

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»

Отдел дополнительного образования

**Итоговая аттестационная работа  
по программе повышения квалификации  
«ПРОЕКТИРОВАНИЕ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО  
ПРОСТРАНСТВА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ»**

**ПРОЕКТ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА**

**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**

**«Средняя общеобразовательная школа № 8»**

**руководитель проекта:**

Маркович Лариса Владимировна, советник директора по воспитанию

**разработчики проекта:**

Бардакова Наталья Григорьевна, заместитель директора по ВР

Курылева Елена Николаевна, учитель начальных классов

Пермь 2023 год

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 8»**

**Проект «ШКОЛА ЗОЖ LAND».**

**База реализация проекта:**

МБОУ СОШ № 8 и пришкольная территория

**Участники проекта:**

администрация, ученики начальной школы, педагоги, работники школы,  
актив школьного самоуправления

**руководитель проекта:**

Маркович Лариса Владимировна, советник директора по воспитанию

**разработчики проекта:**

Бардакова Наталья Григорьевна, заместитель директора по ВР

Курылева Елена Николаевна, учитель начальных классов

Красновишерский городской округ, 2023 год

## Описание проекта

МБОУ СОШ № 8 Красновишерского городского округа была открыта 1 сентября 1976 года. Сейчас наша школа – это основное здание и структурные подразделения - Вишерогорская ООШ и Березовостарицкая ООШ. В основном здании обучается 852 ученика. Педагогический коллектив составляет 49 человек. В школе двухсменная шестидневная неделя, поэтому заняты практически все учебные кабинеты. Такой режим работы способствует ухудшению здоровья как обучающихся, так и педагогов.

Назрела необходимость проанализировать работу учреждения в направлении здоровьесбережения, выявить лучшие традиции и практики коллектива, ввести инновационные методы и формы, объединить все и создать в школе здоровьесформирующую среду. В декабре 2022 года в Министерстве образования и науки Пермского края состоялась успешная защита дизайн-проекта благоустройства территории нашей школы под названием «ШКОЛА LAND». А это значит, что к 2023 учебному году территория нашей школы будет благоустроена, появятся зоны активного и тихого отдыха. А наш проект «ШКОЛА ЗОЖ LAND» поможет создать здоровьесформирующее пространство в самой школе и на ее территории. Это станет возможным благодаря введению в образовательный процесс системы программ, приемов, методов и мероприятий, направленных на сохранение и развитие здоровья ребенка на всех этапах его обучения и личностного становления. На первом этапе реализации проекта это будут ученики начальной школы. Фитнес – технологии, малые формы занятий физической культурой, танцевально-ритмические программы, игровые технологии (дворовые игры, современные игры, настольные спортивные игры), цифровые технологии – это то, что станет уникальной особенностью нашего проекта. Для нашего образовательного учреждения проект значим. Об этом говорят диагностические исследования.

Таким образом, проект «ШКОЛА ЗОЖ LAND» предполагает реализацию комплекса мероприятий по формированию ЗОЖ у детей

начальной школы. В основе проекта лежит само понятие «Здоровье», которое включает в себя 3 основных составляющих: физическое здоровье, психическое здоровье, нравственное здоровье. Участники проекта, посредством участия в мероприятиях не просто знакомятся с особенностями видов здоровья и правилами ЗОЖ, а активно включаются в творческую, исследовательскую, пропагандистскую деятельность, получают опыт построения своего дня с учетом основных правил и принципов ЗОЖ.

## **Проблематика проекта**

Здоровье во все времена считалось высшей ценностью, основой активной творческой жизни, счастья, радости и благополучия человека. В современном обществе оно становится ещё и условием выживания. По данным Минздрава, только 5% выпускников школ являются здоровыми, 80% школьников хронически больны, 50% имеют морфофизиологические отклонения, 70% страдают нервно-психическими расстройствами. Это по стране. Как обстоят дела в нашей школе? Для работы мы взяли конкретный 3Б класс нашего образовательного учреждения. Диагностика состояния здоровья обучающихся 3Б класса показала, что у детей низкая двигательная активность на переменах: позицию наблюдателя занимают 52% детей, «зависают» в телефоне 13% и только 35% используют перемены для активного отдыха. Дома во время выходных объём движения у детей тоже крайне мал: 1-2 км проходят 48% обучающихся, 3- 4 км – 52 %

Вследствие низкой двигательной активности у детей наблюдается избыточная масса тела, проблемы с осанкой. Такой малоподвижный образ жизни сказывается на частоте заболеваний. В классе нет детей, которые бы не болели ни разу в течение учебного года: 3% болеют редко (1 раз в год), 57% болеют 2-3 раза за год, 30% болеют очень часто (более 4 раз в год).

