

Методические рекомендации

**«ВОСПИТАНИЕ
КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ
У УЧАЩИХСЯ»**

Эмануэль Т.С.

ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

РАЗДЕЛ 1. РАЗРАБОТКА СИСТЕМЫ АДРЕСНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

В настоящее время существует большое количество мероприятий, проводимых с целью воспитания культуры здоровья у учащихся, однако в большинстве случаев схема определения наиболее эффективных мероприятий отсутствует. В данной связи особую актуальность приобретает построение модели выбора наиболее оптимальных условий формирования культуры здоровья у школьников, направленное на решение проблемы избытка технологий, а также сложности осуществления выбора наиболее оптимальных направлений и методов воспитания культуры здоровья в конкретных условиях.

Кроме того, затруднительным является определение технологии оценки эффективности проводимых мероприятий, которые призваны не просто «развлечь» учащихся, а в конечном итоге повлиять на их состояние здоровья. Иными словами, по итогам воспитательных мероприятий учащийся должен не только узнать и задуматься о методах сохранения и укрепления здоровья, но и внедрить их в свою повседневную практику, что приведет к улучшению его физиологических, психологических и иных параметров.

Таким образом, культура здоровья – осознанная самомотивация человека к ведению здорового образа жизни, реализующаяся посредством внедрения комплекса оздоровительных мероприятий в практику своей жизнедеятельности на основе полученной информации и сформированных ценностей.

Рассмотрим процесс определения наиболее оптимальных воспитательных мероприятий. Для того чтобы спланировать направления работы, которые будут эффективны в отношении конкретного ребенка (группы детей), необходимо проанализировать: факторы, влияющие на уровень культуры здоровья, индивидуальные потребности индивидуума, ведущие каналы восприятия.

Таким образом, разработка системы адресных воспитательных мероприятий базируется на следующих аспектах:

1. Проведение диагностики основных параметров:

- выявление определяющего фактора, влияющего на уровень культуры здоровья (см. пункт 1.1),
- выявление проблем в исходном уровне культуры здоровья школьников, определение ключевых потребностей в рамках воспитания культуры здоровья (см. пункт 1.2),
- определение ведущего канала восприятия ученика,

2. Определение мероприятий:

- выбор наиболее оптимальных мероприятий из общей матрицы (см. пункт 1.3).

1.1. Факторы, влияющие на уровень культуры здоровья школьников и наиболее эффективные мероприятия

Таблица 1.

№	Факторы	Мероприятия
1. Внутренние факторы		
1.1	Состояние здоровья	Диагностика состояния здоровья и рекомендация мероприятий, направленных на улучшение состояния здоровья
1.2	Прошлый опыт	Проведение бесед и психологических тренингов, основанных на осознании и анализе школьниками прошлого опыта, а также на формировании практических выводов и извлечение уроков
1.3	Установки	Проведение тренингов по формированию установок, способствующих воспитанию культуры здоровья
1.4	Структура досуга, организация свободного времени	Внедрение мероприятий, направленных на содействие школьникам и их родителям в выборе способа проведения досуга учащихся: - фестивали «Хобби- и спорториентация», в ходе которого учащиеся и родители могут ознакомиться с различными видами досуга и попробовать себя в тех или иных видах спорта и творчества, - встречи с успешными людьми для агитационных бесед о спорте / творчестве и т.д. как способе времяпрепровождения - и т.д. Создание условий для эффективного внутришкольного времяпрепровождения: - организация системы дополнительного образования, - проведение агитационных акций по привлечению учащихся к посещению кружков, - формирование у учащихся осознанной мотивации к полезному времяпрепровождению

2. Внешние факторы		
2.1	Семья	Проведение мероприятий, направленных на просвещение родительской общественности: - мини-лекторий «Здоровье человека», в ходе которого родители получают основные знания о здоровье человека, - серия тренингов и тематических собраний «Психологическое здоровье ребенка», направленных на формирование у родителей психологической грамотности взаимодействия с ребенком Проведение мероприятий, направленных на вовлечение родителей в деятельность по воспитанию культуры здоровья: - конференции для учащихся и родителей по тематике здоровья, - игры (спортивные и психологические), члены команд в которых – ученики и их родители, - семейные конкурсы по тематике здоровья Превентивные мероприятия по формированию культуры здоровья у родителей: - тематические беседы со школьниками как с будущими родителями
2.2	Круг общения	Трансляция ценностей ЗОЖ через неформальных лидеров Организация активной командной работы посредством ведения проектной деятельности по тематике здоровья
2.3	Образовательная среда	Принятие и транслирование общешкольной политики ГОУ, при которой здоровье – один из основных приоритетов: - осознание каждым педагогом своей роли в формировании культуры здоровья у учащихся, - функционирующая внутришкольная система поощрений и мотивации участников образовательного процесса к ведению ЗОЖ Внедрение системы мероприятий по формированию культуры здоровья у участников образовательного процесса Разработка программы здоровья, принятой всем педагогическим коллективом ОУ Создание внутришкольного банка методических разработок по тематике здоровья
2.4	СМИ	Создание условий для плодотворного влияния СМИ на уровень культуры здоровья школьников: - разработка и издание внутришкольных СМИ по тематике здоровья, - разработка социальных рекламных материалов (буклетов, видеороликов и т.д.) по тематике здоровья Привлечение СМИ к участию в пропаганде ЗОЖ: - участие в пресс-конференциях, - тематические публикации

Можно выделить следующие мероприятия, образующиеся на стыке приведенных выше факторов:

Таблица 2.

