

# Как работает модель здоровьесбережения

Лицей № 11 «Естественнонаучный» стал победителем городского конкурса проектов «Здоровый образ жизни в нашей школе» в 2015 году

Лицей со времен Аристотеля являлся символом гармонии знаний и здоровья. Ученики, прогуливающиеся по тенистым аллеям, дышали свежим воздухом и отлично справлялись с заданиями учителя. Культ здорового тела и духа доминировал и в Царскосельском лицее пушкинских времен, где органично сочетались интеллектуальные и физические нагрузки.

**Валентина Потатуева**



Современный лицей наследует традиции славных предшественников: ученик, стремящийся к высоким достижениям, должен вести здоровый образ жизни. Эта педагогическая философия давно пропитала фундаментальные основы лицея № 11 «Естественнонаучный». С одной стороны, здесь используются самые современные образовательные технологии и технические средства. Это экономит время и силы ученика, позволяет максимально реализовать собственные возможности. С другой стороны, дети активно занимаются физкультурой и спортом, проводят уроки в парковой зоне и ходят в оздоровительные походы. При этом здоровье каждого ребенка находится под бдительным оком мониторинговой аппаратуры, фиксирующей малейшие отклонения в состоянии организма.

## Жизненный опыт и личный пример.

«Роль учителей в формировании у ребенка ценности здоровья несомненна. Если педагог сам убежденный сторонник здорового образа жизни, то он может добиться хороших результатов. Начинать деятельность по здоровьесбережению необходимо с учителя», —



Здоровьесберегающая инфраструктура лицея включает в себя довольно мощную материально-техническую базу. Все кабинеты обеспечены необходимым оборудованием для проведения лабораторных и практических работ. Для выполнения междисциплинарных учебно-исследовательских занятий и выполнения проектов лицеисты могут воспользоваться мобильной естественно-научной лабораторией «ЛабДиск Физика», «Наноэдукатор». В лицее есть кабинеты сестринского дела, анатомии,

подчеркивает директор лицея № 11 «Естественнонаучный» **ВАЛЕНТИНА ПОТАТУЕВА**.

Именно поэтому весь педагогический коллектив лицея ведет здоровый образ жизни, каждый день подтверждая лицеистам его преимущества.

Но лицей — это в первую очередь обучение. Как сделать информацию о здоровье доступной на уроках, понятной

как первоклассникам, так и выпускникам? Ответ прост: сделать особый урок. В лицее отработана модель собственного учебного плана, в рамках которого реализуются учебные курсы по здоровьесбережению. Сначала у младших школьников формируются системные знания о здоровье. Затем в средней школе у детей развивают навыки использования средств и методов профилактики и укрепления

Инновационные образовательные программы и технологии в лицее реализуются в рамках 12 муниципальных, областных пилотных и опытно-экспериментальных площадок. Только в 2014 году лицей получил статус «Школа — лаборатория инноваций», «Школа цифровых технологий-2014» и стал участником федеральной образовательной сети «Школьная лига РОСНАНО».

В лицее создана открытая информационно-образовательная среда. Работают электронная карта обучающегося, внедрена система контроля посещаемости, электронная библиотека, электронный журнал и электронный дневник обучающегося, ведется смс-оповещение родителей о результатах учебной деятельности. В холле лицея установлен электронный информационный киоск, а в коридорах — информационные порталы.



здоровья человека, таким образом, происходит формирование экологической культуры. Завершающие курсы непрерывного обучения охране здоровья вырабатывают у старшеклассников убеждения и привычки здорового образа жизни.

Для закрепления полученных знаний и побуждения лицеистов к самостоятельной работе по поиску новых фактов и идей в лицее создано ученическое научно-исследовательское общество «Эскулап», где лицеисты под руководством педагогов проводят научные эксперименты, исследуют экологические проблемы, размышляют о гигиене питания. Лучшие работы представляются на ученических и студенческих научно-практических конференциях различного уровня. Тезисы ученических работ периодически публикуются в лицейских сборниках.

Но любой разговор о здоровье будет пустым, если ребенок не сможет «почувствовать на себе» эффект здорового тела. В этом ему «с удовольствием помогают» секции волейбола, баскетбола, карате, ритмики. Ежегодно проводятся спартакиады, спортивные соревнования между обучающимися, между сборными командами учителей и лицеистов, семейный спортивный праздник «Мама, папа, я — спортивная семья». Для самых маленьких учеников организована общешкольная зарядка, способствующая эмоциональной разгрузке и повышению двигательной активности. Создает командный дух и поддерживает эмоциональный заряд единая для всех лицеистов спортивная форма желтого цвета. С 2012 года лицей № 11

«Естественнонаучный» включился в реализацию областного пилотного проекта по здоровьесбережению с использованием аппаратно-программного комплекса «Армис». Исследования, проводимые в лицее, позволяют выявить нарушения сердечно-сосудистой, дыхательной, зрительной и центральной нервной систем, дать оценку психофизиологическому состоянию ребенка и, главное, увидеть, в каком направлении школьнику показано более глубокое обследование.

В любом деле есть простые и сложные способы достижения цели. Тонкая настройка детского сознания связана с повседневной кропотливой работой лицейских психологов. Каждый ребенок получает свою долю искреннего участия и сопереживания, а следовательно, и возможность стать другим человеком, полным сил и энергии. Только так и может вырасти здоровое и счастливое поколение, способное делать жизнь прекрасной.