К сожалению, статистические данные свидетельствуют о том, что за период обучения в школе, состояние здоровья детей ухудшается в 4-5 раз. Факты подтверждают, что именно в школе ученик получает то или иное

заболевание, отклонение здоровья. Проблема здоровья учащихся вышла сегодня из разряда педагогических и обрела социальное значение. Школа является местом активной деятельности ребенка на протяжении 6-11 лет. Поэтому одной из главных целей педагогического коллектива сегодня становится формирование и развитие здоровьесформирующей образовательной среды, в которой школьник ведет здоровый образ жизни.

Здоровьесберегающая среда в школе предоставляет каждому ученику реальную возможность получить полноценное образование, адекватное его способностям, возможностям, склонностям, потребностям и интересам. Поэтому, считаем, наш проект является для нашей школы актуальным.

### **Цель проекта:**

Разработка и внедрение в начальной школе серии новых игровых форм и образовательных игр разной направленности, а также танцевально – ритмических элементов в рамках здоровьесформирующей среды.

### **Задачи проекта:**

- разработчикам проекта пройти курсы, познакомиться с современными игровыми и танцевальными технологиями;
- провести начальную и итоговую диагностики уровня здоровья обучающихся 3 Б класса с целью сравнения показателей;
- провести обучающие занятия по теме проекта педагогов начальной школы, актива школьного самоуправления, помощников реализации проекта;
- организовать введение в образовательный процесс начальной школы игровых форм, танцевальных переменок, разработанных физкультминуток;
- в рамках проекта закупить и внедрить в систематическую работу настольные спортивные игры;
- организовать проведение мероприятий, разработанных в рамках проекта;

- популяризировать преимущества здорового образа жизни, расширять кругозор школьников в области физической культуры и спорта;
- провести заключительное мероприятие проекта – общешкольный образовательный поход “DayOut” целью ознакомления с новыми игровыми формами обучающихся основной и средней школы;
- подвести итоги проекта.

## **Педагогические задачи проекта**

### **Обучающие:**

- формировать общеучебные навыки и умения: планирования своего дня, самоконтроля;
- формировать навыки труда: понимание задания, продумывание хода его выполнения, подготовка к активной работе, соблюдение рационального режима труда;
- продолжить формирование умений и знаний обучающихся здоровому образу жизни.

### **Развивающие:**

- развивать мотивационные качества учащихся, мотивы деятельности;
- развивать интеллектуальные качества учащихся, познавательный интерес и творческие способности;
- развивать волевые качества учащихся, самостоятельность, умение преодолевать трудности.

### **Воспитательные:**

- обеспечить нравственное воспитание учащихся;
- содействовать трудовому воспитанию учащихся;
- содействовать эстетическому воспитанию;
- содействовать физическому воспитанию учащихся;
- воспитывать волю, умение преодолевать трудности.

## **Участники проекта**

Администрация школы, рабочая группа, педагоги, ученики начальной школы, актив школьного самоуправления.

### **Модель здоровьесформирующего образовательного пространства**

Модель школьного уровня предполагает здоровьесберегающую деятельность, которая включает задачи, определяющие конкретную работу МБОУ СОШ № 8 по реализации всех направлений функционирования ОУ: разработку, апробацию и внедрение школьных инициатив, освоение и внедрение регламентированных и факультативных программ, обеспечение системы мониторинга, систематизация и обобщение опыта работы, прогнозирование учебно-воспитательного процесса, направленного на сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса.

Для реализации модели школа имеет:

- компьютерные классы;
- оборудование для организации и проведения презентаций;
- спортивный зал;
- межшкольный стадион;
- врачебный кабинет;
- спортивный инвентарь;
- образовательные программы и модуль «Культура здоровья, профилактика и безопасность» в рабочей программе воспитания;
- кадровый ресурс;
- профильный туристический лагерь;
- участие в проекте «Футбол в школе» (1 классы);
- участие в проекте «Умею плавать» (3 классы);
- участие в подготовке и сдача норм ГТО;
- спортивно-массовые мероприятия в рамках школьных КДТ.