№	Факторы	Мероприятия
1	Родители + СМИ	Организация «Колонки Родителя» в школьных СМИ по тематике здоровья
2	СМИ + досуг	Активное вовлечение школьников в деятельность по написанию статей, планированию выпусков, оформлению и т.д. (как способ организации свободного времени)
3	СМИ + круг общения	Сплочение школьников посредством организации командной проектной работы по созданию печатных, фото-, видеоматериалов по тематике здоровья
4	Родители + образовательная среда	Активное вовлечение родителей в вопросы формирования культуры здоровья посредством организации и проведения мероприятий, предусматривающих участие родительской общественности

1.2. Выявление проблем в исходном уровне культуры здоровья школьников, определение ключевых потребностей в рамках воспитания культуры здоровья

При выборе наиболее актуальных воспитательных мероприятий, прежде всего, важно провести диагностику исходного уровня культуры здоровья с целью выявления наиболее острых проблем конкретного учащегося или группы учеников. К наиболее часто встречающимся трудностям можно отнести следующие:

- низкий уровень информированности, при котором учащиеся не соблюдают основ ЗОЖ по причине их незнания,
- низкий уровень мотивации к соблюдению правил ЗОЖ, при котором школьники осознают основные пути сохранения и укрепления здоровья, однако не проявляют желания следовать им,
- нехватка поддержки референтного окружения в вопросах ЗОЖ,
- потребность в самореализации.

Далее становится возможным следующий этап - определение и классификация групп школьников согласно выявленным ранее трудностям, на основе чего осуществляется выбор комплекса мероприятий. Выявленные проблемы и способы влияния на них воспитательными мероприятиями можно представить в виде таблицы №3.

Таблица 3.

№	Выявленная трудность	Методы диагностики	Комплекс мероприятий	Реализация мероприятий
1	Низкий уровень информированности	Тестирования, анкеты	Просветительская деятельность	- интерактивный курс, - тематика здоровья в предметах
2	Низкий уровень мотивации	Проективные методики	Вовлечение в деятельность по воспитанию культуры здоровья	- внедрение комплекса активных методов вовлечения школьников
3	Нехватка поддержки референтного окружения в вопросах ЗОЖ	Опросы, метод включенного наблюдения, экспертные оценки	Вовлечение во все виды командной работы – воспитание культуры здоровья при помощи коллектива	- командные конкурсы, - коллективное обучение и др.
4	Потребность в самореализации	Проективные методики, анкетирования, психологическая диагностика	Вовлечение в деятельность по воспитанию культуры здоровья и возложение организационно-управленческих функций	- участие в Службе здоровья, - представительские функции, - выступление в качестве наставника и педагога в вопросах ЗОЖ для более младших школьников
5	Неправильная организация досуга	Опросы (школьников, родителей, педагогов), метод включенного наблюдения	Мероприятия по организации здорового досуга учащихся	- хобби-ориентация, - вовлечение в систему дополнительного образования, - проектная деятельность, - внеклассные мероприятия и т.д.

Из таблицы видно, что для выявленных групп учащихся со схожими трудностями при формировании ЗОЖ проводятся мероприятия, направленные на минимизацию идентифицированной проблемы. Кроме того, в рамках анкетирования выявляется наиболее авторитетный источник получения данных о здоровье. Таким образом, необходимо классифицировать наиболее эффективные мероприятия в зависимости от выявленных трудностей и наиболее авторитетных источников получения информации. Данное сопоставление представлено в таблице № 4 «Система наиболее оптимальных воспитательных мероприятий».

Таблица 4. «Система наиболее оптимальных мероприятий по критериям выявленных трудностей и авторитетных источников получения информации»
(выявляются в ходе диагностики и анкетирования)

<i>Референтные источники</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: друзья</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: Родители</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: СМИ</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: интернет</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: врачи</i>	<i>Источник получения информации о здоровье: успешные люди</i>
<i>Проблемы</i>						
<i>Низкий уровень информированности о здоровье</i>	- Выявление неформального лидера и его использование для транслирования идей здоровья,	Просвещение родителей с целью последующего просвещения родителями своих детей	- Издание собственных здоровых СМИ, - Инициирование публикаций по тематике здоровья в СМИ с целью предоставления школьникам знаний по тематике здоровья	- Разработка и ведение информационного сайта в сети Интернет, - Создание и ведение тематической группы на популярном сайте «В Контакте»	Создание условий для построения диалога медицинских специалистов и школьников: - организация регулярных образовательных встреч с врачами, - совместная разработка игровых информационно-методических материалов для школьников и др. (медики предоставляют содержательную часть, педагоги придают ей интерактивную форму) - и др.	Организация информационных встреч-бесед с успешными и интересными людьми для обсуждения вопросов здоровья
<i>Низкий уровень мотивации к ведению ЗОЖ</i>	- Вовлечение в «здоровое общение» посредством совместной проектной деятельности школьников и т.д.	Формирование у родительской общественности ценностного отношения к здоровью детей с целью их влияние на уровень культуры здоровья у школьников	- Поиск и предоставление школьникам социальной мотивирующей рекламы, размещенной в СМИ, - Разработка собственной социальной рекламы совместно со школьниками	- Организация распространения социальной рекламы посредством сети Интернет		Формирование базы примеров успешных людей и информации об их отношении к ЗОЖ с целью мотивации школьников к ведению здорового образа жизни, рассмотрение наиболее ярких примеров с учениками

<i>Потребность в самореализации</i>	- Участие в работе Ученической службы здоровья, - Внедрение системы наставничества, при которой средние и старшие школьники выступают наставниками для младших - Применение в работе по здоровьесбережению формата командной работы со сменными ролями, когда роль лидера поочередно исполняют все члены команды	Проведение разъяснительных бесед для комментирования основных возрастных особенностей детей и совместной выработке стратегии обеспечения самовыражения школьников без подавления их личности	Обеспечение выполнения управленческих функций в школьных «Здоровых СМИ»	Предоставление возможности ведения и наполнения странички в сети Интернет		Организация конкурсов для учеников, в жюри которых – успешные личности
<i>Неправильная организация досуга</i>	Проведения мероприятий, на которых школьники смогли бы проинформировать своих одноклассников о методах проведения здорового досуга, опираясь на свой пример	Проведение фестиваля по хобби-ориентации для родителей и учеников для оказания помощи в выборе хобби для своего ребенка	Поиск и инициирование публикация по тематике здорового времяпрепровождения	Подборка базы в сети Интернет и размещение на электронных ресурсах о способах проведения здорового досуга	Пояснение медицинскими специалистами о вреде пустого досуга и пользе здорового времяпрепровождения	Организация внеклассной работы, направленной на формирование культуры здоровья у школьников: - тематические экскурсии, Внеклассные мероприятия, праздники здоровья, тренинги и т.д.

