

Формирование здоровьесберегающей культуры учащихся в рамках инновационного проекта «Школа – территория здоровья»

И.И. Ефременко, Е.А. Кунцевич, Т.В. Бондарь, И.В. Кунцевич
Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

В исследовании представлена сущность инновационной работы, осуществляемой в рамках проекта по проблеме воспитания культуры и психологии здоровья учащихся как условия сохранения, укрепления и формирования здоровьесберегающего пространства школы. При этом показаны приоритетные направления по формированию здоровьесберегающей среды в образовательном пространстве школы.

Цель статьи – анализ возможностей сохранения здоровья школьников в рамках современного учебного заведения.

Материал и методы. Анкетирование учителей, учащихся, родителей и проведение мониторинга здоровья школьников осуществлялись на базе УО «ГОСШ № 12 г. Витебска». Использовался метод анализа с опорой на практический опыт.

Результаты и их обсуждение. Авторами раскрывается значимость формирования ценностных ориентаций учащихся в аспекте приобретения навыков здорового образа жизни, культуры здоровья как основы физического, психического и социального благополучия.

Инновационный образовательный проект является многоуровневой образовательной системой гармоничного и индивидуально-личностного развития ребенка. В нем провозглашается здоровый образ жизни, сформирована система воспитания культуры здоровья, прогнозируется здоровьесберегающая деятельность.

Заключение. Результаты проекта позволяют разработчикам рекомендовать их для внедрения в деятельность общеобразовательной школы.

Ключевые слова: здоровьесбережение, инновационный процесс, образовательная среда.

Shaping Students' Health Education and Psychology within the Innovation Project «School as the Health Area»

I.I. Efremenko, E.A. Kuntsevich, T.V. Bondar, I.V. Kuntsevich
Educational Establishment «Vitebsk State P.M. Masherov University»

The essence of the innovation work within the Project «Shaping Students' Health Education and Psychology as a Condition for Preserving, Strengthening and Forming Health Environment in School Academic Space» is presented in the article. The priority directions of shaping health environment in school academic space are identified.

The purpose of the article is analysis of options for preserving students' health within the contemporary educational establishment.

Material and methods. Teachers', students' and parents' questionnaires as well as students health monitoring were conducted at Secondary School No12 of the City of Vitebsk. Methods of analysis and practical experience were used in the article.

Findings and their discussion. The authors reveal the significance of shaping students' value orientations in acquiring skills of healthy lifestyle, health culture as a basis of physical, mental and social well-being.

The innovation education project is a multilevel education system of harmonious and individual personality development of the child. It declares healthy lifestyle, shapes a system of bringing up health culture, forecasts health preserving activity.

Conclusion. The Project findings make it possible for the authors to recommend them for the implementation in the secondary school.

Key words: health preservation, innovation process, academic space.

Современное общество и стратегия его развития ставит новые ориентиры в образовательных и воспитательных целях школы, это требует совершенствования структуры и содержания процесса образования, повышения квалификации педагогов, их становления как профессионалов, свободно ориентирующихся в инновационных, психологических процессах, владеющих различными методиками преподавания своего предмета [1–3].

Тревожным фактом продолжает оставаться ухудшение состояния физического, психического и нравственно-го здоровья современной молодежи. Это проявляется в увеличении заболеваний сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата, нервно-психической сферы. Такие тенденции снижают результативность учебной деятельности и адаптацию к образовательному процессу.

Важным является и состояние самих педагогов. Согласно статистическим показателям большая часть педагогов подвержена частому переутомлению, депрессивному состоянию, головным болям. На учебный процесс влияет отсутствие возможностей для восстановления, использование компенсаторных особенностей организма приводит к раннему профессиональному «сгоранию».

По вышеназванным причинам в настоящее время нужна школа, которая будет вырабатывать единый подход к решению вопросов формирования, сохранения и укрепления здоровья, организованному с учетом особенностей ребенка.

Цель статьи – анализ возможностей сохранения здоровья школьников в рамках современного учебного заведения.