В рамках реализации проекта «ШКОЛА ЗОЖ LAND» модель здоровьесформирующего образовательного пространства школы будет дополнена и реализована через:

- уроки физической культуры с третьим часом для начальной школы с игровым элементом «Лапта»;
- подвижные перемены, физкультурные паузы;
- стенды с постоянно обновляющейся информацией по теме проекта;
- специально оборудованные зоны для двигательной активности;
- реализации проектной деятельности на уроках физической культуры;
- включением новых игр в спортивные секции дополнительного образования, спортивно – массовые мероприятия;
- инструктажи и беседы по технике безопасности в новом формате;
- подвижные игры для учеников начальной школы с использованием цифровых технологий.

### **Дорожная карта проекта на 2023 год:**

<b>Дела, события мероприятия</b>	<b>Классы</b>	<b>Ориентировочное время проведения</b>	<b>Ответственные</b>
<b>Подготовительный этап</b>			
Создание рабочей группы регионального проекта «Школа – территория здоровья»		Сентябрь 2022	директор МБОУ СОШ № 8
Прохождение курсов «Проектирование и организация здоровьесформирующего пространства в ОУ»		февраль	рабочая группа
Собрание рабочей группы по разработке документов планирования проекта «ШКОЛА ЗОЖ LAND»		февраль	руководитель рабочей группы
Проведение входящей диагностики уровня здоровья обучающихся	3 Б класс	февраль	Курылева Е.Н.

Защита проекта «ШКОЛА ЗОЖ LAND»		февраль	рабочая группа
<b>Реализация проекта</b>			
Участие в спортивных кружках и секциях	1 - 4	в течение года	учителя физической культуры
Организация физминуток на уроках	1 - 4	в течение года	классные руководители
Функционирование оборудованных зон для двигательной активности	1 - 4	в течение года	педагог-организатор
Проведение третьего часа уроков физической культуры с игровым элементом «Лапта»	1 - 4	в течение года	учителя физической культуры
Организация танцевальных перемен	1 - 4	в течение года	актив школьного самоуправления
Всероссийские открытые уроки «Основы безопасности жизнедеятельности»	1 - 4	в течение года 1 урок (сентябрь) – «Действия в чрезвычайных ситуациях»; 2 урок (октябрь) – «День гражданской обороны РФ»; 3 урок (март) – «Всемирный день гражданской обороны»; 4 урок (апрель) – «Техногенные катастрофы».	классные руководители
Участие в школьных, муниципальных и краевых спортивных соревнованиях	1 - 4	в течение года	учителя физической культуры
Тематические классные часы по пропаганде здорового образа жизни	1 - 4	в течение года	классные руководители
Оформление стендов по теме проекта	1 - 4	по графику	педагог-организатор
«Лыжня России»	1 - 4	февраль	учителя физической культуры

			культуры
Муниципальные спортивные соревнования «Вишерская лыжня»	1 - 4	март	учителя физической культуры
Весенние забавы	1 - 4	апрель	руководитель ШСК «Импульс»
Проведение итоговой диагностики уровня здоровья обучающихся	3 Б класс	май	Курылева Е.Н.
Летняя оздоровительная кампания	1 - 4	июнь - июль	заместитель директора по ВР
Школьный легкоатлетический кросс «Золотая осень»	2 - 4	сентябрь	педагог-организатор, классные руководители, учителя физической культуры
Всероссийский День бега «Кросс Нации»	1 - 4	сентябрь	учителя физической культуры
Общешкольный поход «DayOut»	2- 4	сентябрь	педагог-организатор, классные руководители, учителя физической культуры
Школьные соревнования «Мама, папа, я – спортивная семья»	1 - 4	ноябрь	педагог-организатор, классные руководители, учителя физической культуры
Весёлые старты	1 - 4	декабрь	педагог-организатор, классные руководители, учителя физической культуры
<b>Заключительный этап</b>			

Подведение итогов реализации проекта		декабрь	рабочая группа
--------------------------------------	--	---------	----------------

### **Работа в проектной команде:**

#### **Рабочая группа (автор проекта, разработчики проекта)**

Определяет стратегические направления деятельности, ее цели и задачи. Планирует и координирует деятельность. Согласует нормативно-правовые акты, планирует и распределяет ресурсное обеспечение деятельности, создает и совершенствует инфраструктуру ОУ для здоровьесберегающей и спортивно-оздоровительной деятельности, способствует повышению квалификации педагогического коллектива в вопросах здоровьесбережения учащихся. Координирует реализацию всего проекта.