Кроме того, важно классифицировать формы предоставления информации о здоровье по критерию ведущего канала восприятия (канал восприятия диагностируется посредством стандартных психологических тестов).

«Наиболее эффективные формы предоставления информации для учеников по критерию типа восприятия» представлены в таблице 5.

Таблица 5.

Кинестетик	Визуал	Аудиал
Экскурсии по тематике здоровья, макеты (модель легких и т.д.), эксперименты, активное вовлечение в здоровьесберегающую деятельность, очное участие	Видео-иллюстрации: - социальные ролики, плакаты, - иллюстрирующие отрывки мультимедиа и т.д., - наглядное представление материала о здоровье: презентации, картинки и т.д.	Лекции, аудио-лекции о здоровье, уроки здоровья, радио-передачи и т.д.

Таким образом, после диагностики потребностей конкретного ребенка или группы детей из набора мероприятий выбираются те, которые будут наиболее эффективными для выбранной группы учащихся.

РАЗДЕЛ 2. МЕРОПРИЯТИЙ ПО ВОСПИТАНИЮ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ У УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

2.1. Проблематика

На сегодняшний день можно выделить следующие проблемы, сложившиеся в ГОУ и связанные со здоровьесберегающей деятельностью. Проблематика представлена в таблице 6.

Таблица 6.

№	Проблема	Задача
1. На уровне школьников		
1.1	Нехватка у школьников знаний в области здоровьесбережения, полученных из авторитетных источников	Предоставление знаний и формирование навыков в области здоровьесбережения
1.2	Не всегда благоразумное (полезное) досуговое времяпрепровождение	Создание условий для здорового досуга школьников
1.3	Сформированная «престижность» вредного образа жизни	Формирование моды на здоровый образ жизни (ЗОЖ), вовлечение школьников в тематику ЗОЖ
2. На уровне ГОУ		
2.1	Наличие огромного количества многообразных мероприятий и отсутствие критериев выбора наиболее эффективных в конкретном случае	Разработка и внедрение в практику образовательного процесса схемы определения наиболее оптимальных групп мероприятий
2.2	Нехватка у педагогического коллектива специальных знаний в области здоровьесбережения	Предоставление знаний и формирование навыков у педагогического коллектива по вопросам сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья воспитанников
2.3	Отсутствие у педагогов времени на длительный поиск и анализ разработок	Предоставление практических материалов в готовом виде
2.4	Отсутствие объективного опыта внедрения обязательных программ здоровьесбережения	Ознакомление с опытом успешного внедрения программ по здоровьесбережению школьников
2.5	Отсутствие применяемой системы объективной диагностики таких понятий, как уровень культуры здоровья, ценностная мотивация и т.д.	Внедрение системы оценки эффективности реализуемых технологий посредством мониторинга здоровья учащихся до и по итогам мероприятий

Для минимизации выявленных проблем были выделены группы мероприятий. Можно выделить следующие мероприятия по воспитанию культуры здоровья у участников образовательного процесса. Данные группы мероприятий можно представить следующим образом

2.2. Мероприятия по воспитанию культуры здоровья

После проведения диагностики выбираются наиболее подходящие для конкретного ребенка или группы детей комплекс мероприятий, представленных в таблице 7. Рассмотрим их подробнее.

Таблица 7.

№	Направление	Мероприятие	Результат	Методы измерения
1. На уровне школьников				
1.1	Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья	Создание волонтерского объединения «Ученическая служба здоровья» как содействующего педагогической Службе здоровья Инициирование проектной деятельности школьников Внедрение системы наставничества: студенты-волонтеры проводят мероприятия для школьников, старшие школьники в свою очередь организуют здоровьесозидающую деятельность младших школьников Внутришкольные конкурсы видеоматериалов, плакатов, агитационных стихотворений, театральных сценок и т.д. по тематике здоровья Регулярное издание школьных «Здоровых СМИ»	Самостоятельное ведение школьниками практической деятельности по здоровьесозиданию Применение полученных знаний о здоровье на практике Формирование моды на здоровый образ жизни	- проективные исследования, - применение контрольных и экспериментальных групп, - анкетирования, - анализ статистики вовлеченных школьников, - метод включенного наблюдения за образом жизни учащихся, - самоанализ
1.2	Просветительская деятельность	Внедрение в практику образовательного процесса комплексного интерактивного курса по здоровьесозиданию согласно учебному плану Проведение регулярных тематических Уроков здоровья Внедрение пятиминуток здоровья Организация встреч с успешными людьми для бесед о здоровье Организация фестивалей по здоровьесбережению	Получение знаний о здоровье в интересной интерактивной форме, что способствует их усвоению и мотивирует на применение Комплексное развитие учеников	Интерактивные тестирования
1.3	Профилактика вредных привычек	Комплексная пропаганда здорового образа жизни, основанная на выявлении спектра потенциальных причин подверженности вредным привычкам и реализации мероприятий относительно каждой группы причин	Повышение «иммунитета» школьников к вредным привычкам Снижение количества учеников, подверженных вредным привычкам	- анкетирования, - анонимный самоанализ
1.4	Здоровый досуг учащихся	Регулярное проведение «Хобби- и спортоориентации» как возможности неопределившимся с досугом школьникам попробовать и выбрать для себя хобби и вид физической активности Функционирование системы дополнительного образования Проведение «здоровых дискотек»	Осознанный выбор учениками здорового досугового времяпрепровождения	- опросы, беседы, - анализ статистики

