

Учреждение образования
«Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»

На правах рукописи

УДК 371.4

Масихнович Татьяна Викторовна

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО ФОРМИРОВАНИЮ
КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ.

13.00.02. – теория и методика обучения и воспитания
(воспитательная работа)

Диссертация на соискание академической степени
магистра педагогических наук

Научный руководитель –
кандидат педагогических наук,
доцент
Качан Г.А.

Витебск, 2007 г.

Установа адукацыі
«Віцебскі дзяржаўны ўніверсітэт
імя П.М.Машэрава»
НАУКОВА-МЭТАДЫЧЭСКАЯ РАБОТА

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

ГЛАВА I	КУЛЬТУРА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА.....	8
1.1	Понятие «культура здорового образа жизни» в психолого-педагогической литературе.....	8
1.2	Факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни у подростков.....	20
ГЛАВА II	ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРОСТКОВ.....	26
2.1	Направление и содержание работы школы по формированию здорового образа жизни у подростков.....	26
2.2	Программа по формированию культуры здорового образа жизни у подростков.....	36

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

ПРИЛОЖЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Здоровье детей и подростков в любом обществе и при любых социально-экономических и политических ситуациях является актуальнейшей проблемой и предметом первоочередной важности, так как оно определяет будущее страны, генофонд нации, научный и экономический потенциал общества и, наряду с другими демографическими показателями, является чутким барометром социально-экономического развития страны.

При анализе заболеваемости детей за период с 1996 по 2006 год установлено, что, несмотря на колебания первичной заболеваемости в отдельные годы, общий тренд за этот период указывает на тенденцию ее роста и ухудшения состояния здоровья. Первичная заболеваемость в 2006 году выше уровня 1996 года на 35,3%. Наибольший рост отмечается по классу «болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани» - в 3,7 раза. В 2,3 раза увеличилась заболеваемость болезнями мочеполовой системы; в 2,2 раза – болезнями системы кровообращения; более чем в 2,1 раза увеличилась заболеваемость детей и подростков психическими расстройствами, на 40% увеличилась частота травматизма. Наиболее значимый рост заболеваемости подростков отмечается по тем классам болезней, которые чаще приобретают хроническое течение, вследствие чего растет общая заболеваемость [60, с. 258].

Мониторинг состояния здоровья белорусских школьников свидетельствует о негативных тенденциях устойчивого характера на протяжении последних десятилетий. По данным популяционных исследований, сегодня в стране детей I группы здоровья не более 10% (по некоторым данным 2-5%), II группы здоровья – до 70%, III – 30-40%, IV группа здоровья достигает 5%, растет количество детей с врожденной патологией (V группа) [33, с. 152].

Причины сложившегося положения многообразны: особенности социально-экономического развития страны, недостаточный уровень расходов на охрану здоровья населения, ухудшение экологической обстановки, недостаточное воспитание культуры здорового образа жизни среди детей и подростков в учреждениях образования [43, с. 146].

В этой связи насущной является проблема формирования здорового образа жизни у подрастающего поколения. Сейчас как никогда требуется углубленный поиск новых, эффективных путей ее решения. Для укрепления здоровья и формирования ЗОЖ недостаточно бороться с заболеваемостью,

алкоголизмом, наркоманией, неправильным питанием, конфликтными отношениями, хотя это так же имеет большое значение. Принципиально важно использовать позитивные стороны жизни нашего общества, а именно выделить, развить и усилить многообразные тенденции, работающие на формирование ЗОЖ, содержащиеся в самых различных сторонах общественной жизни. Наиболее значимым в этом плане является воспитание у подрастающего поколения правильной позиции в отношении своего здоровья. От того насколько удастся сформировать и закрепить в сознании человека культуру ЗОЖ в молодом возрасте, зависит в последующем реальный образ жизни, препятствующий или способствующий раскрытию потенциала личности. Целенаправленная работа в этом направлении поможет нейтрализовать возникновение вредных привычек и развитие факторов риска различных заболеваний [26, с. 45].

