо вооружить родителей методами и приемами формирования ЗОЖ, а главное дать им практические рекомендации. За годы работы школа нашла много единомышленников, которых волнует проблема профилактики негативных привычек. АППО СПб, университет им. Лесгафта, Медицинский центр профилактики, Военный физкультурный университет, детская поликлиника №62, ППМСЦ, спортивные организации. Работа по взаимодействию включает в себя творческие встречи, уроки здоровья, совместные соревнования. Нашли мы заинтересованных партнеров за рубежом. Это Эстония, Латвия, Германия, Финляндия**.** В течение многих лет мы обмениваемся информацией, реализуем интересные проекты, способствующие формированию культуры здоровья. Социальным объектом, где ведется работа по сохранению и укреплению здоровья стал наш школьный музей «Из истории советского и российского спорта». Чемпионы страны Ирина Роднина, Евгений Плющенко, Ольга Кужела и многие другие проводили олимпийские уроки в нашей школе, рассказывали о культуре здоровья, о важности занятий спортом. Их позитивный жизненный опыт вызывает у детей желание подражать знаменитым спортсменам. На базе музея организована работа с детьми, которые освобождены от уроков физкультуры.

С 2010 года на базе школы открыты спортивные классы по водным видам спорта, которые тренируются на базе Центра Водных Видов Спорта «Невская волна». Мы создаем для них особые условия, а они добиваются успехов. Наши синхронистки являются чемпионами Санкт-Петербурга, победителями всероссийских конкурсов. Вовлечение детей в спорт формирует их гражданскую позицию, гордость за страну, способствует духовному становлению личности. Ежегодно два класса начальной школы учатся и живут в санатории «Дюны». Программа оздоровления дает свои результаты. Профилактика простудных заболеваний позволила нам избежать карантина. В школе есть агитбригада задача которой, пропаганда здорового образа жизни. Ребята организуют спортивные соревнования «Здоровый образ жизни - выбор молодежи», конкурсы плакатов «Жизнь без наркотиков», проводят акции «Классы свободные от курения» и т. д. Особое внимание уделяем и педагогам. Для них организовано посещение бассейна, работает психологический клуб, ведется секция ОФП. Сегодня нам есть, чем гордиться. Школа вырастила выдающихся спортсменов. Олимпийская чемпионка в беге с барьерами Наталья Антюх, чемпионка мира и Европы в беге на короткие дистанции Светлана Поспелова, чемпионка России по фигурному катанию Катарина Гербольдт. Неоднократно школа была победителем различных конкурсов. Школа является победителем Всероссийского конкурса образовательных организаций по осуществлению деятельности в области формирования здорового образа жизни обучающихся при реализации межведомственного взаимодействия и социального партнерства. Системная работа по сохранению и укреплению здоровья создает условия для качественного образования. Забота о своем здоровье - это неотъемлемая часть культуры каждого человека. Школа воспитывает человека завтрашнего дня. И от того каким он будет, зависит здоровье нации. И к этому стремится наше государство и отдельно взятая школа № 667.