1.5	Практическая реализация здоровьесберегающих технологий в учебном процессе	Проведение физкульт-минуток на уроках	Воплощение теоретической информации в практику	- наблюдение, - анализ статистики и конспектов уроков, -опросы
		Проведение динамических (игровых) переменок	Организация двигательной активности во время досуга	
		Проведение диагностики психологического состояния и снятия напряжения на уроке	Психологическая адаптация	
2. На уровне педагогов				
2.1	Повышение квалификации педагогов	Повышение квалификации педагогов согласно учебному плану	Наличие необходимых знаний о динамическом состоянии здоровья школьников, возможностях воспитания культуры здоровья и др., а также успешное внедрение полученных знаний в образовательный процесс	- анализ статистики, - самоанализ педагогов - экспертная оценка открытых мероприятий
		Организации постоянно действующих тематических семинаров для педагогического коллектива с целью предоставления знаний в области здоровьесбережения школьников		
		Внедрение системы «Корпоративного обучения»		
		Внедрение тематики здоровья в общеобразовательные предметы		
2.2	Консолидация усилий педагогического коллектива	Разработка и проведение интегрированных уроков по тематике здоровья и профилактике девиантного поведения и воспитания ЗОЖ	- взаимодействие педагогов по тематике здоровья школьников - повышение эффективности общешкольной деятельности по воспитанию культуры здоровья школьников	- анкетирования и опросы, - анализ статистики, - метод включенного наблюдения
		Организация командной проектной научно-методической деятельности педагогов		
2.3	Информационное сопровождение процесса воспитания культуры здоровья	Информационная поддержка мероприятий по культуре здоровья: разработка презентаций, оформление буклетов и др.	Значительная оптимизация всех этапов процесса воспитания культуры здоровья посредством успешного внедрения информационных технологий	- анкетирования заинтересованных и вовлеченных лиц, - анализ статистики
		Сбор, обобщение и организация доступа к электронной методической литературе по тематике здоровья		
		Организация электронных коммуникаций между участниками процесса воспитания культуры здоровья		
		Электронное тиражирование успешного опыта		
2.4	Обучение собственным примером	Формирование готовности педагогического коллектива к демонстрированию верного примера учащимся и осознания значимости данного фактора: - отказ от вредных привычек (как минимум, на территории ОУ), - соблюдение основ правильного питания (предпочтение обеда хлебо-булочным изделиям и др.).	- формирование культуры здоровья у педагогов, - предоставление правильного примера учащимся	- опросы, - метод включенного наблюдения

		- поддержание себя в хорошей физической форме, - соблюдение здорового и активного досуга, - психологическая устойчивость		
3. На уровне родителей				
3.1	Диагностика	Проведение регулярной диагностики уровня культуры здоровья родителей, их представлений о здоровье детей, предложений по мероприятиям, степени удовлетворенности и т.д.	Получение объективных данных о представлениях родителей для консолидации усилий	- результаты анкетирования, - отзывы, - динамика статистических данных
3.2	Просвещение	Интерактивный лекторий Организация тематических общих и индивидуальных собраний	Предоставление родителям необходимых знаний о здоровье детей	- анализ посещений, - анкетирования
3.2	Вовлечение	Проведение конференций, фестивалей, конкурсов и т.д. при непосредственном участии родителей в команде Организация колонки для родителей в школьных СМИ	Активная роль родительской общественности в воспитании культуры здоровья у школьников, интеграция усилий	- анализ степени участия (статистические данные), - отзывы, - анкетирования

Таким образом, пользуясь методикой подбора наиболее оптимальных воспитательных мероприятий, ОУ сможет значительно увеличить эффективность деятельности по воспитанию культуры здоровья. Рассмотрим подробнее содержательную часть мероприятий.

Направление 1. «Вовлечение школьников

в деятельность по воспитанию культуры здоровья»

1.1. Создание Ученической службы здоровья (УСЗ). Для полноценного использования внутренних ресурсов ГОУ предлагается модель общешкольной Службы здоровья, состоящей из двух основных составляющих: Педагогической и Ученической Службы здоровья. Обоснование создания УСЗ можно свести к следующим основным аспектам:

- усиление "внепредметного" взаимодействия педагогов и школьников;
- максимальное использование внутришкольных человеческих ресурсов;
- активное вовлечение учащихся в деятельность по здоровьесбережению;
- повышение эффективности деятельности за счет учета большего количества различных по комплексу критериев предложений;
- предоставление ученикам возможности получения управленческого опыта;
- активизирование механизма школьного самоуправления.

Можно выделить следующие базовые направления деятельности УСЗ:

- внутришкольные технологии здоровьесбережения: организация игровых переменок, разработка физкультминуток для старших школьников и т.д.;
- научная деятельность по здоровьесбережению;
- пропаганда ЗОЖ: школьные СМИ, разработка и внедрение фото- и видеоматериалов;
- помощь в организации мероприятий по здоровьесбережению.

Основные роли и обязанности школьников при создании УСЗ можно свести к следующим:

- руководитель: организация деятельности УСЗ; координация участников;
- методист-организатор: разработка ученических программ по здоровьесбережению; взаимодействие с участниками проекта с целью организации реализации выбранных технологий здоровьесбережения;
- главный редактор: разработка и выпуск школьных СМИ по здоровьесбережению: печатных и видеоматериалов;
- менеджер по связям с общественностью: привлечение заинтересованных лиц; взаимодействие с внешней средой;
- конгресс-менеджер: организация ученической научной деятельности по вопросам здоровья: круглые столы, проекты, конференции;
- исполнители: реализация здоровьесберегающих технологий.

Таким образом, при функционировании Ученической службы здоровья, школьники получают опыт практической деятельности по здоровьесбережению, педагогам предоставляется помощь в реализации здоровьесберегающих технологий, а образовательное учреждение оптимально использует все имеющиеся внутренние ресурсы.

1.2. Проектная деятельность старших школьников по тематике здоровья. Для эффективного вовлечения школьников в тематику здоровья актуальным направлением сегодня является организация проектной деятельности школьников по вопросам здоровья. В ходе работы над проектом команда школьников разрабатывает, а затем успешно реализует свой проект. Обязательная реализация проекта приучает детей к практике и ответственности за свои действия. Таким образом, основные разрабатываемые аспекты проектной деятельности можно свести к следующим:

- идея, цель, задачи, миссия, видение проекта;
- исследование проблемы;
- этапы и мероприятия проекта;
- SWOT-анализ проекта; ресурсы проекта;
- ожидаемые результаты;
- эффективность и способы ее измерения;
- план развития;
- отчет о реализации;
- возможные улучшения проекта.

