

Киреева Елена Васильевна | kafedra-razvitiya@mail.ru

Кандидат философских наук, доцент

Методист

МБОУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи»

Тверь, Россия

Формирование общих представлений и навыков здоровьесбережения у обучающихся в условиях общеобразовательной школы

Аннотация. В данной статье рассматриваются теоретические и практические аспекты формирования культуры здоровья у обучающихся в условиях современной школы. Цель работы — обобщение и популяризация педагогических практик образовательных организаций Тверской области в области здоровьесбережения детей. Раскрывается смысл регионального проекта «Кабинет здоровья». Представлены основные направления работы кабинетов здоровья образовательных организаций г. Твери и Тверской области, ориентированные на развитие ценности здоровья среди обучающихся школ. Эмпирическая часть исследования посвящена диагностике уровня сформированности представлений о здоровье у обучающихся 1–6-х классов при реализации программы «Разговор о правильном питании». Практическая часть позволяет сделать вывод, что представленный в образовательных организациях Тверской области опыт способствует формированию ценности здоровья у детей.

Ключевые слова: образовательная организация, здоровьесбережение, обучающиеся, кабинет здоровья, правильное питание.

Современный период развития российского образования — время корректировки ценностных ориентиров. Не будет преувеличением сказать, что будущее страны зависит от сегодняшних детей-дошкольников и школьников, в лице которых хочется видеть сознательных и достойных восприимчивых исторических традиций, приобщившихся к системе ценностей, которая отображает общность культур народов России.

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания гражданина России, являясь методологической основой реализации ФГОС, представляет систему базовых национальных ценностей, которые являются ориентирами в вопросах воспитания детей и подростков. «Обеспечение духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина

России является ключевой задачей современной государственной политики Российской Федерации» [Цит. по: 1, с. 17]. Одним из таких направлений является «формирование в детской и семейной среде системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания» [Цит. по: 5, раздел III].

В наши дни уделяется особое внимание проблемам здоровьесбережения; это объясняется тем, что современное общество нуждается в творческих, активных, здоровых личностях. Именно здоровье является важным фактором успешности детей и молодежи не только в обучении, но и в будущей самореализации в профессиональной деятельности.

Необходимым условием для решения задачи формирования культуры здорового образа жизни у детей может и должно стать создание благоприятной образовательной среды, комфортной для всех субъектов образовательного процесса. Данный тезис подчеркивает ФЗ-273 «Об образовании в Российской Федерации», указывая на то, что «организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создают условия для охраны здоровья обучающихся» [Цит. по: 8, ст. 41]. Создание в школе благоприятных для обучающихся условий, способствующих раскрытию потенциала личности каждого ребенка, воспитанию гражданина, нацеленного на духовный рост и стремящегося к

здоровому образу жизни, — приоритетная на сегодняшний день задача образования. Именно этим объясняется настойчивый поиск здоровьесберегающих идей, принципов, технологий, направленных на укрепление не только физического, но и психического здоровья подрастающего поколения. Системно-деятельностный, личностно-ориентированный, ценностный подходы, ставшие основой ФГОС, учитывают возрастные и психологические особенности детей, выстраивают ценностную систему, а также позволяют включать каждого ребенка в активную деятельность.

Физическое воспитание школьников и развитие у них представлений о здоровье на сегодняшний день являются стратегическими направлениями региональной государственной политики в сфере воспитания детей в Тверской области [6].

Данная проблема имеет богатую теоретическую базу. Авторы многочисленных работ последних лет обосновывают значимость проблемы здоровьесбережения детей в современных условиях [2, 4, 7].

Важным становится процесс выявления и популяризации успешных педагогических практик, а именно «системных мероприятий по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни» [Цит. по: 3, раздел II].

Школами Тверской области накоплен успешный опыт по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни у обучающихся.

С 2011 года в Тверской области реализуется региональный проект «Кабинет здоровья», девиз которого — «Я здоров — и поэтому успешен». Кабинеты здоровья — это просветительские центры в школах, направленные на воспитание привычек и навыков здоровьесбережения у детей. Они были созданы для обеспечения работы целостной системы образовательной, просветительской и методической работы с участниками образовательного процесса по вопросам здорового и безопасного образа жизни.

