

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СУБЪЕКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

*И.А. Синицина, учитель высшей категории,
заместитель директора по УВР ГБОУ Стерлитамакская КШН №25*

Процессы глобализации, социокультурной и политической модернизации мирового сообщества, сопровождающиеся обострением экологических, экономических, социальных и культурных проблем отразились на социальных отношениях, характере социальной среды, психологической атмосфере социума, жизненных стратегиях и здоровье человека.

Здоровье как многомерный феномен включает в себя соматическое, физическое, психическое, нравственное (социальное) здоровье. Вследствие этого, многими учеными признается положение, предложенное американским медиком Г. Сигеристом: «Здоровым может считаться человек, который отличается гармоническим развитием и хорошо адаптирован к окружающей его физической и социальной среде. Здоровье не означает просто отсутствие болезней: это нечто положительное, жизнерадостное и охотное выполнение обязанностей, которые жизнь возлагает на человека» [2, с.293]. Данное определение отражает состояние полного физического, психического духовного и социального благополучия человека. Центром проблемы здоровья является поиск путей к сбалансированному существованию человека, путей к гармонии души и тела.

Укрепление здоровья детей и молодежи выступает самым эффективным и экономически целесообразным способом увеличения продолжительности качественной жизни населения. К настоящему времени накоплен отечественный и международный опыт реализации различных подходов к укреплению здоровья человека, который отражен в рекомендациях Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) и иных документах. В соответствии с определением ВОЗ, укрепление здоровья представляет собой «процесс, позволяющий людям повысить контроль за своим здоровьем, а также улучшить его» [3]. В данном процессе для

достижения устойчивого результата необходимо как межведомственное взаимодействие, так и активное участие самого человека по наращиванию индивидуального и общественного потенциала здоровья.

Для достижения стратегических ориентиров развития общества с 2019 года в Российской Федерации реализуется Федеральный проект «Формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни, включая здоровое питание и отказ от вредных привычек» («Укрепление общественного здоровья») в рамках Национального проекта «Демография». Целью данного проекта является внедрение эффективных подходов, программ и мер, направленных на укрепление здоровья населения на популяционном уровне.

Государство признает охрану здоровья детей как одно из важнейших и необходимых условий их физического и психического развития. В Приказе Министерства здравоохранения РФ от 15 января 2020 г. N 8 «Об утверждении Стратегии формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 года» основными направлениями выступают формирование культуры здоровья в различных возрастных и социальных группах, разработка и реализация мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни у детей и молодежи, повышение эффективности преподавания основ здорового образа жизни и профилактики неинфекционных заболеваний в рамках школьной программы.

Для изменения стратегического развития образования особая роль отводится формированию культуры здоровья субъектов образовательного процесса, основ здорового образа жизни. Меры по укреплению здоровья и профилактике заболеваний должны формироваться с учетом биологических, социальных, психологических, поведенческих аспектов жизни человека и общества, учитывать многообразные факторы, влияющие на здоровье.

Когда речь идет об укреплении и сохранении здоровья людей традиционный биомедицинский подход указывает узкий, порой не всегда эффективный путь, так как задачи укрепления здоровья и профилактики заболеваний выходят за пределы

медицины, вплоть до таких областей как экономика, профессиональная занятость, социальная жизнь, мода на здоровый образ жизни и другие.

Профилактические программы укрепления здоровья человека могут быть эффективными лишь в том случае, если они охватывают все заинтересованные сферы общества, а не только здравоохранение; разрабатываются с учетом конкретных условий и особенностей, ресурсов и местных инициатив; планируются как совместные усилия разных секторов и ведомств; строятся с учетом опыта лучших отечественных и зарубежных практик.

Система массового образования является одним из механизмов укрепления и наращивания потенциала здоровья, и в целом человечества, поскольку каждый человек связан с ней всю свою жизнь: когда учится сам, когда учатся его дети и когда учатся его внуки.