Темы проектов школьников могут быть следующими:

- «Фотопропаганда как метод формирования моды на здоровый образ жизни»,
- «Социальная адаптация школьников, больных сахарным диабетом»,
- «Ученическая служба здоровья в школе»,
- «Здоровые школьные СМИ»
- и другие (в зависимости от интересов школьников и потребностей ГОУ).

Следует отметить, что наиболее успешным подведением итогов проектной деятельности школьников является защита реализованного проекта на конференции, что, помимо всего прочего, способствует формированию навыков эффективной презентации полученных результатов.

1.3. Создание внутришкольных «Здоровых СМИ». С целью пропаганды ЗОЖ возможно создание школьных СМИ по тематике здоровья. Это позволит школьникам самостоятельно освещать вопросы здоровьесозидания в заметках и рассуждениях. Кроме того, возможным и актуальным направлением является разработка и создание социальной рекламы силами самих школьников.

1.4. Проведение физкульт-минуток на уроках перемен. В данном аспекте важным является сотрудничество педагогов и волонтеров: для повышения эффективности проводимых мероприятий возможна следующая схема взаимодействия: преподаватели физической культуры (или волонтеры) предоставляют содержательный материал разминки, после чего педагоги-предметники (или волонтеры) адаптируют предложенные физкульт-минутки к тематикам предметов, преподаватели ИЗО (или волонтеры) совместно со школьниками обеспечивают иллюстрацию наиболее интересных аспектов. По завершению работ наиболее активные ученики апробируют разработанные разминки.

Направление № 2. «Просветительская деятельность»

2.1. Комплексный курс по основам здоровьесбережения для старших школьников. С целью воспитания культуры здоровья целесообразна организация в ГОУ комплексного курса, в ходе которого в интерактивной форме будут рассмотрены основные аспекты здоровьесозидания. Необходимо разработать учебный план, для полноценной реализации которого требуется налаживание междисциплинарного сотрудничества педагогов или привлечение квалифицированных волонтеров. Кроме того, комплексный курс может быть выстроен на основе серии тематических классных часов.

В целях повышения учебной мотивации и эффективности усвоения материала, мини-лекция на каждом занятии курса по здоровьесбережению сопровождается играми, физическими упражнениями и творческим мастер-классом (к примеру, лепкой/рисованием/валянием из шерсти/оригами/театральной постановкой/пантомимой, др.). Таким образом, каждая встреча в рамках курса будет сопровождаться: тематической физкультминуткой, пальчиковой гимнастикой, заданиями на внимание, творческим мастер-классом.

2.2. Проведение уроков здоровья для младших школьников и тематических классных часов для средних и старших школьников. Урок здоровья – занятие, посвященное тематике здоровья. Школьники работают в мини-группах и раскрывают для себя следующие аспекты здоровья: соматический, психологический, социальный, творческий и интеллектуальный. Примечательно, что в ходе занятия детям не навязывается какая-то точка зрения, а ответы на актуальные вопросы здоровьесозидания получаются непосредственно от детей. Таким образом, акцент смещается со слов «нужно, должны» на понятия «зачем, для чего». Оптимальный формат проведения уроков здоровья в рамках учебного плана ГОУ – классный час. Кроме того, тематике здоровья можно отводить 5-10 минут обычного урока.

Можно выделить следующие основные тематики классных часов по культуре здоровья:

- «Мы есть то, что мы едим»;
- «Тренинг творческих способностей»;
- «Командообразование»;
- «Основы эффективного выступления или как сделать так, чтобы слушатели не заснули»;
- «Мода на здоровую одежду»;
- «Умные игры»;
- «Психологическое здоровье»;
- «Целеполагание»;
- «Проектный менеджмент» и другие

2.3. Организация встреч с успешными людьми для бесед о здоровом образе жизни (ЗОЖ).

Эффективным является предоставление информации о здоровье из уст авторитетных для школьников людей. Так, беседовать об обусловленности своей успешности приверженностью к ЗОЖ могут предприниматели, яркие студенты, музыканты, писатели и другие интересные личности, приглашенные в образовательное учреждение. Таким образом, школьники будут наблюдать наглядное практическое подтверждение теоретических аспектов здоровьесбережения. Кроме того, подобные встречи будут способствовать формированию моды на здоровый образ жизни.

2.4. Фестивали по здоровьесбережению «РазБеГ – Развитие Без Границ». Эффективным способом рассмотрения вопросов здоровья как комплексного понятия (в единстве соматического, психологического, социального, творческого, нравственного и интеллектуального аспектов) является организация внутришкольных или открытых фестивалей по здоровьесбережению. Примечательно, что для успешного проведения подобного фестиваля необходима консолидация усилий педагогического состава и (или) привлечение дополнительных ресурсов: квалифицированных волонтеров – студентов и выпускников педагогических вузов.

Сценарий фестиваля представляет собой путешествие учеников станциям (урокам), на каждой из которых раскрываются те или иные аспекты комплексного понятия здоровья. Таким образом, каждый класс проходит 3 секции из каждой группы: соматическое, творческое и интеллектуальное здоровье. Каждую секцию ведут несколько ведущих. При придании фестивалю статуса открытого, приглашенные педагоги ГОУ выступают в качестве зрителей-экспертов, присутствующих с целью рассмотрения опыта проведения фестиваля для его последующего применения в своем ГОУ.

Примеры секций фестиваля:

Группа секций «Соматическо-психологическое здоровье»:

- Танцы
- Корректирующая физическая культура в сказках
- Психологические подвижные игры

Группа секций «Творческое здоровье»:

- Музыкальная станция
- Арт-педагогика

Группа секций «Интеллектуальное здоровье»

- Активизация внимания, развитие речи и памяти
- Развитие творческого мышления, методы генерирования идей
- Основы здоровьесбережения

Можно выделить следующие основные принципы фестиваля:

- принцип интерактивности: активное вовлечение школьников в работу на занятии. Сопутствующие условия: командная работа учеников, тьюторство ведущих.
- принцип творческой задачи: отсутствие единственно верного решения – наличие многообразия вариантов путей решения, для нахождения которых необходимо активизировать творческое мышление.
- комплексный подход: в целом - концепция фестиваля – и, в частности, каждая секция, помимо основного содержания, сопровождается физкультминуткой, пальчиковой гимнастикой, заданиями на внимание, разминкой для глаз.

