

Формирование ЗОЖ в рамках деятельности экологической субкультуры

Закон «Об образовании» и другие правительственные и законодательные документы определяют приоритет общечеловеческих ценностей и здоровья человека. В «Концепции сохранения и укрепления здоровья населения РФ методами и средствами гигиенического обучения»

Министерства здравоохранения РФ указано на необходимость «формировать и поддерживать стремление людей к позитивным изменениям в образе жизни путем обеспечения их достоверными медико – гигиеническими знаниями. Создавать соответствующие мотивации и отношение к здоровью, вырабатывать умения и навыки здорового образа жизни и предупреждения заболеваний».

Школа № 2 работает по программе «Полифорум». Данная программа дает возможность реализации идеи формирования ЗОЖ и ценностного отношения учащихся к своему здоровью в рамках экологической субкультуры. Данная субкультура объединяет педагогов, которые в своей педагогической деятельности приоритетными содержательными линиями выбирают – экологическую культуру и культуру здоровья (учителя физической культуры, географии, биологии, англ. языка, КБЖ).

Цель образования в экологической субкультуре – формирование экологической культуры и культуры здоровья личности (определяющей уровень отношений человека к природе и своему здоровью).

Выпускник должен овладеть:

- **общегигиеническими знаниями**, которые он получит при изучении учебных предметов и посещении соответствующих факультативов, элективных курсов;
- **ценностными отношениями к своему здоровью**, т.е. должен будет осознать разностороннюю ценность здоровья как источника удовлетво-

рения своих потребностей (материальных и духовных).

• **умениями и навыками** по сохранению и укреплению здоровья, оцениванию его состояния, пропаганде ЗОЖ.

Формирование ЗОЖ в рамках экологической субкультуры идет по трем направлениям:

1. **перестройка инвариантной** (базовой) части образования с ориентацией на вопросы здорового образа жизни.

Например, в содержании предметов биологического цикла были выделены темы, которые можно интегрировать со здоровьесберегающей тематикой.

Таким образом, на уроках биологии учащиеся получают дополнительные общегигенические знания:

Вопросы ЗОЖ, интегрируемые в содержание предметов биологического цикла для учащихся 6 – 9 классов

1. Факторы, формирующие здоровье:

- Наследственность и здоровье
- Репродуктивное здоровье
- Половое воспитание и психосексуальное развитие детей и подростков.
- Режим труда и отдыха, профилактика переутомления
- Рациональное питание и здоровье
- Двигательная активность и закаливание организма

2. Факторы, разрушающие здоровье:

- Вредные привычки и их предупреждение
- Курение и его вред для здоровья
- Употребление алкоголя и его вред для здоровья
- Употребление наркотических веществ и их влияние на здоровье

3. Среда обитания и здоровье:

4. Стресс, « болезни адаптации » и их предупреждение

2. Система **элективных курсов и факультативов** по выбору.

Разработаны рабочие программы факультативов по изучению экологии в 6 – 9 классах. Одна из них реализуется в 8 классе «Экология человека. Культура здоровья». Данный факультатив дает дополнительные общегигиенические знания, умения и навыки по сохранению и укреплению здоровья.

Рабочая программа включает разделы: « Окружающая среда и здоровье человека», « Влияние факторов среды на функционирование систем органов», « Репродуктивное здоровье».

Планируемый результат:

В ходе посещения факультатива учащиеся приобретают новые **знания:**

- о взаимосвязи здоровья и образа жизни;
- о взаимодействии природных и социальных факторов на организм человека;
- о влиянии факторов окружающей среды на функционирование и развитие систем органов;
- об основных условиях сохранения здоровья;
- о факторах укрепляющих здоровье в процессе развития человеческого организма;
- о необходимости участия в охране окружающей среды.

В результате усвоения учебного материала факультатива у учащихся формируются **умения:**

- оценивать состояние здоровья;
- находить связь между биосоциальными факторами среды и здоровьем человека;
- соблюдать гигиенические правила (питания, дыхания, сна и др.), режим дня (двигательной активности, труда, отдыха и др.);
- применять способы закаливания и ухода за кожей;
- уменьшать вредное воздействие стресса и утомления;
- проводить наблюдения и самонаблюдения.

Ведение таких факультативов является одним из наиболее перспективных направлений: здесь создаются условия для сотворчества учащихся и учителя, стимулируются коллективные формы учения, диалоги, дискуссии...Основой данных факультативов становится **проектная деятельность**, требующая информационной поддержки, обеспечиваемой

преподавателем.

