

**Алексеева Ю.Л.** директор ГБОУ  
школа №97 Выборгского района  
Санкт-Петербурга,

**Овчинникова А.П.** педагог-психолог  
ГБОУ школа №97 Выборгского района  
Санкт-Петербурга

## **Система формирования здорового образа жизни в рамках отделения дополнительного образования**

Здоровьесберегающие технологии сегодня, это - обеспечение безопасного учебного процесса, который способствует развитию психологического, социального и физического здоровья ученика. Технологии здоровьесбережения помогают детям лучше адаптироваться к учебной и социальной среде, продуктивнее усваивать учебный материал и раскрывать свои индивидуальные способности.

Одна из приоритетных целей нашей школы является сбережение и укрепление здоровья обучающихся, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье.

Для реализации поставленной цели педагогический коллектив работает над решением конкретных задач:

- сохранение состояния здоровья обучающихся в период пребывания в школе в урочное и внеурочное время;
- воспитание желания и стремления учащихся вести здоровый образ жизни.
- воспитание у школьников конкретных привычек здорового образа жизни, воспитание отношения к здоровью как к ценности.

В организации учебно-воспитательного процесса в школе учитываются все основные аспекты здоровья школьников: физическое здоровье, социальное, психическое и духовное.

В связи с реализацией программы пересмотрены методы преподавания предметов, в основу которых положены здоровьесберегающие методики.

Учителя школы стремятся минимизировать негативные факторы, в частности, авторитарный стиль преподавания, создают благоприятный психологический климат на уроках, используют личностно-ориентированные технологии, педагогику сотрудничества. Педагогами школы накоплен определённый опыт по привлечению учащихся к ведению здорового образа жизни.

Классными руководителями и воспитательной службой школы в 2023- 2024 учебном году были организованы и проведены следующие мероприятия:

- уроки «Час Здоровья», «Здоровый образ жизни-залог успеха» 1-4 класс;
- лекции «Правила безопасной жизни. Вредные привычки, угрожающие здоровью» – 6-7 класс;
- тренинг «За здоровый образ жизни» - 8-9 классы;

- тематические уроки окружающего мира - 1-4 классы;
- подвижные игры, «Веселые старты» № - 1-4 классы;
- тематические уроки химии, биологии, обществознания и ОБЖ с включением информации и мероприятий по неделе здоровьесбережения 5-11 классы;
- интерактивное занятие «Правила поведения в ЧС» - 1-11 классы.

Информация по вопросам сохранения и укрепления здоровья регулярно размещается и обновляется на стендах и сайте школы. Также регулярно проводятся Дни здоровья, учащиеся посещают экскурсии в музей гигиены.

Соблюдается двигательный режим обучающихся, проводятся физкультминутки и игровые перемены. Учащиеся активно принимают участие в спортивных соревнованиях школы и района. В школе активно ведется внеклассная работа по физическому воспитанию учащихся. Ежемесячно проводятся яркие, увлекательные спортивные мероприятия: соревнования по волейболу и пионерболу «Быстрее, выше, сильнее!», «Веселые эстафеты». В 2024-2025 году обучающиеся активно посещают спортивные секции школы.

С 1 сентября 2023 года в ГБОУ школа № 97 Выборгского района Санкт-Петербурга открыто отделение дополнительного образования и организован образовательный процесс по дополнительным общеобразовательным программам, в том числе в соответствии с индивидуальными учебными планами, в объединениях по интересам, сформированных в группы обучающихся одного возраста или разных возрастных категорий (разновозрастные группы), являющиеся основным составом объединения это - клубы, секции, кружки, студии, творческие коллективы, театр.

При реализации дополнительных общеобразовательных программ предусмотрены как аудиторные, так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия, которые проводятся по группам или индивидуально. Занятия в объединениях проводятся по группам, индивидуально или всем составом объединения.

Занятия в объединениях проводятся по дополнительным общеобразовательным программам различной направленности: технической, художественной, естественнонаучной, туристско-краеведческой, социально-гуманитарной, физкультурно-спортивной.

В школе реализуется 12 программ дополнительного образования. Кружки посещают 390 обучающихся школы, что составляет 66,1%.

В объединениях физкультурно-спортивной направленности педагог воспитывает любовь к спорту, подготавливает юношей к службе в армии, формирует у детей понятие о необходимости вести здоровый образ жизни, проводит профориентационную работу о профессиях связанных со спортом и психологическим здоровьем. Объединения социально-педагогической направленности работают над вопросами воспитания экологической культуры и формирование ценности здоровья и здорового образа жизни. Это направление формирует ценностное отношение к здоровому образу жизни, бережное отношение к природе, окружающей среде.