Начиная с 2019 года в соответствии со стратегическими ориентирами развития российского образования в ГБОУ Стерлитамакская КШН№25 реализуется программа по формированию культуры здоровья и основ здорового образа жизни.

Культура здоровья как сложный, динамический феномен является показателем уровня социальной активности личности, образцов поведения, осмысленного отношения к миру и к самому себе. Культура здоровья это

- 1) система жизненных ценностей, опирающихся на знания о сущности здоровья (включая пути и методы его формирования, сохранения и укрепления) и регулирующих поведение людей в процессе жизнедеятельности (А.Г. Маджуга);
- 2) необходимая составная часть общей культуры, позволяющая человеку грамотно заботиться о здоровье и благополучии – собственном и окружающих людей;
- 3) ценности, убеждения, поведение и материальные предметы, которые сообща формируют здоровый образ жизни людей.

Культура здоровья школьника это составная часть базовой культуры личности, отражающая ценностное отношение обучающегося к собственному здоровью, основанная на ведении здорового образа жизни, выраженная в полноценном физическом, психическом, духовно-нравственном и социальном развитии [1].

Структура культуры здоровья включает в себя следующие компоненты и соответствующие им показатели:

- когнитивный (показатели: понимание сущности культуры здоровья; углубление знаний о духовно-нравственном, социальном, личностном, физическом компонентах здоровья; осознание здоровья и культуры как общечеловеческих ценностей);
- эмоционально-ценностный (показатели: эмоциональная уравновешенность; преодоление трудностей; эмоционально-ценностное восприятие мира);
- когнитивно-волевой (показатели: поисковая активность; стремление к саморазвитию, самосовершенствованию и самовоспитанию; волевая регуляция поведения, преодоление трудностей в достижении поставленных целей; управление собственным здоровьем через механизм самопознания);
- мотивационный (показатели: осознанное проектирование здоровьесберегающих стратегий; стремление к самоактуализации через признание здорового образа жизни основной потребностью).

Основные *детерминанты культуры здоровья* детей и подростков школьного возраста:

- *культурные детерминанты* – совокупность знаний, ценностей, норм, идеалов, установок, связанных с представлениями о здоровье и здоровом образе жизни, обеспечивающих необходимые предпосылки для личностного освоения, усвоения, присвоения культуры здоровья;

- *семейные детерминанты* – факторы, связанные с созданием условий полноценного физического, психического, духовно-нравственного и социального развития детей и подростков в семье и ориентацией каждого из ее членов на здоровый образ жизни;

- *образовательные детерминанты* – факторы, обеспечивающие формирование осознанного ценностного отношения школьников к собственному здоровью, ведение ими здорового образа жизни методами, приёмами, средствами

обучения и воспитания в условиях образовательных учреждений (общеобразовательных и дополнительного образования).

Рассмотрение основных детерминант культуры здоровья школьников позволило определить главные направления организации эффективной работы по формированию культуры здоровья, основ здорового образа жизни субъектов образовательного процесса в ГБОУ Стерлитамакская КШН№25:

- организация и участие в проведении массовых мероприятий, акций, круглых столов, научно-практических конференций по вопросам здоровья;
- создание здоровьесберегающей среды школы;
- проектирование инновационных моделей деятельности и реализация образовательных технологий здоровьесбережения;
- повышение уровня профессиональной подготовки специалистов по вопросам формирования культуры здоровья;
- профилактическая работа;
- дополнительное образование и внеурочная деятельность по формированию ЗОЖ (Рис.1).

