



СЕРИЯ

“ОБРАЗОВАНИЕ  
И ЗДОРОВЬЕ”

---

**Н. В. Коваленко**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ  
ОРГАНИЗАЦИИ В УСЛОВИЯХ ФГОС ООО**

**Новокузнецк  
2021**

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Институт повышения квалификации»  
(МАОУ ДПО ИПК)

Серия «Образование и здоровье»

Н. В. Коваленко

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ  
ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
В УСЛОВИЯХ ФГОС ОО**

*Учебно-методическое пособие*

Новокузнецк  
МАОУ ДПО ИПК  
2021

ББК 74.04(2Рос)  
К56

Печатается по решению  
редакционно-издательского  
совета МАОУ ДПО ИПК

Рецензенты: доктор медицинских наук, доктор медицинских наук,  
профессор кафедры физической культуры и спорта НФИ  
КемГУ Н. Г. Коновалова;  
кандидат педагогических наук, доцент кафедры общего  
и дополнительного образования МАОУ ДПО ИПК  
М. Б. Федорцева.

**Коваленко Н. В.**

К56 Педагогические основы здоровьесберегающей деятельности  
в образовательной организации в условиях ФГОС ОО: учебно-  
методическое пособие / Н. В. Коваленко. – Новокузнецк: МАОУ  
ДПО ИПК, 2021. – 100 с. (Образование и здоровье). – ISBN 978-5-  
7291-0621-9

В учебно-методическом пособии представлены исследования по во-  
просам здоровьесбережения в системе образования, охарактеризованы  
нормативно-правовое обеспечение здоровьесберегающей деятельности  
в образовательной организации и организационно-педагогические условия,  
позволяющие эффективно осуществлять здоровьесберегающую деятель-  
ность в образовательной организации в условиях реализации ФГОС ОО,  
представлены критерии и показатели здоровьесберегающей компетентно-  
сти педагога.

Учебно-методическое пособие содержит контрольные вопросы и за-  
дания по решению задач организации здоровьесберегающей деятельности  
в образовательной организации.

Учебно-методическое пособие предназначено студентам вузов, ди-  
ректорам образовательных учреждений, заместителям директоров по вос-  
питательной работе, педагогам-организаторам, классным руководителям,  
а также научным работникам, интересующимся вопросами сохранения  
и укрепления здоровья обучающихся.

ББК 74.04(2Рос)

К  $\frac{4306010000}{7С2(03) - 2021}$

ISBN 978-5-7291-0621-9

© Коваленко Н. В., 2021  
© МАОУ ДПО ИПК, 2021

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	<b>4</b>
<b>Раздел I</b>	
Теоретические основы здоровьесбережения в системе образования.....	<b>5</b>
<b>Раздел II</b>	
Нормативно-правовое обеспечение здоровьесберегающей деятельности в образовательном учреждении.....	<b>25</b>
<b>Раздел III</b>	
Здоровьесберегающая деятельность в образовательном учреждении в условиях реализации ФГОС ОО.....	<b>43</b>
<b>Раздел IV</b>	
Здоровьесберегающая компетентность педагога.....	<b>79</b>
<b>Заключение</b> .....	<b>91</b>
<b>Литература</b> .....	<b>93</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Внимание к проблеме сохранения здоровья в мире в целом, и в отдельных странах, в частности, увеличивается с каждым годом. Ее решение становится частью национальной политики.

Здоровье нации является неотъемлемой частью общественного богатства и ключевым ресурсом развития государства, а показатели состояния здоровья населения – важным критерием для развития общества. Ежегодные Государственные доклады о состоянии здоровья населения – это результат постоянного наблюдения за здоровьем нации и развитием исследовательских работ в области формирования и укрепления здоровья населения.

Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников уменьшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех видов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

Традиционная организация образовательного процесса создает у школьников постоянные стрессовые перегрузки, которые приводят к поломке механизмов саморегуляции физиологических функций и способствуют развитию хронических болезней. В результате существующая система школьного образования имеет здоровьезатратный характер.

Перемены, происходящие в современном обществе, требуют совершенствования образовательного пространства, определения целей образования, учитывающих государственные, социальные и личностные потребности и интересы. В связи с этим приоритетным направлением становится обеспечение развивающего потенциала федеральных государственных образовательных стандартов основного общего образования (ФГОС ОО).