#### **Медицинский работник**

Проводит лечебно-профилактические и оздоровительные мероприятия, осуществляет контроль режима и качества питания, даёт оценку физического развития и состояния здоровья детей, даёт рекомендации педагогам на основе индивидуальных особенностей детей (какие могут быть особенности? Это дети-аллергики, часто болеющие дети, дети, имеющие хронические заболевания. Ведёт консультирование родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей.)

#### **Родители**

Обеспечивают преемственность в вопросах здоровьесбережения, организации питания, соблюдения режима дня, организации развивающей предметно-пространственной среды, участвуют в проектной деятельности.

#### **Педагоги по физической культуре**

Осуществляют деятельность по укреплению здоровья детей: формированию правильной осанки, физическому развитию, внедряет и обучает детей здоровьесберегающим технологиям, дает рекомендации воспитателям по

проектированию индивидуальной работы по развитию физических качеств, укреплению здоровья

### **Классные руководители**

Взаимодействуют с медицинским работником и преподавателем физкультуры; обеспечивают заполнение и сбор всех персональных анкет; помогают врачу в измерении антропометрических показателей для дальнейшей оценки уровня здоровья школьника;

### **Диагностика:**

Системный подход к организации мониторинга здоровьесформирующего пространства ОУ строится на следующих принципах:

- комплексность;
- системность;
- целостность;
- динамичность;
- репрезентативность;
- методическое единство;
- наличие обратной связи.

Мониторинг необходим для решения ряда задач, встающих в процессе здоровьесберегающей деятельности школы:

- Описание здоровьесберегающей деятельности школы на современном этапе.
- Анализ реальной ситуации в области состояния здоровья учащихся и факторов, которые позитивно и негативно влияют на здоровье и связанные с ним процессы.
- Оценка эффективности использования различных схем и моделей здоровьесбережения в условиях школы.

- Создание и распространение эффективных моделей здоровьесберегающей школы. На сегодняшний день индикаторами здоровьесберегающей деятельности общеобразовательного учреждения являются:

1. Желание учащихся посещать школу — простой, но очень информативный показатель. Он отражает не только психологические характеристики (такие как стиль взаимоотношений с учителем, психологический климат в классе и т.д.), но и интерес к урокам, предметам, без которого ущерб для здоровья школьников от их обучения практически неизбежен. Кроме того, частое или постоянно испытываемое состояние дискомфорта на уроках (ДС) также снижает притягательность школы для ее воспитанников.

2. Объем дневной учебной нагрузки на учащихся (по числу уроков и времени, затрачиваемому на приготовление домашних заданий) — традиционный и максимально формализованный индикатор.

3. Курящие школьники. Их наличие или отсутствие в школе и на ее территории — объективный показатель результативности воспитания культуры здоровья.

4. Гигиеническое состояние школьных туалетов, состояние сантехники. Забота о здоровье школьника начинается с соблюдения элементарных санитарно-гигиенических требований.

5. Содержание уроков физкультуры и эмоциональная атмосфера на них. От установки учителя на формирование физического здоровья, воспитание потребности регулярно и с удовольствием заниматься физическим развитием и спортом или только на подготовку учащихся к сдаче нормативов зависит, будет ли реализован огромный потенциал уроков физкультуры на благо здоровья учащихся или эти уроки будут такой же учебной эмоционально-психологической нагрузкой на ребенка, как и другие уроки.

6. Жизнь в школе после окончания уроков: пустеет ли школа на 2/3 суток или активная жизнь учащихся и педагогов в ней проходит не менее интенсивно, чем на уроках, но уже в другом ключе, давая выход накопившимся эмоциям,

разряжая напряжение, позволяя заниматься тем, к чему лежит душа и тянется тело.

7. Активность и заинтересованность школьников в участии в мероприятиях, связанных с тематикой здоровья. Мероприятия, проведенные ради «галочки», наносят даже больший вред, чем их полное отсутствие. Дети, подростки острее, чем взрослые, чувствуют фальшь, и на этом фоне даже умные слова и правильные призывы уже не воспринимаются.

8. Психологический климат в педагогическом коллективе. Усилия одного директора школы и нескольких учителей при безразличии или негативном отношении других педагогов способны затормозить работу школы в этом направлении до полного прекращения попыток что-то изменить.

9. Вид учеников, выходящих после уроков (особенно в середине дня): придавленные учебной нагрузкой, авторитарным стилем работы учителя, тягостно ожидающие следующего урока или оживленные, эмоционально адекватные, готовые заниматься снова и снова.