Региональный проект «Кабинет здоровья» в образовательных организациях г. Твери и Тверской области реализуется для того, чтобы научить всех обучающихся осознанно относиться к своему здоровью, приобретать нужные знания и навыки, работая по принципу «равный с равным». Внутренняя цель работы кабинета здоровья — это организация взаимодействия участников образовательного процесса в самой школе, внешняя же функция — сотрудничество школы и внешней инфраструктуры (организаций дополнительного образования детей, родителей обучающихся, центров медико-психологической службы). Координирует деятельность кабинета здоровья тьютор. Ключевой принцип работы с детьми в рамках реализации регионального проекта «Кабинет здоровья» — формирование у ребенка потребности в ведении здорового образа жизни.

Пространство кабинета здоровья делится на пять сегментов: для обучающихся, для учителя, для родителей,

информационный сегмент и последний — «Если возникла опасность!»; этот сегмент закрытый, здесь осуществляется профилактика девиантного поведения детей.

Работа кабинетов здоровья осуществляется по нескольким направлениям, одним из которых является формирование общих представлений о культуре ЗОЖ у детей. Элементы этой культуры — режим дня, личная гигиена, способы укрепления здоровья, формирование правильной осанки, закаливание, грамотная организация физической активности, понимание связи здоровья и окружающей среды, профилактика сезонных простудных заболеваний, психология общения, психология взаимоотношения полов и пр. Для формирования у школьников представлений и навыков по данному направлению педагогами чаще всего используются следующие формы работы: мастер-классы, акции, конкурсы рисунков (плакатов, видеороликов), коллективные творческие дела, игры-конкурсы (в том числе «Веселые старты»), праздники, беседы, тренинги, классные часы, диспуты, дебаты, конференции, круглые столы, туристический слет. Развитие у школьников осознанного отношения к своему здоровью осуществляется также через профилактику вредных привычек и девиантного поведения. Ряд кабинетов здоровья реализует специальные профилактические программы, которые предполагают комплексную работу по первичной профилактике зависимого поведения среди обучающихся школ как с детьми (классные часы, беседы, дискуссии, конференции, круглые столы,

тренинги, городские акции, недели здоровья, спортивные мероприятия), так и с родителями и педагогическими работниками (индивидуальные и коллективные беседы, родительские собрания, лекции, консультации, телефон доверия, подготовка методических материалов и памяток). Тьюторами кабинетов здоровья проводятся регулярные мониторинги состояния здоровья обучающихся, а также мониторинги динамики представлений и навыков здорового и безопасного образа жизни детей.

Принципиальное отличие настоящего проекта от огромного количества существующих программ по здоровьесбережению учащихся — в его комплексности (охват всех образовательных организаций региона и всех участников образовательного процесса: учителей, обучающихся и их родителей) и непрерывности (мероприятия в рамках проекта не разовые, а регулярные в течение учебного года и рассчитаны на детей с 1 по 11 классы).

Региональный проект «Кабинет здоровья» реализуется в каждой школе г. Твери и Тверской области.

Одним из направлений в области здоровьесбережения детей является воспитание культуры правильного питания. С 2013 года в регионе реализуется **Федеральная** программа «Разговор о правильном питании». Цель программы — формирование у детей культуры правильного питания. Программа предполагает работу с обучающимися 1–6-х

классов и состоит из трех частей: «Разговор о правильном питании» (1–2-е классы), «Две недели в лагере здоровья» (3–4-е классы), «Формула правильного питания» (4–6-е классы). Более 250 образовательных организаций г. Твери и Тверской области реализуют программу. В основном, дети осваивают программу в урочной и внеурочной деятельности через кружковую работу, проектную деятельность по данной тематике. Ряд образовательных организаций используют материалы для формирования культуры правильного питания детей в системе дополнительного образования. В реализации программы принимает участие 34 742 обучающихся образовательных организаций области (около 40 % школьников 1–6-х классов). Особенность реализации программы в том, что она вовлекает в деятельность и педагогов, и детей, и родителей.

Так, в направлении реализации программы активно работает МБОУ «Большемалинская ООШ» Сандовского района Тверской области. На базе школы проводилось исследование динамики представлений о правильном питании обучающихся 1–6-х классов, посещавших кружок «Разговор о правильном питании» в течение учебного года. В школе был проведен первоначальный опрос среди учащихся, цель которого заключалась в выявлении количества детей, понимающих важность правильного питания и соблюдающих его режим. Результаты опроса оказались следующими: около 60 % обучающихся МБОУ «Большемалинская ООШ» не знают

основных факторов правильного питания, 67 % детей не имеют представления о правильном режиме питания. В течение года обучающиеся 1–6-х классов посещали кружок «Разговор о правильном питании», где рассматривались темы, способствующие осознанию важности культуры правильного питания в формировании здорового образа жизни. Ребята выполняли проекты, участвовали в беседах и дебатах, акциях и конкурсах, массовых мероприятиях.