Таким образом, фестиваль позволяет в интересной и понятной для школьников игровой форме не только рассмотреть серьезные вопросы, касающиеся состояния здоровья человека, но и отработать их на практике.

Направление № 3. «Профилактика вредных привычек»

В наиболее общем виде причины подверженности школьников вредным привычкам и мероприятия на их основании можно классифицировать следующим образом (см. табл. 8).

Таблица 8.

№	Возможные причины приверженности вредным привычкам	Предлагаемые мероприятия по группам потенциальных причин
1	Незнание об опасностях, неумение отказаться	- интерактивные занятия, тренинги, - проектная деятельность школьников по здоровьесбережению, - видеоматериалы по здоровью
2	Вредное воздействие значимого окружения	Вовлечение неформальных лидеров в деятельность по пропаганде здорового образа жизни
3	Желание казаться взрослым	Предоставление возможности формирования и проявления «взрослых» качеств (организаторских способностей, управленческих навыков и т.д.). Например, посредством: - организации самостоятельного ученического волонтерского общества, - издания автономного школьного СМИ и т.д. и предоставление школьникам основных ролей в данной деятельности
4	Посещение клубов и других общественных мест отдыха, подразумевающих возможность употребления психотропных средств	Организация досуга школьников: - выезды на природу с целью обучения и интеллектуального, а также безопасного общения, - организация «здоровых» дискотек как элемента двигательной активности школьников, - проведение трендовых игр по усложненным и интересным: мафия, активити, диксит, уно и т.д.
5	Уход от реальности	- диагностика психологического состояния и рекомендации по его улучшению, - работа с семьей, вовлечение родителей, - работа с педагогами и ОУ в целом по формированию благоприятного социально-психологического климата, - организация линии доверия
6	Безделие, недогрузки	- диагностика и оптимальное распределение нагрузок, - предоставление возможности внеурочной деятельности, - тренинговаяпрофориентационная программа
7	Потребность в самовыражении	- проведение регулярной диагностики, выявление учащихся с акцентуацией на самовыражении, - проведение психологических тренингов, - внедрение элементов психологической разгрузки: «свечек» (технология, при которой учащиеся по очереди рефлексировать, передавая свечку и сидя в кругу), - предоставление возможности школьникам самовыразиться в рамках учебно-воспитательной работы ОУ

Направление № 4. «Повышение квалификации педагогов»

4.1. Проведение практических семинаров для педагогического коллектива ОУ.

Основные направления семинаров для педагогического состава:

- возрастные физиологические и психологические особенности школьников,
- методы интерактивного обучения культуре здоровья,
- соматическое, творческое, психологическое, интеллектуальное и нравственное здоровье школьников,
- здоровье педагога,
- проектный менеджмент в образовательном процессе,
- примеры пятиминуток и занятий по тематике здоровья и др.

4.2. Внедрение тематики здоровья в предметы. Интеграция вопросов здоровья в тематику общеобразовательных предметов актуальна в связи с особенностями влияния, оказываемого на учеников. Если при проведении тематических уроков здоровья ученики всецело погружаются в тематику ЗОЖ, то при внедрении данной тематики в общеобразовательные предметы воспитание культуры здоровья происходит ненавязчиво. При использовании данного формата на уроке 3-5 минут уделяется тематике ЗОЖ, при этом задания встроены в программу образовательного предмета.

К примеру, на уроке русского языка можно посвятить вопросам здоровья как отдельные сочинения, эссе и т.д., так и темы (синонимы, поговорки и т.д.). На уроке математики некоторые задачи могут также затрагивать вопросы, связанные со здоровьем и ЗОЖ и т.д.

4.3. Внедрение комплексной внутришкольной программы «Здоровье педагога».

Разработка и реализация комплексной внутришкольной программы по сохранению и укреплению здоровья педагога, которая может включать в себя:

- диагностику соматического и психологического состояния здоровья педагога,
- предоставление возможностей для укрепления физического здоровья посредством посещения школьного спортзала (тренажеров в случае их наличия) в специальное время,
- организация психологической разгрузки и тематических тренингов для педагогов,
- приглашение медицинских специалистов для проведения тематических семинаров для, направленных на профилактику заболеваний и просвещение в области сохранения и укрепления собственного здоровья,
- и т.д.

2.3. Внедрение предложенных мероприятий в практику образовательного процесса

Для организации комплексной внутришкольной работы по воспитанию культуры здоровья необходимо выполнение следующих основных условий:

- выбор и планирование мероприятий на основе объективной информации и потребностей конкретного ОУ / коллектива / отдельного ребенка,
- консолидация усилий всех участников образовательного процесса,
- системность и регулярность проводимых мероприятий,
- оценка эффективности реализуемых направлений работ.

Примерный годовой план воспитательных мероприятий может быть представлен следующим образом (см. табл.9).

Таблица 9. Предлагаемый годовой план основных мероприятий по воспитанию культуры здоровья

№	Мероприятие	Регулярность	Вовлеченные лица
1	Создание волонтерского объединения школьников «Ученическая служба здоровья» (далее УСЗ)	1 собрание в 2 недели, а также согласно необходимости	- заместитель директора по воспитательной работе: организация процесса, - классные руководители: агитация школьников, - педагоги: курирование деятельности УСЗ, - инициативная рабочая группа школьников: членство в УСЗ, проведение мероприятий,
2	Организация проектной деятельности учащихся по тематике ЗОЖ	Еженедельно	- заместитель директора по воспитательной работе: организация процесса, - педагоги, ученики: участие, - волонтеры
3	Внедрение системы классных часов по тематике ЗОЖ	1 классный час в четверть	- классные руководители, привлеченные специалисты, члены УСЗ: проведение мероприятий