Проблема охраны здоровья нашла серьезное отражение в исследованиях Ф.Ф. Эрисмана, Д.К. Заболотного, Н.И. Пирогова, И.М. Сеченова, В.М. Бехтерева, И.М. Мечникова. Их взгляды и труды повлияли на процесс отечественной и мировой науки. Становление и развитие социальной гигиены связано с И.А. Семашко и З.П. Соловьевым. Именно они занялись проблемой перестройки медицинского образования, куда ввели новую дисциплину – социальную гигиену. С точки зрения психологии и психотерапии проблема здоровья изучалась Л.И. Рувинским, И.С. Коном, Ю.Н. Орловым. Они предложили множество гигиенических и физиологических ориентиров, рекомендаций по формированию ЗОЖ на индивидуальном уровне. В.Г. Запорожченко и Л.Ф. Тихомирова проследили взаимосвязь между жизнью, здоровьем и вредными привычками, опираясь на роль самосознания, самовоспитания и самоперевоспитания. Л. Гумилев рассматривал проблему здоровья с государственно-политической и этнической стороны, где огромная роль принадлежит сознанию и поведению субъектов здоровья [7, с. 123].

Общетеоретические основы, концептуальные для решения проблемы приобщения человека к здоровому образу жизни содержатся в трудах И.И. Брехмана, Э.Н. Вайнера, М.Я. Виленского, Г.К. Зайцева, В.Н. Ирхина, Э.М. Казина, Г.А. Калачева, В.В. Колбанова, Г.А. Кураева, А.Г. Щедриной.

Аспекты формирования здорового образа жизни школьников рассматриваются в работах Н.П. Абаскаловой, Т.Ю. Никифоровой, Е.Г. Новеледской, Л.Г. Татарниковой [6, с. 53].

Однако, несмотря на глубину исследования отдельных сторон проблемы здоровья, имеющиеся теоретические подходы не раскрывают в полной мере проблему формирования здорового образа жизни, в частности, деятельность учреждений образования разного типа по формированию у учащихся потребности в охране здоровья и культуры ЗОЖ. Требуют также дополнительной разработки и исследования вопросы, касающиеся социально-педагогических условий, эффективно влияющих на формирование культуры ЗОЖ подростков.

Исходя из вышесказанного, необходимо отметить существующие в системе среднего образования противоречия между: возрастающим осознанием педагогическим сообществом необходимости сохранения и укрепления здоровья и недостаточной разработанностью методического обеспечения формирования здорового образа жизни в общеобразовательной школе; значимостью культуры здорового образа жизни у подростков и недостаточностью информации и практического опыта по ее формированию. Из обозначенных противоречий вытекает проблема исследования, которая состоит в необходимости формирования культуры ЗОЖ у подростков.

Теоретическая и социальная значимость проблемы обусловила выбор темы магистерской диссертации: «Социально-педагогическая работа по формированию культуры здорового образа жизни у подростков».

Объект исследования: культура здорового образа жизни подростков.

Предмет исследования: пути формирования культуры здорового образа жизни у подростков в условиях средней общеобразовательной школы.

Цель исследования: выявить социально-педагогические условия, способствующие повышению эффективности процесса формирования культуры здорового образа жизни у подростков.

Гипотеза исследования: процесс формирования культуры здорового образа жизни у подростков будет эффективным при соблюдении следующих социально - педагогических условий: рассмотрении культуры ЗОЖ как неотъемлемого компонента целостного педагогического процесса, результатом которого является развитость свойств личности, связанных с ЗОЖ; выявлении и изучении факторов, влияющих на формирование ЗОЖ, учета их единства и взаимосвязи; комплексном медико-валеологическом, социально-педагогическом, психологическом воздействии на подростков при формировании культуры ЗОЖ; использовании инновационных методов и технологий по формированию ЗОЖ, т.к. это позволит повысить мотивацию

подростков на ЗОЖ, уровень их информированности в вопросах культуры ЗОЖ.

