

## ОБРАЗОВАНИЕ

## ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ — БЛАГОПОЛУЧНОЕ ОБЩЕСТВО

*Одно из условий повышения качества общего образования — создание в общеобразовательных учреждениях условий для сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Забота о здоровье детей — важная обязанность школы, отдельного учителя, педагогического коллектива и самого ребёнка.*

О проявлении ее в Покровской средней школе мы попросили рассказать ее директора Елену Севрюкову.

— Проблема сохранения здоровья — прежде всего социальная и, следовательно, решать её нужно на всех уровнях власти.

— Цель здоровьесберегающих образовательных технологий — обеспечить школьнику возможность сохранения здоровья за период обучения в школе, сформировать у него необходимые знания, умения и навыки здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.

Наша Покровская школа активно внедряет здоровьесберегающие образовательные технологии. Обучение в первом классе у нас осуществляется с соблюдением определенных требований. Так, учебные занятия проводятся только в первую смену.

В школе используется так называемый, «ступенчатый» режим обучения: в сентябре, октябре — по 3 урока в день по 35 минут каждый, в ноябре-декабре — по 4 урока по 35 минут каждый. Во втором полугодии — по 40 минут каждый. В середине учебного дня проводится динамическая пауза продолжительностью не менее 40 минут. Обучение проходит без балльного оценивания знаний обучающихся и домашних заданий.

Учащимся предоставляются дополнительные недельные каникулы в середине третьей четверти при традиционном режиме обучения. Факультативные же занятия планируются на дни с наименьшим количеством обязательных уроков. Между началом факультативных занятий и последним уроком органи-

зуется перерыв продолжительностью не менее 45 минут.

В часть, формируемую участниками образовательного процесса, входит внеурочная деятельность. В соответствии с требованиями ФГОС внеурочная деятельность организуется по направлениям развития личности (духовно-нравственное, социальное, общеинтеллектуальное, общекультурное, спортивно-оздоровительное), в том числе через такие формы, как экскурсии, кружки, секции, диспуты, соревнования.

В рамках приоритетного направления по здоровьесбережению учащихся при проведении уроков учителя придерживаются гигиенических критериев рациональной организации урока: соблюдение гигиенических условий в классе, чередование видов учебной деятельности учащихся и форм преподавания.

Для укрепления физического здоровья учащихся нашей школы проводятся уроки физической культуры (три часа в неделю), физкультурно-оздоровительные и спортивно-массовые мероприятия.

— Какие конкретно?

— Например, для снятия напряжения и выполнения здоровьесберегающей составляющей проводятся динамические паузы: упражнения для глаз, опорно-двигательного аппарата, кистей рук, дыхательная гимнастика.

Очень любят дети подвижные игры на переменах: «Золотые ворота», «Воробы и вороны», «Кочки», «Белки, шишки, орехи», «Топотушки», «Автомобили», «День и ночь», «Карусель», «Летает, не летает».

Оправдали себя классные часы: «В гостях у Мойдодыра», «Если хочешь быть здоров», «Доктор Айболит», «Лесная аптека»; «Школа здоровья», «Мы за ЗОЖ», «Человек и его здоровье», «Проблемы распространения СПИДа», «Наш выбор — здоровье», «Наркотики — смерть», «Вредные привычки», «Наркозависимость, ее последствия». Дети принимают в них самое активное участие.

Традиционными стали обще-

школьные спортивные соревнования, дни здоровья, беседы врача (уроки здоровья).

Кроме того, в школе оформлены стенды: «Поговорим о здоровье», «Поговорим о правильном питании», «Я — за здоровый образ жизни».

Не первый год наши учащиеся совершают велопробеги по памятным местам района. Последний был проведен 7 мая.

Каждое лето проводится работа по оздоровлению обучающихся в школьном лагере с дневным пребыванием «Детствоград». Сегодня в нем отдохнули и укрепили свое здоровье 11 учащихся 2-8 классов.

— Что делается в плане безопасного нахождения детей в школе?

— Решая задачу обеспечения безопасных для жизни и здоровья участников образовательного процесса условий, имеется противопожарная сигнализация в школе, проведена проверка изоляции сопротивления, противопожарная обработка чердачного помещения.

Задача формирования культуры безопасности в образовательной среде и социуме решается несколькими путями: через предмет учебного плана — ОБЖ и через инструктивно-наглядную работу по безопасности.

В школе оформлены уголки по технике безопасности, безопасности дорожного движения, материалы которых постоянно обновляются. Осуществляется административный контроль за проведением инструктажей по технике безопасности.

В практику работу школы внедрены учения по эвакуации школы (2 раза в год), дни ГО. На уровне классных коллективов проходят единые классные часы по темам: «День ГО», «День чрезвычайных ситуаций»; викторины, конкурсы.

Помимо вышеперечисленного, ведется работа по предупреждению детского травматизма, ДТП. В частности, распространяются среди родителей памятки по предупреждению несчастных случаев с детьми в быту. Ведется контроль по созда-

нию безопасных условий жизни и здоровья учащихся. Проверяется состояние классов на безопасность, соблюдение норм и правил СанПиНа, проводятся профилактические беседы.

Ежегодно походит операция «Внимание, дети!», включающая в себя экскурсии, ознакомление со знаками дорожного движения, проведение инструктажа с учащимися по предупреждению ДТП, конкурсы рисунков, выступление работников ГИБДД на родительском собрании.