4	Организация интерактивного курса по культуре здоровья в качестве кружка дополнительного образования	2 раза в неделю	- заместитель директора по воспитательной работе: организация процесса, - педагоги, привлеченные специалисты: проведение занятий, - школьники: участие, - волонтеры
5	Внедрение внутришкольных здоровых СМИ	1 выпуск в месяц	- Ученическая служба здоровья и все желающие: наполнение СМИ, - инициативный педагог, УСЗ: редакция СМИ, - волонтеры
6	Разработка и внедрение системы конкурсов по тематике здоровья	1 конкурс в полгода	- заместитель директора по воспитательной работе: организация конкурсов, - классные руководители, - волонтеры
7	Повышение квалификации педагогов посредством системы обучающих семинаров	1 семинар в четверть	- администрация ГОУ, - привлеченные специалисты, - педагоги
8	Организация проектной деятельности педагогов по тематике культуры здоровья	1 тематика в учебный год	- администрация ГОУ: организация процесса, - педагоги: ведение проектной деятельности
9	Проведение межшкольной конференции по тематике здоровья с ученическими и педагогическими секциями	1 раз в год	- администрация ГОУ: организация процесса, - инициативные педагоги, привлеченные специалисты, УСЗ: организация конференции - УСЗ, школьники, педагоги: участие, - волонтеры
10	Проведение «Здоровых дискотек»	По праздникам	- администрация ГОУ, педагоги: организационные аспекты, - преподаватели физической культуры: содержательная (танцевальная часть), - УСЗ: организация порядка, - школьники, педагоги: участие, волонтеры
11	Проведение фестиваля по Хобби-ориентации	Сентябрь	- преподаватели физической культуры и привлеченные специалисты: содержательная часть фестиваля, - классные руководители: агитация, - учащиеся, родители: посещение, участие, - волонтеры
12	Внедрение малых форм физической активности (физкульт-минуток, двигательных игровых перемен и т.д.) в практику образовательного процесса	Ежедневно	- преподаватели физической культуры: предоставление содержательной части, - педагоги-предметники: адаптация под тематики предметов, - УСЗ: апробация, обратная связь, - педагоги и ученики: реализация, - УСЗ: проведение двигательных перемен
13	Внедрение системы диагностики: - школьников, - педагогов, - родителей	1 раз в полгода	- администрация ГОУ: организация процесса, - педагоги ГОУ: разработка анкет и проведение анкетирования, - школьники, родители, педагоги: участие
14	Организация встреч с успешными людьми для беседы о ЗОЖ	1 раз в полгода	- администрация ГОУ: организация процесса, - педагоги, школьники, УСЗ: привлечение лиц, участие, - волонтеры

РАЗДЕЛ 3. ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОВОДИМЫХ МЕРОПРИЯТИЙ»

3.1. Ожидаемые результаты воспитательной деятельности

Можно выделить следующие основные результаты проведенных воспитательных мероприятий.

Для учеников:

- восприятие здоровья как осознанной ценности,
- самомотивация к здоровому образу жизни, осознанное соблюдение принципов ЗОЖ,
- овладение мета-навыками командной работы, эффективных коммуникаций, ораторского искусства, организационными умениями и др.
- снижение заболеваемости и риска развития болезней
- повышение уровня психологического, социального, физического здоровья,
- повышение вероятности успешности в жизни и гармоничного развития
- повышение стремления к развитию,
- адаптация в коллективе,
- физическая адаптация к возложенным нагрузкам.

Для педагогов:

- повышение эффективности своей работы за счет лучшего усвоения знаний учениками,
- возможность самореализации в проекте научного наставничества,
- положительная атмосфера в классе

Для ГОУ в целом:

- повышение качества образования за счет учета в процессе преподавания биоресурса ученика,
- повышение культуры здоровья всех участников образовательного процесса,
- оптимизация процесса внедрения здоровьесберегающих технологий;
- консолидация усилий всех участников образовательного процесса (преподавателей, учащихся, родителей) с целью улучшения состояния здоровья школьников,
- повышение уровня знаний в области здоровьесбережения у всех участников образовательного процесса и создание условий для применения полученных знаний на практике,
- возможность объективной оценки применяемых подходов и технологий и их воздействия на состояние здоровья школьника,
- повышение имиджа ГОУ

Для родителей:

- повышение информированности о составляющих здоровья ребенка (о возрастных физиологических и психологических особенностях, возможных путях комплексного развития ребенка и т.д.),
- оздоровление детей

Для ГОУ СПб:

- возможность применения успешного опыта

3.2. Критерии и показатели эффективности

Система мониторинга воспитательного процесса может быть представлена следующими основными аспектами.

1. Введение контрольных и экспериментальных групп для некоторых аспектов исследования (например, работа с отдельными классами; родителями и т.д.).
 2. Введение регулярной отчетности – составления промежуточных контрольных карт.
 3. Формирование рабочей группы с регулярными совещаниями, нацеленными на анализ эффективности и проводимыми по эффективной технологии.
 4. Проведение саногенетического мониторинга как технологии объективной оценки таких параметров, как успешность применяемых технологий и их воздействие на состояние здоровья учащихся и т.д.
- Можно выделить следующие примерные критерии эффективности проводимой воспитательной работы, представленные в таблице 10. Примечательно, что каждое ОУ выделяет собственные критерии исходя из первоначального уровня (выявленного при первичной диагностике), поставленных целей и т.д.

Таблица 10.

№	Параметры	Методы оценки
1. Категории получателей результата: учащиеся		
1.1	отрицательная динамика общей заболеваемости	данные диспансерного осмотра, саногенетического мониторинга, школьной статистики;
1.2	повышение уровня адаптации к возложенным нагрузкам	данные саногенетического мониторинга, психологического тестирования
1.3	повышение мотивации, ценностного отношения к здоровому образу жизни как к комплексному понятию в единстве соматического, психологического, творческого, интеллектуального, социального и нравственного аспектов	проективное тестирование
1.4	снижение количества пропусков уроков по уважительной причине (снижение заболеваемости) и без уважительной причины (повышение мотивации к обучению) на 20 %	анализ школьной статистики
1.5	увеличение школьников, задействованных в системе дополнительного образования до 98 %	анализ посещаемости кружков, школьной статистики
1.6	улучшение комплексного состояния здоровья за счет применения адресных воспитательных технологий	данные саногенетического мониторинга, тестирований и проективных методик
1.7	повышение качества образования и увеличение среднего балла успеваемости за счет: * учета в образовательном процессе биоресурса ученика на основе результатов саногенетического мониторинга, * построения уроков с позиции здоровьесбережения, * повышения удовлетворенности	анализ школьной статистики, тестирования данные саногенетического мониторинга