Материал и методы. Анкетирование учителей, учащихся, родителей (среднего звена и старших классов) и проведение мониторинга здоровья школьников (начальной, базовой и средней школы) осуществлялись на базе УО «ГОСШ № 12 г. Витебска». Использовался метод анализа с опорой на практический опыт.

Результаты и их обсуждение. Инициативной группой кафедры анатомии и физиологии ВГУ имени П.М. Машерова разработан и внедрен в деятельность общеобразовательной школы города Витебска инновационный образовательный проект «Школа – территория здоровья».

Цель проекта – обеспечить за период обучения в школе возможность сохранения здоровья, способствовать формированию необходимых знаний умений и навыков по ведению здорового образа жизни и использовать эти знания в учебном процессе и в повседневной жизни.

Задачи проекта:

- создать здоровьесберегающие условия в проведении образовательного процесса (в первую очередь соблюдение требований СанПиНов);
- применять технологии здоровьесбережения в обучении и воспитании;
- разработать и затем внедрить методики психологического и социального сопровождения для обучения детей в школе;
- внедрить программы по гигиеническому обучению и воспитанию школьников.

Для решения данных проблем необходимы создание условий для выбора содержания учебного материала в соответствии с индивидуальными интересами личности и использование резервов для развития профессионального и интеллектуального самоопределения.

Учебный процесс с нынешними технологиями интенсивного обучения, огромным объемом информации, спецификой и построением занятий, условиями для их проведения предъявляет обучающимся значительные психологические и физиологические требования, которые не соответствуют индивидуальным способностям современного школьника. Такое несоответствие уже на ранних этапах обучения приводит к снижению систем резерва организма, его адаптационных и компенсаторных возможностей. Как следствие, нарушается устойчивость организма к воздействиям социальных, экологических и профессиональных факторов.

Анализируя материалы инновационного проекта, можно сказать, что при сохранении прежнего статуса школы переход к изменениям в структуре и содержании процесса обучения и воспитания будет направлен на формирование положительной мотивации, на сохранение и укрепление здоровья, бережного отношения к здоровью окружающих.

При этом важно использование следующих внутренних условий учреждения образования:

- высокий профессиональный уровень педагогических кадров коллектива, который позволит обосновать необходимость данного подхода в развитии школы;
- наличие в школе условий для создания системы оздоровления детей, а именно квалифицированные медицинский работник, психолог, социальный педагог и др.;
- развитая материально-техническая база, необходимая для оздоровления детей (два спортивных зала, один из которых оснащен тренажерами, стадион, спортивная площадка, медицинский и процедурный кабинеты, кабинет психолога, стоматологический кабинет, столовая;

- соблюдение здоровьесберегающего режима в работе школы: функционирует в системе 5-дневной рабочей недели, созданы оптимальные периоды учебного труда, отдыха, двигательной активности старших школьников.

Таким образом, перечисленные нами условия позволяют осуществить изменения, которые будут способствовать полноценному развитию учебно-образовательной среды в учреждении образования, помогут сохранить здоровье учащихся и педагогического состава.

В реализации данного проекта важной составляющей являлось создание компетентного координационного совета в лице:

- *директора, заместителя директора* – проводят контроль за организацией процесса обучения и осуществляют контролируемую и координирующую деятельность;
- *педагогов-психологов* – изучают, анализируют данную проблему, осуществляют консультативную помощь учащимся, педагогам, родителям;
- *фельдшера школы* – осуществляет контроль за соблюдением санитарно-гигиенических норм в учреждении образования, выявляет детей из группы риска по данной проблеме;
- *учителя физической культуры* – учитывает особенности детей по формированию культуры здорового образа жизни;
- *родителей* – способствуют организации занятий физической культурой, оздоровлением с учетом индивидуальных особенностей ребенка и для повышения психо-эмоциональной устойчивости ребенка.

В соответствии с разработанной программой мы выделили следующие этапы:

- организационный – осуществлялся анализ результатов работы школы и условий, необходимых для реализации проекта;
- реализации проекта – реализация программы проекта;
- заключительный – перевод проектной экспериментальной работы в режим функционирования.