В соответствии с проблемой, объектом, предметом, целью и гипотезой исследования были определены следующие задачи исследования:

- проанализировать философскую, психологическую и социально-педагогическую литературу по проблеме формирования ЗОЖ у подростков;
- раскрыть сущность понятий здоровье, здоровый образ жизни, культура ЗОЖ, охарактеризовать обуславливающие их факторы;
- разработать критерии культуры ЗОЖ и на их основании выделить уровни культуры ЗОЖ;
- проанализировать содержательные аспекты социально-педагогической деятельности школы по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни учащихся;
- разработать программу формирования культуры ЗОЖ у подростков.

Теоретико-методологическую основу исследования составили: положения о физиологических закономерностях развития детей (М.В. Антропова, И.А. Аршавский, М.М. Безруких); теоретические основы здорового образа жизни (И.И. Брехман, Э.М. Казин, В.В. Колбанов, Ю.П. Лисицын); исследования, посвященные формированию здорового образа жизни (Г.К. Зайцев, В.П. Казначеев, В.В. Колбанов, Л.Г. Татарникова);

Для реализации цели и задач использовались следующие методы исследования: теоретические – анализ, синтез, изучение педагогического опыта, нормативных и законодательных документов РБ, психолого-педагогической, научно-методической, философской литературы по теме работы, литературы по организации сохранения и укрепления здоровья, организации здорового образа жизни; эмпирические - наблюдение, анкетирование, беседы с учащимися, учителями, методы статистической обработки данных.

База исследования: Опытнo-экспериментальная работа проводилась на базе УО «Средняя общеобразовательная школа № 39» г. Витебска.

Научная новизна и практическая значимость исследования состоит в следующем: рассмотрены социально-педагогические аспекты формирования основ культуры ЗОЖ; разработаны критерии и выделены уровни культуры ЗОЖ у подростков; разработана программа по формированию культуры ЗОЖ у подростков.

Основные положения, выносимые на защиту:

- культура здорового образа жизни – это многогранный процесс деятельности учащихся, структура которого предполагает формирование у них научного понимания сущности ЗОЖ, который проявляется в отношении к своему здоровью как ценности, выработку умения противостояния разрушительным для здоровья формам поведения, выработку навыков сохранения и укрепления здоровья;
- при организации работы по формированию культуры ЗОЖ, ведущими факторами, определяющими ЗОЖ, являются: генетические, состояние окружающей среды, медицинское обеспечение, условия и образ жизни.
- в настоящее время у подростков отмечается средний уровень сформированности культуры ЗОЖ, что подтверждают выявленные знания учащихся по основным составляющим культуры ЗОЖ, следовательно, социально-педагогическая работа, которая проводится сегодня по формированию культуры ЗОЖ у подростков, является не совсем эффективной;
- формирование культуры ЗОЖ у подростков в учебно-воспитательном процессе школы эффективно, если оно осуществляется при систематическом медико-валеологическом, социально-педагогическом, психологическом воздействии на подростков; а также комплексном взаимодействии педагогов, учеников и их родителей.
- использование инновационных методов и технологий позволит повысить мотивацию подростков на ЗОЖ, обеспечит формирование культуры ЗОЖ.

Материалы исследования нашли отражение в выступлениях автора на Республиканских и международных научно-практических конференциях: «Социализация детей и молодежи: опыт, теория, практика, перспективы» (г.Витебск, 2006), «Социальные проблемы современного общества и человека: пути решения» (г.Витебск, 2007), на региональной научно-практической конференции «II Машеровские чтения» (г.Витебск, 2007), а также в трех публикациях.

Объем и структура магистерской диссертации: диссертация изложена на 47 страницах, структура ее отражает логику, содержание и результаты исследования. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы, включающего 74 источника, и 12 приложений.