3. Внеклассные и внешкольные мероприятия, направленные на формирование ЗОЖ и ценностного отношения учащихся к своему здоровью.

В 1 четверти в школе проходит декада экологической субкультуры. Все проводимые в это время мероприятия с экологической и здоровьесберегающей тематикой, которые продолжают формирование умений и навыков по сохранению и укреплению здоровья и пропаганде ЗОЖ.

Уже традиционным стало проведение некоторых мероприятий:

- Театрализованная **презентация экологической субкультуры.** Мероприятие обычно проходит интересно, ярко с показом сказки, где с юмором освещаются вопросы экологии и ЗОЖ...

- **Конференция** для старшеклассников « **Наркомания: истоки, сущность, последствия**» с показом видео фильма и оформлением итогового продукта мероприятия - газеты с высказыванием ребят по данной теме.

- **Познавательная игра « Экологическая мозаика»,** где учащимся на каждой «станции» предлагаются задания по экологии и здоровому образу жизни.

- **КВН « Мы за здоровый образ жизни»**

Цель данного мероприятия – закрепить представление о здоровом образе жизни. В ходе игры ребята усваивают понятия « здоровый образ жизни», «рациональное питание», «гиподинамия»...., повторяют факторы, влияющие на здоровье, правила гигиены.

- **Познавательная игра « В здоровом теле здоровый дух»**

Цель игры – привитие интереса к здоровому образу жизни.

В игре принимают участие две команды, которые борются за звание « самой здоровой семьи».

- **Тематические линейки и акции по профилактике зависимостей.**

- Выпуски газеты «**ЭиФ**», которые освещают вопросы экологии и ЗОЖ.

- **Конкурсы газет** « Скажем наркотикам – нет», «Трезвость - норма жизни» ...

Через работу **классного руководителя** так же ведется пропаганда здорового образа жизни. Целая серия **классных часов** посвящена вопросам ЗОЖ.

По направлению « Здоровый ребенок – здоровое общество» ведется работа и с родителями. Вот уже на протяжении нескольких лет практикуются **тематические родительские собрания.**

- « Семейное воспитание и здоровье наших детей»
- « Спасем детей от дыма сигарет» (ситуативная игра)
- « Алкоголь и проблемы психического и нравственного здоровья ребенка» (имитационная игра с элементами тренинга)
- « Не дай нам бог, судьбу ребенка увидеть на конце иглы!»
- « Школа, семья и психическое здоровье старшеклассников» ...

На таких собраниях используются разные методы: анкетирования, тестирования, беседы с приглашением врача, психолога....

Традиционным стала разработка «Памяток для родителей».

Цель – объединить усилия школы и семьи в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья детей

Диагностика уровня сформированности культуры здоровья у учащихся экологической субкультуры

Одним из показателей качества образования является культура здоровья.

Культура здоровья - это способность учащихся использовать общегигиенические знания, умения и навыки в учебных, игровых и реальных ситуациях, проявлять активность и осознавать личную ответственность в сохранении и укреплении своего здоровья.

Культура здоровья включает в себя следующие компоненты:

- общегигиенические знания
- ценностное отношение к своему здоровью
- умения и навыки по сохранению и укреплению здоровья, оцениванию его состояния, пропаганде ЗОЖ.

Задачи диагностики направлены на комплексную проверку составляющих культуры здоровья.

Применение мониторинга позволяет создать систему целенаправленного педагогического воздействия на личность ребенка. Выделяем следующие его этапы:

- Определение стартового уровня знаний и отношений (входной контроль)
- Определение нового уровня знаний и отношений
- Коррекция общих и индивидуальных общегигиенических знаний и отношений учеников.

Сейчас мы занимаемся разработкой системы дидактических диагностических заданий: определяем их содержание, формулировки вопросов, в соответствии с заведенными для диагностики **показателями** и их **параметрами**:

- * База знаний и способов деятельности (полнота знаний, понимание, доказательность, практическое применение знаний)
- * Мыслительные процессы (обобщение, синтез, анализ)
- * Сформированность ответственного отношения к своему здоровью (практическая здоровье сберегающая деятельность с учетом мотивов, пропаганда ЗОЖ, оценочные умения)

Каждый из параметров будет оцениваться по 5-балльной системе на основе разработанных критериев. Исходя из разброса (диапазона) суммарного балла будет определен уровень сформированности культуры здоровья для каждого ученика, так и в целом.

Мониторинг уровня сформированности культуры здоровья должен проводиться как целостная система, в течение длительного времени.