На различных этапах реализации проекта организаторами и членами координационного совета проводились мероприятия: осуществление основных этапов программного проекта и мониторинга полученных результатов; разработка контрольных мероприятий и программы реализации данного проекта; внесение изменений в программу и учет содержания основных направлений деятельности по проекту; внедрение инновационных здоровьесберегающих технологий в учебный и воспитательный проект; реализация программных мероприятий в малых группах и создание экспериментальных площадок. Основополагающим этапом является разработка документации, позволяющей регламентировать экспериментальную работу в рамках инновационной площадки, осуществление мониторинга и координации дальнейшей работы. За период реализации инновационного проекта координаторами был создан банк научно-методических и практических материалов по проблеме здоровьесбережения.

Комиссией по внедрению в образовательный процесс методических разработок рекомендованы к использованию более сорока научно-методических и практических материалов, предложенных профессорско-преподавательским составом кафедры анатомии и физиологии УО «ВГУ имени П.М. Машерова»: «Врожденные пороки развития и меры их предупреждения», «Внезапные состояния при укусах клещей, змей, животных», «Гигиена – подруга здоровья», «Биологическое действие ионизирующего излучения», «Профилактика нарушения осанки», «Как наркотики влияют на мозг», «Память», «Сон и сновидения», «Алкоголь. Правда и вымысел», «Бездымный табак. Небезопасный выбор», «Здоровый образ жизни», «Алкоголь и подросток» и др.

В процессе реализации инновационного проекта «Школа – территория здоровья» проведены следующие мероприятия:

1. Создана и пополняется копилка методических пособий (разработок, литературы, наглядной агитации, видеофильмов, буклетов, презентаций).
2. Среди школьников проведен цикл лекций по нравственно-половому воспитанию учащихся.
3. Составлена база данных учащихся, имеющих особенности в поведении, и семей неблагополучного характера с целью дальнейшей помощи им.
4. Проводятся общешкольные Дни здоровья.
5. Организуются беседы врача-нарколога и терапевта с учащимися 7–9-х классов (беседа со специалистами, мероприятия по профилактике употребления психически активных веществ среди несовершеннолетних).
6. Контроль учащихся 5-х классов в адаптации к новым условиям обучения.
7. Анкетирование учащихся 6–8-х классов на выявление отношения к психически активным веществам.
8. Фестиваль «Мир здоровья» для учащихся 1–4-х классов.
9. Конкурс агитбригад среди учащихся 5–8-х классов «Мир ЗОЖ».

10. Просмотр видеоматериалов для учащихся 7–9-х классов по темам «Здоровье – это здорово!», «Зависимость – это...», «Игла», «Спайс».
11. Фестиваль агитбригад «Молодежь против СПИДа» для учащихся 9–11-х классов.
12. Участие в акции АНТИСПИД.
13. Дискуссии по темам «Наркомания», «В XXI век без наркотиков», «Виртуальная агрессия», «Свет в конце тоннеля», «Береги себя», «Помогите Диме», «Метро», «Спайс».
14. Создание волонтерского движения на базе 5–9-х классов по организации пропаганды ЗОЖ и правил безопасного поведения.
15. Анализ пропусков занятий школьниками, занятость во время каникул учащихся, состоящих на различных видах учета.
16. Заседания советов профилактики правонарушений детей и подростков.
17. Беседы по вопросам здорового образа жизни, об отказе курения, о правильном регулярном питании, режиме дня, занятиях спортом.
18. Освещение на родительских собраниях различных вопросов режима дня, физической активности, профилактики вредных привычек; здорового образа жизни и закаливания.

В период проведенного исследования осуществлялся мониторинг уровня здоровья учащихся.

По результатам была отмечена положительная динамика, а именно снизились заболевания сердечно-сосудистой, опорно-двигательной системы, уменьшилось число детей со сколиозом, а также с заболеваниями ЖКТ (рис.).