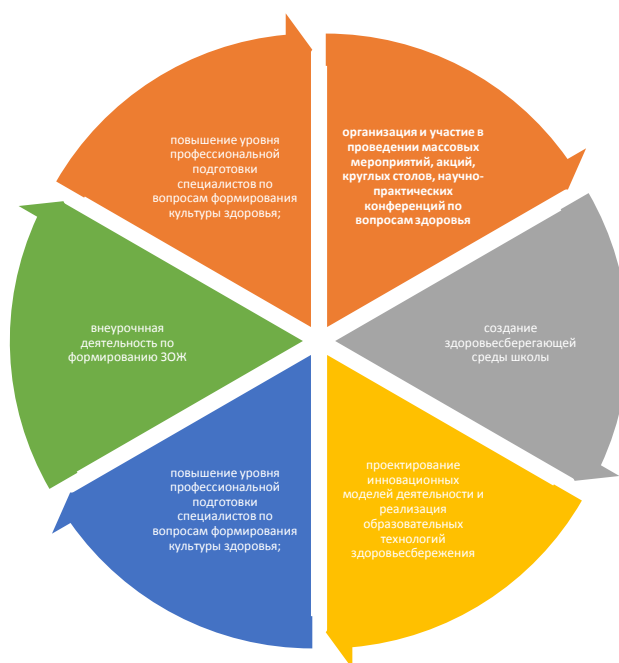


Рис. 1. Основные направления работы по формированию культуры здоровья, основ здорового образа жизни

Организация круглых столов, акций, вебинаров, научно-практических конференций по вопросам формирования культуры здоровья субъектов образовательного процесса проводится систематически и целенаправленно в соответствии с планом инновационной деятельности в ГБОУ Стерлитамакская КШН№25. Важным аспектом в подготовке мероприятия выступает его позиционирование. В рамках информационной работы предусмотрено:

- анонсирование мероприятий на сайте образовательного учреждения, в электронных и печатных СМИ, в сети Интернет;
- подготовка и размещение информационных материалов при проведении мероприятия, с размещением постов в социальных сетях;
- подготовка информации по результатам мероприятия, публикация статей в научно-методических журналах («Учитель Башкортостана», «Начальная школа», «Воспитание и обучение детей с нарушениями развития» и др.).

Важным компонентом в проведении круглых столов и дискуссий выступает использование тематического видеоконтента, определяющего тематику обсуждения.

Иные формы информационной деятельности:

- знакомство учителей с новинками педагогической, психологической, методической и научно-популярной литературы, с опытом инновационной деятельности в России и за рубежом;
- формирование «копилки» инновационных идей;
- информирование педагогических работников школы о новых направлениях развития коррекционного образования;
- информатизация организационно-методической и управленческой деятельности школы.

Организационно-методическая деятельность:

- изучение запросов, методическое сопровождение и оказание практической помощи молодым специалистам (наставничество) и педагогическим работникам в период подготовки к аттестации;

- подготовка и проведение семинаров, круглых столов, мастер-классов, научно-практических конференций, конкурсов профессионального педагогического мастерства;

- организация и проведение фестивалей спорта и творчества, предметных олимпиад, викторин для школьников;

- взаимодействие и координация методической деятельности с ИРО РБ.

Консультационная деятельность:

- организация консультационной работы для педагогических работников образовательного учреждения по вопросам методики преподавания и воспитания обучающихся с ОВЗ;

- конкурсное сопровождение обучающихся и педагогов;

- популяризация результатов новейших педагогических и психологических исследований;

- организация работы по всемерному повышению педагогической культуры родителей в вопросах развития личностного потенциала детей с ОВЗ и формирования культуры здоровья.

Инновационная деятельность

- модернизация образовательного процесса через внедрение методов образовательной кинезиологии, определяющих способы достижения социально желаемого уровня личностного и познавательного развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

- организация системной физкультурно-оздоровительной и коррекционно-развивающей работы;

- введение в образовательный процесс мероприятий, способствующих повышению двигательной активности современных детей и подростков, формированию ценностного отношения к здоровью;

- поддержка инновационной деятельности педагогов через организацию и проведение семинаров – практикумов, открытых тематических занятий.

