

Ашанина Елена Вячеславовна

учитель английского языка

Якимова Татьяна Петровна

учитель английского языка

МБОУ СОШ №40

г. Белгород, Белгородская область

СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛА КАК МНОГОУРОВНЕВАЯ СИСТЕМА ПРОДВИЖЕНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Аннотация: статья посвящена актуальной проблеме создания многоуровневой системы продвижения здорового образа жизни в современной школе. Освещаются вопросы эффективного применения различных здоровьесберегающих технологий и инновационных подходов во всех структурах здоровьесберегающей образовательной среды.

Ключевые слова: инновационные модели, здоровьесберегающая образовательная среда, грамотность здоровья, современный здоровьесберегающий урок, составляющие здоровьесберегающего урока.

Последние исследования во всем мире показывают, что современный ребенок находится под негативным воздействием средств массовой информации, нагрузок в школе и других неблагоприятных социальных факторов. Все это приводит к увеличению различных депрессивных состояний у детей и подростков, в частности: постоянная усталость, плохой сон, потеря аппетита, головные боли, избыточный вес. Опрос родителей в Британии выявил, что 4 из 5 опрошенных считают, что здоровье более или также важно, как и остальные академические предметы школьного расписания. Здоровые ученики лучше осваивают школьную программу и успешнее выполняют тесты и контрольные. Кроме того, молодые люди, обладающие навыками здорового образа жизни, имеют больше шансов справиться со всеми нелегкими вызовами современного общества.

Не менее важна общая атмосфера в образовательном учреждении, которая включает в себя такие составляющие как эмоциональная и социальная среда,

нравственные и культурные ценности и устои. Все это без сомнения оказывает существенное влияние на обучение, поведение и здоровье обучающихся. Создание атмосферы любви, заботы, вовлеченности, а также развитие чувства ответственности в детях, является жизненно важным условием реального участия обучающихся в образовательном процессе. В российских школах за последние годы созданы условия, способствующие созданию здоровьесберегающей образовательной среды, такие как: соблюдение требований СанПиН, система дополнительного образования, организация горячего питания и медицинского обслуживания. Однако, урок, являясь основной организационной формой образовательного процесса, играет одну из ключевых ролей в содействии, продвижению и формированию жизненно необходимых знаний и умений по соблюдению здорового образа жизни обучающихся. Поэтому, уроки гуманитарных дисциплин могут сыграть огромную роль в формировании у учащихся навыков адаптивного и позитивного поведения, которые в последствии помогут им эффективно и безболезненно преодолевать проблемы и вызовы, которые их ожидают во взрослой жизни. Можно выделить две здоровьесберегающие составляющие таких уроков: содержательную и метапредметную. Содержательная составляющая урока с применением здоровьесберегающих технологий включает в себя темы, связанные со здоровьем и здоровым образом жизни, проблемные вопросы, материалы для обсуждения, которые способствовали бы формированию отношения к человеку и его здоровью как к ценности, пониманию сущности и необходимости здорового образа жизни. Например, здоровье общества, экология и здоровье, человеческие взаимоотношения, умственное и эмоциональное здоровье, личная безопасность и здоровье, правильное питание, зависимости, различные типы поведения и их последствия и т. д. Темы, которые направлены на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, применялись в той или иной мере учителями гуманитарных дисциплин всегда. Расширилось содержание таких тем с учетом современной действительности. Изменился подход в подачи таких тем. Акцент сместился с подачи материала на развитие

навыков, позволяющих правильно воспользоваться информацией, стать грамотным в отношении здоровья, понимать его многозначность и важность. Появился даже новый термин «health literacy» (грамотность здоровья), который обозначает способность человека добывать, анализировать и понимать информацию, касающуюся здоровья. Эта способность позволяет людям правильно использовать такую информацию в пользу своего физического, эмоционального, морального, социального здоровья. Метапредметная и личностная составляющая современного здоровьесберегающего урока отражает новый подход к данному вопросу и дает возможность сформировать у обучающихся следующие жизненно необходимые для дальнейшей успешной жизни навыки. Навыки взаимного общения – способность эффективного и понятного, соответствующего вербального и невербального самовыражения с целью выразить свое мнение, желание, другие чувства. Незрелость данных навыков приводит к непониманию и ухудшению взаимоотношений. Навыки критического мышления, позволяющие анализировать и оценивать информацию или ситуацию независимо и объективно. Данные навыки важны для правильного понятия факторов, мнений, ценностей, связанных со здоровыми и нездоровыми привычками. Навыки принятия решения, заключающиеся в умении проанализировать и оценить различные опции и варианты, оценить и спрогнозировать последствия того или иного решения. Данные навыки предполагают создание конструктивной ситуации и правильного решения в вопросах личного здоровья. Навыки анализа, заключающиеся в умении критически исследовать и определить основные черты ситуации или проблемы. Без такого рационального подхода невозможно решить многие проблемы, связанные со здоровьем. Навыки сотрудничества, позволяющие совместно плодотворно трудиться и сосуществовать, поддерживая позитивные, комфортные отношения друг с другом. Содержательная, метапредметная и личностная составляющие современного здоровьесберегающего урока гуманитарных дисциплин обеспечивают все условия для формирования грамотного и правильного отношения подрастающего поколения к здоровью, которое является ключевым фактором личного и социального благополучия как личности, так и общества в целом.

Список литературы

1. Вайнер Э.Н. Особенности воспитания культуры здоровья в системе общего образования / Э.Н. Вайнер // ОБЖ. Основы безопасности жизни. – 2009. – №5. – С. 47–59.
2. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л.Н. Антонова. – М.: МГОУ, 2004. – 100 с.
3. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе / И.П. Борисова // Справочник руководителя образовательного учреждения. – 2005. – №10. – С. 84–92.
4. Брехман И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: ФиС, 1990. – 217 с.
5. Бутова С.В. Оздоровительные упражнения на уроках / С.В. Бутова // Начальная школа. – 2006. – №8. – С. 98.