

## **НАПРАВЛЕНИЯ ОРГАНИЗАЦИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧЕРЕЖЕНИИ**

**Ковтюхова Анастасия Евгеньевна**

студент, ФГБОУ ВО Армавирский государственный педагогический университет, РФ, г. Армавир

**Рыбальченко Татьяна Петровна**

научный руководитель, канд. пед. наук, доцент, ФГБОУ ВО Армавирский государственный педагогический университет, РФ, г. Армавир

**Аннотация.** В данной статье анализируются основные направления организации здорового образа жизни в образовательном учреждении, подчеркивается важность формирования здоровьесберегающей среды в современных условиях.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, физическая активность, образовательное учреждение.

Согласно Федеральному государственному образовательному стандарту одним из главных аспектов для полноценного гармоничного развития ребёнка является здоровье. [1]

Существует огромное количество определений этого понятия. На данный момент под термином «здоровье» подразумевается состояние полного физического, психического, социального благополучия.

Современные условия жизни часто способствуют ухудшению здоровья детей. По данным Росстата, самыми распространёнными у детей патологиями являются заболевания органов дыхания, аллергические реакции, проблемы с пищеварительной системой, а также заболевания сердечно-сосудистой системы. В настоящее время наблюдается увеличение числа детей, входящих в "группу риска" по развитию психических нарушений. Кроме того, заметно возрастает количество детей дошкольного возраста с низкими показателями физического развития. В связи с этим существует активная работа по формированию привычек здорового образа жизни среди всех слоев населения, начиная с самого раннего возраста. [4]

Образовательные учреждения играют ключевую роль в этом процессе, поскольку они имеют уникальную возможность воздействовать на молодое поколение, формируя их взгляды, убеждения и образ жизни. Пропаганда ЗОЖ в учебных заведениях служит основой для создания здоровой культуры, способствующей более качественному и продуктивному развитию социума.

В современных образовательных условиях можно выделить следующие направления организации информирования школьников о здоровьесбережении:

*Медицинское направление* включает в себя создание и поддержание санитарных требований в школе для обеспечения комфортных условий пребывания детей в образовательном

учреждении. Под этим подразумевается регулярная уборка помещений, проведение утренней аэрации, меры предотвращения распространения инфекций и болезней. Также важной частью медицинского направления является организация горячего питания учащихся, чтобы обеспечить им правильное питание и здоровый рацион.

*Просветительское направление* ориентировано на предотвращение вредных привычек и на популяризацию здорового образа жизни. Оно включает в себя проведение деятельности с учащимися и их родителями, направленной на профилактику табакокурения, алкоголизма и наркомании. В рамках этого направления в школе проводятся информационные лекции, тренинги, беседы для донесения учащимся и их родителями информации о вреде и опасности употребления подобных веществ.[3]

*Психолого-педагогическое направление* связано с использованием здоровьесберегающих технологий и методов в организации учебного процесса. Это включает в себя применение педагогических и психологических подходов, которые помогут предотвратить проблемы развития учащихся и обеспечит их адаптацию на разных этапах обучения.

*Спортивно-оздоровительное направление* ориентировано на организацию спортивных мероприятий, которые помогут профилактике заболеваний и стимулируют учащихся к занятиям физической активностью и здоровому досугу. В рамках образовательного учреждения данное направление осуществляется путем организации соревнований, занятий физической культурой и спортом, а также проведение оздоровительных мероприятий, походов, физкультминуток на уроках.[2]

*Диагностическое направление* включает в себя проведение мониторинга состояния здоровья учащихся. Целью этого направления является выявление потенциальных проблем или ранних признаков заболеваний. Данное направление позволяет своевременно предпринять необходимые меры и обеспечить помощь детям в поддержании и улучшении их здоровья. Диагностическое направление может включать выполнение медицинских осмотров, анкетирование, оценку физического развития и другие методы сбора информации о состоянии здоровья школьников.

В заключении, считаем важным отметить, что успешная реализация этих направлений требует не только усилий педагогических работников, но и активного вовлечения обучающихся, родителей и широкой общественности. Только через совместные усилия можно добиться создания положительной образовательной среды, способствующей формированию здорового образа жизни и благополучия всех ее участников.

Таким образом, организация здорового образа жизни в образовательном учреждении является неотъемлемой частью образовательного процесса, направленного на гармоничное развитие личности и формирование культуры здоровья в обществе.

### **Список литературы:**

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования третьего поколения, утвержденный приказом Министерства просвещения и науки РФ от 1 сентября 2022 года.
2. Ятъяева, Н. М. Формирование здорового образа жизни у детей дошкольного возраста в контексте ФГОС ДО / Н. М. Ятъяева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 2 (188). — С. 161-163. — URL: <https://moluch.ru/archive/188/47710/> (дата обращения: 24.03.2024).
3. Макарова В.К. Пропаганда здорового образа жизни в образовательной среде // Таврический научный обозреватель. 2016. №5-1 (10). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/propaganda-zdorovogo-obraza-zhizni-v-obrazovatelnoy-srede> (дата обращения: 24.03.2024).
4. Здравоохранение в России. Росстат. URL: <https://rosstat.gov.ru/folder/13721>