Информационно-коммуникационные мероприятия, направленные на повышение грамотности субъектов образовательного процесса в вопросах здоровья и приверженности к здоровому образу жизни выступили важным условием, обеспечивающим возможность ведения здорового образа жизни.

Постоянно совершенствующая система воспитания и обновление инфраструктуры учреждения позволили внедрить в практику ГБОУ Стерлитамакская КШ№25 инновационные модели деятельности и образовательные технологии здоровьесбережения, ориентированные на развитие сенсорных, предметно-практических, ориентировочных, двигательных, коммуникативных возможностей обучающихся, формирование компетенций субъектов образовательного процесса в области здоровьесбережения и здоровьесозидания.

В ходе реализации инновационного направления с 2019 года по настоящее время в школе успешно реализуются здоровьесберегающие и развивающие технологии (Рис.2).



Рис.3. Здоровьесберегающие и развивающие технологии

Использование современных технологий выступает одним из путей реализации гуманистической направленности коррекционно-развивающего процесса, обеспечивающего развитие различных видов мышления, внимания, восприятия обучающихся. Проведение систематической коррекционно-развивающей работы создает положительные условия для формирования культуры здоровья, основ здорового образа жизни. совершенствования навыков общения.

Кроме того, все обучающиеся имеют возможность заниматься в спортивных секциях: волейбол, футбол, ритмика, шахматы. Дополнительное образование во взаимодействии с общим создаёт основу для формирования положительной мотивации к занятиям физической культурой и спортом, помогает сохранять и укреплять здоровье обучающихся.

Основой профилактических программ в школе выступает работа по информированию и формированию культуры здоровья, «моды на здоровье с детства». Работа в данном направлении строится с учетом ряда принципов:

- персонифицированный подход с целью определения индивидуальных медицинских показаний и противопоказаний к проведению конкретной профилактической технологии;
- гармоничная интеграция в жизнедеятельность обучающихся и осуществление профилактических программ во время образовательного процесса в школе;
- ориентация на формирование положительной мотивации к проведению профилактических мероприятий;
- использование здоровьесберегающих технологий (медико-профилактических, физкультурно-оздоровительных, технологий социально-психологического благополучия, технологии воспитания культуры здоровья).

Активное применение технологий в профилактической работе выступило средством для замены неэффективного вербального способа передачи знаний на системно-действенный метод, расширяющий возможности для выбора результативных способов решения образовательных, воспитательных,

коррекционно-развивающих задач, использования ресурсов личности и повышения мастерства педагога.

В заключении подчеркнем, что формирование культуры здоровья личности является стратегически важным направлением развития общества, которое может обеспечить увеличение продолжительности качественной жизни граждан Российской Федерации. Работу по формированию культуры здоровья необходимо вести на всех этапах взросления человека. С целью системного выстраивания этой работы в образовательной организации необходимо определить направления, функции и технологии их реализации.

Список литературы

1. Гаркуша Н.С. Теоретический анализ детерминированности культуры здоровья школьников // Ученые записки университета Лесгафта. 2013. №5 (99). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskiy-analiz-determinirovannosti-kultury-zdorovya-shkolnikov> (дата обращения: 14.02.2022)
2. Маджуга А.Г., Синицина И.А., Уварова Л.Н. Здоровье человека как многомерный феномен: фрактальный подход // Здоровье и образование в XXI веке. 2015. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/zdorovie-cheloveka-kak-mnogomernyy-fenomen-fraktalnyy-podhod>
3. (дата обращения: 14.02.2022).
4. Основы политики достижения здоровья для всех в Европейском регионе ВОЗ (Здоровье-21). ВОЗ, 1998. – 44с.
5. Здоровье-2020: основы европейской политики и стратегия для XXI века. Евробюро ВОЗ, Копенгаген. 2013. – 248с. URL: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0017/215432/Health2020-Long-Rus.pdf
6. Федеральный Закон Российской Федерации от 21 ноября 2011г. №323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_121895/