Помимо этого постоянно проводилось анкетирование среди учащихся по вопросам употребления алкоголя и ПАВ. Опросы выявили общую динамику снижения употребления учащимися школы никотина и алкоголя. Так, если в 2015 году 47 учащихся были подвержены никотиновой зависимости, то в 2016 году только 13 учащихся отметили, что они курят.

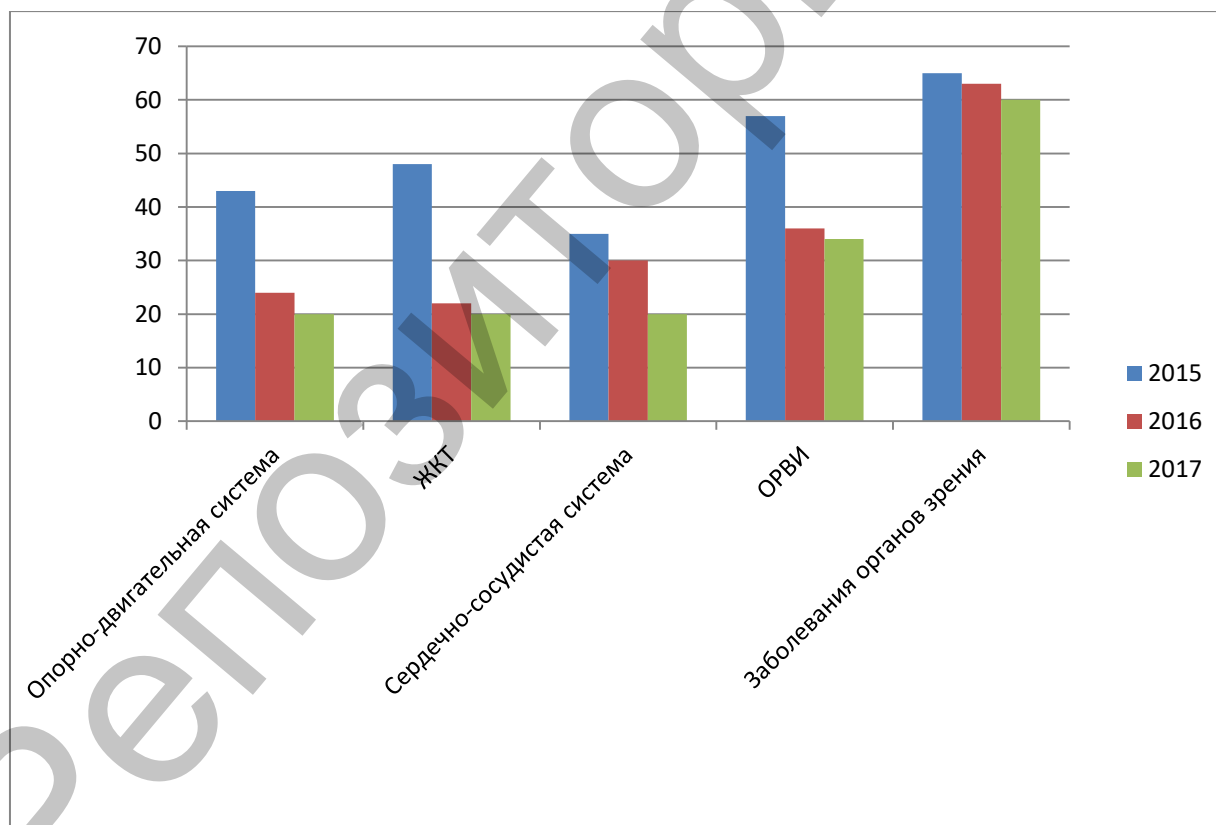


Рис. Заболеваемость учащихся в школе по годам

В январе 2017 года педагогом-психологом проведено анкетирование по изучению вредных привычек среди учащихся 6–8-х классов. Вредными они называют употребление алкоголя, наркотиков, курение, 10% опрошенных относят к ним еще компьютерные игры.