В этой связи здоровьесбережение в системе образования должно рассматриваться как один из возможных вариантов взаимозаинтересованного сотрудничества системы образования и «внеобразовательных» социальных партнеров. Оно призвано обеспечить возможность разработки полного технологического цикла образования, основанного на качестве здоровья индивида по отношению к процессам современного развития образовательных учреждений и к ведению здоровьесберегающей деятельности возможных субъектов и объектов такого развития.

# I

## ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ

*Забота о здоровье ребенка – это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества.*

*В. А. Сухомлинский*

Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников уменьшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. При этом наиболее значительное увеличение частоты всех видов болезней происходит в возрастные периоды, совпадающие с получением ребенком общего среднего образования.

По данным всероссийской диспансеризации 2019 г. распределение школьников по группам здоровья составляет: 28,5 % – первая группа; 56,4 % – вторая группа; третья группа – 12,8 %; четвертая – 0,6 %, 1,7 % – пятая. Анализ структуры заболеваний позволяет констатировать наличие заболеваний у школьников костно-мышечной системы 26,3 %, болезни глаз 16,1 %, болезни эндокринной системы 14,1 %, болезни органов пищеварения 9 %, болезни нервной системы 8,9 %, болезни органов дыхания 7,2 % [33].

Группа здоровья ребенка – это условное медицинское обозначение, которое используется для анализа здоровья ребенка. Для того чтобы поставить оценку и отнести состояние человека к одной из групп, проводится профилактический осмотр, обследование, сбор и исследование анализов. На протяжении всего развития ребенка его группа может меняться. Это зависит от многих внешних факторов.

Первая группа – это полностью здоровые дети, которые не имеют никаких дефектов, проблем. Их психическое и физическое здоровье соответствуют стандартным измерениям, у них не имеется никаких пороков развития, дефектов и иных нарушений в организации деятельности органов.

Вторая группа – является самой распространенной на фоне других, здесь можно отметить небольшие отклонения в здоровье, сопротивляемость к внешним факторам и заболеваниям снижена. Нет яркого выраженного отставания в развитии, например, нет хронических болезней, но есть функциональные нарушения. Общая задержка в физическом развитии –

избыточная масса тела, дефицит массы, ослабленное зрение и другое. Если ребенок зачастую болеет острыми респираторными болезнями, то у него также 2 группа.

У школьников третьей группы отмечаются хронические болезни, но они находятся в процессе ремиссии, иногда случаются обострения основного заболевания. Дети, относящиеся к такой группе, имеют нормальное физическое здоровье, но у них выявлены некоторые отклонения в массе – избыток или дефицит, маленький рост. Психологическое развитие зачастую отстает от нормальных показателей.

Четвертая группа – дети с хроническими болезнями, которые развиваются на активной стадии или стадии неустойчивой ремиссии, сопровождаются частыми обострениями. Также сюда относятся дети, у которых болезнь находится в стадии ремиссии, но для этого необходимо поддерживающее лечение. Дети с последствиями после травм, операций или ограничений в обучении и труде.

Пятая группа – является самой тяжелой и трудной группой. Сюда относятся дети с тяжелыми хроническими болезнями с крайне редкими ремиссиями и частыми приступами. Также в данном случае существуют значительные осложнения, для предотвращения которых используется лечение. К этой группе относятся дети с физическими дефектами, нарушением функций некоторых органов, сопровождается серьезными запретами в формировании трудовой деятельности. Сюда относятся дети-инвалиды.

Отметим, что состояние здоровья учащихся напрямую связано с успешностью обучения. Педагог, работающий с детьми, знает, насколько результат обучения зависит от работоспособности ученика, поскольку усвоение учебного материала происходит только в тот момент времени, когда ребёнок имеет хороший психомоторный тонус и может внимательно слушать, запоминать, обдумывать и воспроизводить учебный материал.

Таким образом, здоровье ребенка, его социально-психологическая адаптация, нормальный рост и развитие во многом определяются средой, в которой он живет. Для ребенка от 3 до 17 лет этой средой является система образования, т. к. с пребыванием в учреждениях образования связано более 70 % времени его бодрствования. В то же время в этот период происходит наиболее интенсивный рост и развитие, формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь, организм ребенка наиболее чувствителен к экзогенным факторам окружающей среды.

По данным Института возрастной физиологии РАО, школьная образовательная среда порождает факторы риска нарушений здоровья, с действием которых связано 20–40 % негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста. Исследования ИВФ РАО позволяют проанализировать школьные факторы риска по убыванию значимости и силе влияния на здоровье учащихся:

- 1) стрессовая педагогическая тактика;