В результате повторного опроса среди той же категории детей был выявлен следующий результат. У большей части обучающихся 1–6-х классов МБОУ «Большемалинская ООШ», а именно около 70 % респондентов, была сформирована потребность в правильном питании. Дети стали выбирать продукты, полезные для здоровья, а родители обучающихся отмечали, что при совместном походе в магазин дети обращают внимание на полезность или вредность того или иного продукта. Данный опыт просветительской работы показывает положительную динамику в изменении представлений детей о здоровье и возможности собственного влияния на него. Программа также расширяет кругозор детей посредством знакомства их с кулинарными традициями России и мира.

Таким образом, при реализации регионального проекта «Кабинет здоровья» программы «Разговор о правильном питании» дети не только получают основные представления о здоровье, но и усваивают социальный опыт по

здоровьесбережению, преобразовывая его затем в собственные установки, ценности и привычки. Определенно, данный опыт организации деятельности детей в школах Тверской области имеет позитивное влияние на формирование ценностных ориентиров детей, в частности — на развитие у них представлений и навыков здоровьесбережения посредством просветительской работы. Несомненным плюсом использования в школах описанных проектов стало и то, что эта деятельность позволила объединить усилия всех субъектов социализации детей в вопросах воспитания культуры здоровья у обучающихся.

Список литературы

1. Данилюк, А. Я. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования / А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. — М.: Просвещение, 2009. — 24 с.
2. Зарецкий, В. В. Концептуализация профилактики — шаг к системной деятельности. Комментарии к Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде / В. В. Зарецкий // Профилактика зависимостей. — 2015. — № 1. — С. 43-67.
3. Постановление Правительства Тверской области от 13.09.2017 года № 300-пп «Об утверждении Положения о Координационном Совете по духовно-нравственному воспитанию детей в Тверской области» [Электронный ресурс] // Электронный фонд

- правовых и нормативно-технических документов. — URL: <http://docs.cntd.ru/document/450342293> (дата обращения: 11.01.2022).
4. Пронюшкина, Т. Г. Формирование у школьников здорового образа жизни в условиях образовательного учреждения / Т. Г. Пронюшкина, О. Н. Уколова // Современные исследования социальных проблем. — 2018. — № 1. — С. 186-199.
 5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 года № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. — URL: <https://docs.cntd.ru/document/420277810> (дата обращения: 17.01.2022).
 6. Распоряжение Правительства Тверской области от 05.02.2018 года № 28-РП «Об утверждении Стратегии духовно-нравственного воспитания детей в Тверской области на 2018-2027 годы» [Электронный ресурс] // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов. — URL: <https://docs.cntd.ru/document/570911511> (дата обращения: 10.01.2022).
 7. Совершенствование организационно-управленческих механизмов развития межведомственного взаимодействия в области формирования здорового образа жизни обучающихся: Сборник материалов Всероссийского совещания / под ред. Т. Ю. Макаровой — М.: Издательство «Национальный институт инноваций». — 2017. — 123 с.
 8. Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» [Электронный ресурс] // Законодательство Российской Федерации: Сборник основных федеральных законов РФ. — URL: <https://fzrf.su/zakon/ob-obrazovanii-273-fz/> (дата обращения: 17.01.2022).
-
- Elena V. Kireeva**
The Palace of Creativity
of Children and Youth
Tver, Russia
- Formation of general ideas
and health-saving skills among
students in a secondary school**
- Abstract.** *This article discusses the theoretical and practical aspects of the formation of a health culture among students in a modern school. The aim of the work is to generalize and popularize the pedagogical practices of educational organizations of the Tver region in the field of child health care. The meaning of the regional project "health Cabinet" is revealed. The main directions of work of health offices of educational organizations of Moscow are presented. Tver and the Tver region, focused on the development of the value of health among school students. The empirical part is devoted to the diagnosis of the level of*

formation of ideas about health in students of grades 1-6 in the implementation of the program "Talk about proper nutrition". The practical part of the study allows us to conclude that the experience presented in educational organizations of the Tver

region has a positive impact on the formation of the value of health in children.

Keywords: *educational organization, health care, students, health cabinet, proper nutrition.*