Путем анкетирования было выявлено, что 80% учащихся имеют следующие вредные привычки: компьютерные игры – 10%, курение – 5%, чрезмерное употребление сладкого – 10%, увлеченность фастфудами – 35%, отсутствие занятий спортом – 20%.

На вопрос об употреблении алкоголя 65% учеников ответили «да». При этом впервые предложено родителями ребенку в 30% случаев, родственниками – в 20%, друзьями – в 14% и личная инициатива – 1%.

25% учащихся не знают, как алкоголь влияет на организм и не задумываются о последствиях его приема.

90% опрошенных слышали о вреде никотина на организм человека и его последствиях, при этом среди негативных называют следующие факторы: заболевание легких, рак, заболевания кожи, желтые зубы.

2% учащихся ответили, что им предлагали попробовать наркотики.

Самые распространенные вредные привычки: курение – 30%, компьютерные игры – 15%, алкоголь – 5%. 98% опрошенных считают, что с этими вредными привычками они могут бороться и могут их победить.

Таким образом, в ходе реализации инновационного проекта достигнуты следующие результаты: созданы условия для всестороннего развития каждого учащегося, сохранения у него полноценного здоровья; повышение качества и результатов образования в условиях данной здоровьесберегающей образовательной среды. Проведено обновление содержания образования, активно используются инновационные здоровьесберегающие технологии в учебном процессе; предложено комплексное психолого-педагогическое сопровождение, необходимое для каждого учащегося; сформирована целостная положительная мотивация к процессу обучения, повышение самооценки школьника при адаптации в обществе, улучшение его социализации; создана база обучающих занятий, основанных на принципе «Начни с себя...»; разработана программа по обучению окружающих заботиться о своем здоровье.

Следовательно, можно говорить о сложившейся культуре здорового образа жизни школьника, типе поведения личности, о выражении зрелости и развитости как особых социально значимых качествах, которые активно реализуются в индивидуальном поведении. Подобная система – итог качественного развития знаний, интересов, норм, поведения, чувств и способностей.

Прослеживается положительная динамика уровня состояния здоровья учащихся в ходе реализации данного проекта и на заключительном этапе. Проведен мониторинг здоровья школьников; сформирован имидж школы в глазах потенциальных потребителей образовательных услуг.

Предложенный проект способствовал:

- созданию условий для полноценного развития учащихся, раскрытия их здоровьесберегающего потенциала;
- в условиях среды, направленной на укрепление здоровья, повышению качества образовательного процесса и образования в целом;
- использованию инновационных технологий по формированию здоровья в образовательном процессе для совершенствования и обновления последнего;
- положительной динамике состояния здоровья школьников, педагогов;
- изменению системы мониторинга здоровья учащихся, педагогических работников;
- разработке и внедрению обучающих программ по формированию здоровья, созданию проектов в этой области;
- положительному имиджу школы в глазах потенциальных потребителей образовательных услуг.

Инновационный проект «Школа – территория здоровья» помогает формированию здорового образа жизни у школьников. Проект построен на принципах интеграционных инноваций в области успешного обучения, сохранения и укрепления здоровья коллектива школы. Содержательными компонентами интеграции данного проекта являются: ценностно-целевой, личностно-развивающий, содержательно-деятельностный и ресурсный.

Эта модель системы реализации инновационного проекта отражает структурно-логические связи между организационно-управленческими, дидактическими, учебно-методическими условиями для обеспечения качества образования, свидетельствует о системообразующей роли формирования качественной здоровьесозидающей образовательной среды школы.

Формирование образовательной среды осуществляется путем интеграции общих содержательных компонентов интегративного инновационного проекта. Она позволяет приобретать новое качество, становится инновационной, более продуктивной образовательной системой, обеспечивающей иной, высокий уровень успешности деятельности и сохранение, укрепление здоровья педагогов и учеников. Все это имеет значение для подросткового периода развития личности ученика в общеобразовательной школе.