10. Характер взаимоотношений учащихся с учителями и друг с другом: доброжелательность, взаимопонимание, готовность к поддержке и т.д. или настороженность, дистанцированность, неискренность, зависть.

11. Отношение к школе большинства родителей учащихся: приходят ли они по принуждению, по вызову, выслушивая жалобы и требования, или с готовностью участвуют в разработке и реализации программ, мероприятий, связанных с тематикой здоровья.

12. Результаты проведения мониторинга здоровья учащихся и происходящих в школе изменений. Они могут быть использованы не ранее полугода с начала целенаправленной работы школы в этом направлении. Существует широчайший спектр методов и приемов, используемых для оценки здоровьесберегающего образовательного процесса. Многие из этих методов доказали свою высокую надежность и информативность и заслуживают широкого внедрения и распространения. В то же время, используя те или иные методы, мы обязаны учитывать не только их информационную

ценность, но также и экономическую целесообразность. В этой связи мы использовали наиболее простые, доступные и дешевые методические приемы, могут быть реализованы в каждом образовательном учреждении силами сотрудников этого учреждения. Учитывая весь комплекс изложенных обстоятельств, мы остановились на методе анкетирования как основном инструменте при проведении мониторинга. Этот метод наиболее экономичен, позволяет проследить динамику изменений всех обследуемых показателей. Мы проводим анкетирование:

- учащихся (состояние физического и психического здоровья, напряженность, круг интересов, двигательная активность, режим дня, условия проживания и обучения, предпочитаемая досуговая деятельность, вовлеченность в группы риска);
- родителей (социально-экономический статус семьи, поведение ребенка, уровень заболеваемости);
- учителей (владение и использование знаний здоровьесбережения в учебных предметах, знаний возрастной физиологии и психологии, состояния здоровья учащихся, использование здоровьесберегающих технологий в образовании);
- классных руководителей (распределение учащихся по группам здоровья, группам риска, поведение ребенка в школе, динамика поведения учащихся в течение учебной недели, четверти, года, контакты с родителями проблемных учащихся);
- медицинского работника школы (оснащенность медицинского кабинета; структура заболеваемости учащихся; профилактические мероприятия и схема их проведения; контроль за динамикой заболеваемости детей, принадлежащих к группам риска по заболеваемости, в том числе — часто и длительно болеющих детей; возможности оказания (доступность) квалифицированной медицинской помощи в экстренных ситуациях);
- администрации школы (вредные для здоровья компоненты; организация учебного процесса; организация питания; организация спортивно-

оздоровительной работы; соблюдение СанПиНов; специальные программы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни; контакты с заинтересованными организациями; финансовая поддержка здоровьесберегающей деятельности);

Используем и другие методы и способы технических решений:

Тестирование:

- Физического развития — по стандартным методикам силами медсестры школы.
- Двигательной подготовленности — в рамках школьных уроков физической культуры по стандартизованному комплексу тестов.

Психологическое благополучие - по стандартным методикам силами педагога - психолога школы;

Наблюдение:

- За поведением детей в процессе учебной деятельности — осуществляют учителя, классные руководители, администрация.
- При посещении учебных занятий – с использованием программ наблюдения.
- При анализе санитарно-гигиенического состояния школы.

Беседы:

- с педагогическими и медицинскими кадрами школы — разъяснение порядка заполнения анкет, целей и задач исследования, используемых методических приемов, полученных результатов, мер по повышению эффективности здоровьесберегающей деятельности школы;
- с родителями — разъяснение порядка заполнения анкет, стратегии здоровьесбережения в школе, требований, предъявляемых к учащимся, рекомендации по организации учебных и внеучебных занятий, профилактических и оздоровительных мероприятий, планируемых и проводимых в семье;

- с учащимися — объяснение порядка заполнения анкет и выполнения других действий, необходимых для корректного проведения исследований, индивидуальные беседы с детьми группы риска.

## **СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Бусырева А.С., Голяков И.П. «Проектирование и организация здоровьесформирующего пространства в общеобразовательном учреждении». ПГГПУ, 2023 год
2. Болотова Е.Л. Медицинские обследования здоровья учителя // Администратор образования – 2008. – № 15. – С.65-69.
3. Р.С. Койбаев «Модель здоровьесформирующего образовательного пространства среднего общеобразовательного учреждения», 2012 год.