

УСЛОВИЯ ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ГАНООРТ «ГЛРТ»

Охрана здоровья обучающихся

Одной из задач лицея является создание здоровьесберегающей среды и охрана здоровья обучающихся.

Условия охраны здоровья обучающихся регламентированы Федеральным законом «Об образовании в РФ». Для создания нормальных условий охраны здоровья обучающихся и соблюдения санитарного законодательства СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» и улучшению условий труда в лицее проводится ряд мероприятий.

Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

1. Оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья:

Для оказания доврачебной первичной медицинской помощи и проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний, оказания первой медицинской помощи в лицее функционирует медицинский кабинет. Медицинский кабинет оснащён оборудованием, инвентарем и инструментарием в соответствии с СанПиН 2.1.3.2630–10. На основании заключённого договора медицинское сопровождение обучающихся лицея осуществляют специалисты ГБУЗ Республики Тыва "Республиканская детская больница» Договор от 01 ноября 2018 № 49-Ш «О взаимном сотрудничестве».

2. Организацию питания обучающихся:

Имеется помещение столовой для питания обучающихся, а также для хранения и приготовления пищи в соответствии с требованиями санитарных правил. Организация качественного горячего питания обучающихся в соответствии с требованиями санитарных правил. Организация питания обучающихся и работников лицея обеспечивают работники столовой лицея. Учащиеся лицея обеспечиваются организованным горячим питанием. При формировании рациона питания детей и подростков в приготовлении пищи соблюдаются основные принципы организации рационального, сбалансированного, щадящего питания, предусматривающего:

- соответствие энергетической ценности рациона возрастными и физиологическими потребностями детей и подростков;
- обеспечение в рационе сбалансированности основных пищевых веществ в граммах;
- восполнение дефицита витаминов и других микроэлементов в питании школьников за счёт корректировки рецептур и использования обогащённых продуктов;

- технологическая обработка продуктов, обеспечивающая вкусовые качества кулинарной продукции и сохранность пищевой ценности;
- соблюдение оптимального режима питания и распределения суточного рациона по отдельным приёмам пищи в течение дня

3) определение оптимальной учебной, внеурочной нагрузки, режима учебных занятий:

При организации учебного процесса соблюдаются санитарные нормы, предъявляемые к его организации: объем нагрузки в часах, время на самостоятельную работу, время отдыха, удовлетворение потребностей в двигательной активности. В своей профессиональной деятельности учителя ГАНООРТ «ГЛРТ» учитывают возрастные возможности обучающихся и их индивидуальные особенности. Учет индивидуальных особенностей развития обучающихся осуществляется посредством распределения обучающихся по группам здоровья на занятиях физкультурой, индивидуально-групповых занятий, консультаций по предметам. Неукоснительно соблюдаются санитарные нормы в части организации образовательного процесса, что отражено в учебном плане и расписании занятий, соблюдается режим учебы и отдыха: при составлении расписания учитывается предельно допустимая учебная нагрузка; в лицее проводятся 3 урока физкультуры. При соответствующей погоде уроки физкультуры проводятся на улице, в зимний период ведутся занятия по лыжной подготовке.

4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда:

Лицей организует взаимодействие с организациями по физической культуре и спорту. В лицее работает библиотека, в фондах которой имеется научно-публицистическая, научно-методическая, детская литература по вопросам здоровьесбережения.

5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний, и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом:

Средством реализации данного направления являются: уроки физической культуры, объединения дополнительного образования спортивного направления, спортивные игры, эстафеты, физкультминутки на уроках, проведение месячников безопасности, защиты детей.

б) прохождение учащимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации:

Для проведения профилактических осмотров, профилактических мероприятий различной направленности, иммунизации, первичной диагностики заболеваний в лицее функционирует медицинский кабинет. В медицинском кабинете специалисты ГБУЗ

Республики Тыва "Республиканская детская больница» проводят иммунизацию, профилактические осмотры. Диспансеризация обучающихся проводится на базе ГБУЗ Республики Тыва "Республиканская детская больница».

7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ:

Наличие безопасной поддерживающей среды в лицее: благоприятный психологический климат, участие обучающихся в проектах по профилактике психоактивных веществ. В лицее реализуются программы: «Разговор о правильном питании», «Здоровье». А также в лицее проходят тематические мероприятия, классные часы по правилам здорового образа жизни.

8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность:

Состояние и содержание территории, зданий, оборудования соответствуют требованиям санитарных правил, требованиям пожарной безопасности, требованиям безопасности дорожного движения. Учебные кабинеты оснащены естественной и искусственной освещенностью, воздушно-тепловым режимом, необходимым оборудованием и инвентарем в соответствии с требованиями санитарно – гигиенических правил для освоения основных и дополнительных образовательных программ. Преподаватели лицея при использовании технических средств обучения, ИКТ соблюдают здоровьесберегающий режим, учитывают требования санитарных правил. Использование в повседневной воспитательной работе рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний. В лицее работают квалифицированные специалисты, обеспечивающие проведение оздоровительной работы с учащимися: преподаватель физической культуры, педагоги дополнительного образования, педагог-психолог. Наличие аналитических данных о формировании ценности здорового и безопасного образа жизни обучающихся. Отслеживание динамики показателей здоровья обучающихся, включение этих сведений в ежегодный отчет. Проведение социологических исследований на предмет удовлетворенности обучающихся, родителей комплексностью и системностью работы ГАНООРТ «ГЛРТ» по сохранению и укреплению здоровья, а также на предмет наличия благоприятного мнения об образовательном учреждении.