При реализации проекта «Школа – территория здоровья» на основе личностно-деятельностных, психолого-педагогических, учебно-методических, дидактических, информационно-коммуникативных условий повышаются как показатели успешности, так и здоровья, растут мотивация здорового образа жизни и потребности в достижениях, снижается уровень заболеваемости, улучшаются успеваемость и другие показатели. Реализация

инновационного проекта способствует становлению профессиональной зрелости педагога в процессе инновационной деятельности.

Ведущее место среди ценностных ориентаций личности занимают ценности здоровья, творчества и достижений. Необходимыми условиями при обеспечении нового качества образования являются усиление инновационных функций, взаимосвязь между процессом и результатом обучения, воспитания, социализации, оздоровления и развития современной личности. Проекты инновационного развития увеличивают вариативность образовательных маршрутов для ученика.

Освоение способов успешной деятельности и развитие мотивации достижений способствуют профилактике здоровьеразрушающего поведения личности подростка, а вооружение приемами здоровьесозидающей деятельности – профилактике истощения творческих ресурсов педагогов и учащихся.

Главный критерий качества современного образования – целостное развитие всех субъектов образовательного процесса. Он может быть выражен категориями «успешная и здоровая личность», «личностная зрелость», а для выпускника – «профессиональная зрелость». Эти категории отражают результат реализации данного инновационного проекта.

В рамках инновационного проекта «Школа – территория здоровья» прослеживается взаимосвязь процесса обучения, воспитания, саморазвития и самосовершенствования потенциала здоровья учащихся и педагогов.

Заключение. Исследование показало высокую продуктивность избранной теоретико-методологической основы, позволило успешно реализовать инновационный проект «Школа – территория здоровья» и создать модель системы педагогических условий для реализации данного проекта.

Инновационный проект интегрирует аспекты в области образования и здоровьесбережения в рамках учебного процесса определенного учреждения образования для дальнейшего развития в современном обществе. Реализация подобной модели имеет многоаспектное влияние на формирование личности, полноценного, здорового представителя в образовательном социуме.

Таким образом, в процессе инновационного исследования ключевые положения гипотезы были доказаны. Обобщенные основные результаты исследования по созданию системы педагогических условий реализации проекта «Школа – территория здоровья» и выявлению критериев результативности реализации проекта позволяют рекомендовать их для внедрения в деятельность общеобразовательной школы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Прищепа, И.М. Медико-педагогические условия формирования здорового образа жизни учащихся в колледже / И.М. Прищепа, А.Н. Дударев, Е.А. Кунцевич, Е.И. Дударева // *Вестн. Віцеб. дзярж. ун-та.* – 2016. – № 3(92). – С. 108–113.
2. Прищепа, И.М. Формирование здоровьесберегающего пространства в современной школе / И.М. Прищепа, Е.А. Кунцевич, А.Н. Дударев // *Вестн. Полоц. гос. ун-та. Сер. Е.* – 2016. – № 7. – С. 122–126.
3. Ефременко, И.И. Основные детерминанты репродуктивного поведения современной молодежи / И.М. Прищепа, И.И. Ефременко, Г.И. Наумова, Н.Д. Ефременко // *Вестн. Віцеб. дзярж. ун-та.* – 2016. – № 3(92). – С. 44–49.

REFERENCES

1. Prishchepa I.M., Dudarev A.N., Kuntsevich E.A., Dudareva E.I. *Vesnik Vitsebskaga dziazhaunaga universiteta* [Journal of Vitebsk State University], 2016, 3(92), pp. 108–113.
2. Prishchepa I.M., Kuntsevich E.A., Dudarev A.N. *Vestnik Polotskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser. E* [Journal of Polotsk State University], Ser. E, 7, 2016, pp. 122–126.
3. Efremenko I.I., Prishchepa I.M., Naumova G.I., Efremenko N.D. *Vesnik Vitsebskaga dziazhaunaga universiteta* [Journal of Vitebsk State University], 2016, 3(92), pp. 44–49.

Поступила в редакцию 26.03.2018

Адрес для корреспонденции: e-mail: kanatiphiz@vsu.by – Ефременко И.И.