На организационных линейках проводятся тематические мини-беседы «Я и дорога», «Причины несчастных случаев на улицах и дорогах», «Дорожная безопасность», «Красный, желтый, зеленый», «Безопасный летний отдых».

— Процесс образования — непростой труд для ребенка. Он одновременно растет и развивается. И для этого должен получать полноценное питание. Как в школе с ним обстоят дела?

— Все наши учащиеся получают горячее питание. Кроме 40 рублей, выделяемых на него, ребенок дополнительно получает продукцию, выращенную на пришкольном участке. Проводится обязательная витаминизация продуктов. В школьной столовой готовится лимонный чай.

При организации питания строго выполняются все требования, определенные в нормативных документах.

Ежедневно осуществляется бракераж пищи. Своевременно оформляется необходимая документация. Контролируется прохождение медосмотра работниками, соблюдение требований СанПиНа, технология приготовления пищи.

Медицинское обслуживание воспитанников школы обеспечивают органы здравоохранения. Школа предоставляет помещение с соответствующими условиями для работы медицинских работников, которые наряду с администрацией и педагогическими работниками несут ответственность за проведение лечебно-профилактических



мероприятий, соблюдение санитарно-гигиенических норм и качество питания обучающихся и воспитанников.

Профилактические прививки проводятся по плану и только по согласию родителей.

В начале каждого учебного года распространяется памятка по профилактике гриппа и ОРЗ. Регулярно обновляется «Уголок здоровья».

Медицинский работник ФАП осуществляет распределение учащихся на медицинские группы и группы для занятий физической культурой по состоянию здоровья, доводит информацию до сведения учителей физической культуры и классных руководителей. Классные руководители осуществляют мониторинг состояния здоровья.

Считаю, что оздоровительная работа в общеобразовательных учреждениях является приоритетной формой сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Использование различных оздоровительных мероприятий в учебном процессе помогает им снижать утомляемость, повышает работоспособность, способствует сохранению и укреплению здоровья.

Поэтому наша задача — воспитать не только духовно развитую, но и физически здоровую личность. Это вопрос, от решения которого зависит благополучие и здоровье общества в целом и каждого человека в отдельности.

Беседовала Галина ЕРМОЛОВА

## ПФР ИНФОРМИРУЕТ

## УПРАВЛЯЕМ ПЕНСИОННЫМИ НАКОПЛЕНИЯМИ

*В 2015 году Пенсионный фонд РФ осуществляет прием заявлений на перевод пенсионных накоплений по новым формам.*

Граждане могут воспользоваться двумя способами реализации права на смену страховщика и переход к новому страховщику. Это так называемые «срочные» и «досрочные» переходы.

При подаче «срочного» заявления о переходе из ПФР в НПФ, из НПФ обратно в ПФР или из одного НПФ в другой НПФ, перевод накопительной пенсии осуществляется в году, следующем за годом, в котором истекает пятилетний срок с года подачи заявления. Это означает, если вы подали за-

явление в 2015 году, то перевод ваших накопительных средств и инвестиционных доходов окончательно завершится в срок до 31 марта 2021 года.

При подаче заявления о «досрочном» переходе в НПФ или в ПФР, перевод накопительной пенсии осуществляется в году, следующем за годом подачи такого заявления. Это означает, что если заявление подано в 2015 году, то перевод ваших накопительных средств завершится в срок до 31 марта 2016 года, но без инвестиционных доходов.

В том случае, когда страховщик, у которого гражданин формирует пенсионные накопления, работает с инвестиционным доходом, он при

«срочном» переходе гарантирует гражданину сохранность средств пенсионных накоплений и инвестиционный доход, получаемый на накопительную пенсию по истечении пятилетнего срока. А при «досрочном» переходе гражданин не получит инвестиционный доход за всю «досрочно» прерванную пятилетку.

Если же страховщик, у которого гражданин формирует пенсионные накопления, покажет отрицательный инвестиционный доход, то гражданин при «срочном» переходе получит по системе гарантирования выполнения своих пенсионных накоплений до уровня гарантированного размера на 31 декабря года истечения предыдущего пя-

тилетнего цикла. При «досрочном» же переходе гражданин не получит такого восполнения, то есть он может потерять часть ранее сформированных пенсионных накоплений, зафиксированных на 31 декабря года истечения предыдущего пятилетнего цикла.

Следует напомнить, что в 2015 году каждый гражданин 1967 года рождения и моложе имеет право выбрать вариант пенсионного обеспечения в системе обязательного пенсионного страхования. Гражданин имеет право направить всю сумму взносов работодателя только на страховую пенсию либо распределить эту сумму между страховой и накопительной пенсиями. При

этом любой из этих вариантов возможен независимо от того, кто является страховщиком по формированию накопительной пенсии.

Вариант пенсионного обеспечения можно выбрать до 31 декабря 2015 года.

Формы заявлений о выборе страховщика по обязательному пенсионному страхованию или управляющей компании, включая заявления о «срочном» и «досрочном» переходе, размещены на сайте Пенсионного фонда. Там же можно ознакомиться с инструкциями по их заполнению, а также способами подачи заявлений.

Надежда КРЕТОВА,  
начальник УПФР  
в Краснозренском районе