9) профилактику несчастных случаев с учащимися во время пребывания в лицее:

Учителя химии, физики, биологии, информатики, физкультуры, технологии, ОБЖ включают элементы обучения детей безопасному поведению в программный материал, проводят инструктажи. Классные руководители проводят беседы и инструктажи по

правилам поведения с учащимися. Основная мера предупреждения травм в лицее - это привитие учащимся дисциплинированного поведения, прочных навыков осмотрительности. Вопросы об условиях охраны здоровья обучающихся рассматриваются на совещании при директоре, производственных совещаниях, родительских собраниях. Для оказания доврачебной медицинской помощи учащимся в ГАНООРТ «ГЛРТ» функционирует медицинский кабинет. Главным в реализации данного направления является создание организационно-педагогических условий для здоровьесбережения обучающихся и работников лицея. Реализация данной деятельности направлена на формирование у участников учебно-воспитательного процесса культуры отношения к своему здоровью, которая включает в себя:

- культуру физиологическую (способность управлять физиологическими процессами и наращивать резервные мощности организма);
- культуру физическую,
- культуру психологическую,
- культуру интеллектуальную (способность управлять своими мыслями и контролировать их).

Работа по данному направлению предполагает обеспечение обучающихся определенными знаниями о здоровом образе жизни, освоение практических навыков, умений поддержания и укрепления собственного здоровья, уменьшение численности обучающихся, склонных к вредным привычкам, формирование активной жизненной здоровьесберегающей позиции, активное сотрудничество с родителями и общественностью. Здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Сущность здоровьесберегающего урока: - обеспечивает ребёнку и учителю сохранение и увеличение их жизненных сил от начала и до конца урока, позволяет использовать полученные умения самостоятельно во внеурочной деятельности и в дальнейшей жизни

Анализ проведения урока с позиций здоровьесбережения

1. Обстановка и гигиенические условия в классе: температура и влажность воздуха, освещённость класса и доски, наличие /отсутствие звуковых раздражителей и т.д.
2. Количество видов учебной деятельности (норма: 4-7 видов).
3. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности (норма: 7-10 мин.).
4. Количество видов преподавания: словесный, наглядный и т.д. (норма: не менее 3).
5. Чередование видов преподавания (норма: через 10-15 мин)

6. Использование методов, способствующих активизации и творческому самовыражению самих обучающихся.
 7. Место и длительность применения технических средств обучения.
 8. Оздоровительные моменты на уроке: физкультминутки, динамические паузы, минутки релаксации, дыхательная гимнастика и т. д. (норма: на 15-20 мин урока по 1 мин из 3 лёгких упражнений с 3-4 повторениями каждого).
 9. Наличие в содержательной части урока вопросов, связанных со здоровьем и здоровым образом жизни.
 10. Наличие внешней мотивации деятельности обучающихся на уроке. Стимуляция внутренней мотивации.
 11. Психологический климат на уроке. Взаимоотношения «учитель-ученик», «ученик-ученик».
 12. Наличие на уроке эмоциональных разрядок.
 13. Плотность урока, т.е. количество времени, затраченного учеником на учебную работу (норма: от 60 до 80%).
 14. Момент наступления утомления обучающихся и снижения их учебной активности (40 минут в основном и среднем звене).
 15. Темп окончания урока:
 1. «скомканность» - нет времени на вопросы обучающихся, комментарий домашнего задания;
 2. спокойное завершение урока;
 3. задерживание обучающихся после звонка.
- Разрушительно воздействуют на состояние здоровья школьников:
1. Стрессогенные технологии проведения урока и оценивания знаний обучающихся.
 2. Недостаток физической активности обучающихся.
 3. Отсутствие индивидуального подхода в обучении.
 4. Несоблюдение гигиенических и физиологических требований к организации учебного процесса.
 5. Недостаточный уровень психологических знаний педагогов.
 6. Низкий уровень культуры здоровья обучающихся и их родителей.
- Гигиенические требования к максимальным величинам недельной образовательной нагрузки (СанПиН 2.4.2.2821-10) Объем максимальной допустимой нагрузки в течение дня должен составлять:
- для обучающихся 5 - 6-х классов - не более 6 уроков;
 - для обучающихся 7 - 11-х классов - не более 7 уроков.

Между началом факультативных занятий и последним уроком рекомендуется устраивать перерыв продолжительностью не менее 45 минут. Расписание уроков составляют с учетом дневной и недельной умственной работоспособности обучающихся и шкалой трудности учебных предметов. При составлении расписания уроков следует чередовать различные по сложности предметы в течение дня и недели: для обучающихся для обучающихся основного общего, среднего общего образования предметы естественно-математического профиля чередовать с гуманитарными предметами. Для обучающихся 5 - 11-х классов наиболее трудные предметы должны проводить; на 2 - 4-м уроках. В течение учебного дня не следует проводить более одной контрольной работы. Контрольные работы рекомендуется проводить на 2 - 4-м уроках. Плотность учебной работы обучающихся на уроках по основным предметам должна составлять 60 - 80%.