2. Категории получателей результата: родительская общественность		
2.1	сформированная система ЗУНов по здоровьесбережению у детей	анкетирование, проективные методики;
2.2.	повышение собственной культуры здоровья (как пример своим детям)	анкетирование, проективные методики;
2.3	Вовлечение а деятельность по воспитанию культуры здоровья и усиления взаимодействия с ОУ	анкетирования, метод включенного наблюдения
3. Категории получателей результата: педагогический коллектив		
3.1	сформированная система ЗУНов по здоровьесбережению школьников	тестирование, анкетирование, анализ практического опыта;
3.2	повышение собственной культуры здоровья по итогам программы «Здоровый учитель»	самоанализ, анкетирование, анализ посещаемости мероприятий программы;
3.3	сплочение коллектива	тренинговая диагностика;
3.4	повышение педагогического потенциала	анализ мероприятий, опрос специалистов;
4. Категории получателей результата: ОУ СПб		
4.1	построение единой образовательной среды и консолидация усилий всех участников образовательного процесса на основе здоровьесбережения	экспертная оценка, метод включенного наблюдения, анкетирование;
4.2	Оптимизация процесса внедрения здоровьесберегающей деятельности (уменьшение затрачиваемых усилий, увеличение скорости без потери качества и др.)	регулярные анкетирования, сравнение экспериментальных групп с контрольными;
4.3	применение адресных методик воспитания культуры здоровья и диагностики их успешности	анализ мероприятий, результатов саногенетического мониторинга, опросов

4.4	повышение квалификации сотрудников	проективные тестирования, анализ уроков с позиции здоровьесбережения, динамика успехов;
4.5	комплексная оптимизация деятельности учреждения	анализ школьной статистики, анкетирование;
4.6	повышение эффективности и качества образования	тестирования, анализ школьной статистики, анкетирование;
4.7	усиление взаимодействия с партнерами	динамика количества и степени вовлеченности партнеров ОУ;
4.8	востребованность образовательного учреждения в качестве источника по вопросам здоровьесберегающей деятельности	определение количества учреждений и отдельных специалистов, пришедших на проводимые регулярные научно-практические семинары и/или обратившихся за консультацией
4.9	повышение педагогического потенциала	анализ результатов мероприятий, опрос специалистов
4.10	сплочение коллектива для достижения общей цели	тренинговая программа диагностики показателя
4.11	повышение уровня удовлетворенности участников образовательного процесса	анкетирование, проективные методики
4.12	положительная динамика в уровне положительной информированности родителей	тестирование – определение уровня правильных ответов на вопросы по отдельным аспектам знаний, опросы
4.13	возможность объективной диагностики динамики развития образовательного учреждения	данные саногенетического мониторинга
4.14	научное обоснование применяемых технологий	анализ школьной статистики, анкетирование
4.15	комплексная оптимизация деятельности учреждения	
4.16	усиление взаимодействия с партнерами	динамика количества и степени вовлеченности партнеров ГОУ
5. Категории получателей результата: район, город		
5.1	повышение эффективности воспитательной деятельности по культуре здоровья учащихся на уровне района/ города	анализ динамики деятельности образовательных учреждений по тематике ЗОЖ
5.2	построение сетевого взаимодействия между ОУ	анализ межшкольных связей, анкетирования

3.3. Технология оценки уровня культуры здоровья

Комплексная оценка степени сформированности культуры здоровья и соблюдения правил и принципов ЗОЖ состоит из 2х основных блоков.

Первый блок – субъективный – представляет собой социологическое исследование уровня культуры здоровья у школьников. Учащимся предлагается ответить на вопросы, касающиеся 5 основных блоков тематик.:

- здоровье в целом
- двигательная активность
- рациональное питание
- полезные привычки
- психологическое здоровье

Ответы на данные вопросы позволяют получить информацию по следующим разделам:

- знания,
- ценностное отношение,
- самооценка состояния

по каждой из пяти основных тематик.

Второй блок – объективный– представляет собой оценку динамики состояния здоровья на приборной базе саногенетического мониторинга. Цель данного блока - оценить влияние предоставленных учащимся знаний, проведенных воспитательных мероприятий на состояние здоровья организма. Для достижения данной цели до начала эксперимента школьники проходят экспресс-диагностику состояния здоровья, после чего с учащимися проводится воспитательная работа, по итогам которой организуется повторное обследование состояния здоровья школьников. На основе полученных данных анализируется динамика физиологического здоровья школьников и корреляция с проведенными воспитательными мероприятиями. Методикой для диагностики состояния здоровья школьников выступает саногенетический мониторинг. Саногенетический мониторинг (далее СГМ) – комплексная, автоматизированная и динамичная оценка функционального состояния основных здоровьесберегающих систем организма школьника с адресной коррекцией при необходимости, а также формирование ценностной ориентации на здоровый образ жизни. Кроме того, СГМ является технологией объективной оценки качества образования с точки зрения здоровьесбережения. Методы СГМ разработаны совместно с Министерством здравоохранения РФ и Министерством образования РФ, Департаментом государственного санитарно-эпидемиологического надзора, утверждены соответствующие нормативно - правовые документы. Участниками СГМ являются: учащиеся образовательного учреждения, педагоги, родители, психологи, специалисты по информатизации, медицинские специалисты, специалисты по физической культуре. Таким образом, комплексный информационный здоровьесберегающий мониторинг консолидирует усилия всех участников образовательного процесса для достижения целей здоровьесбережения.

Можно выделить следующие основные составляющие СГМ:

1. Физиологическое обследование основных функциональных систем организма на аппаратной базе, состоящей из следующих основных приборов:

- САКР - спиреоартериокардиоритмограф - прибор, одновременно оценивающий функциональное состояние сердечно-сосудистой системы и ее нейровегетативной регуляции в совокупности с состоянием системы дыхания;
- УПМД – компьютеризированное устройство для оценки психомоторной активности ребенка по двигательным тестам.

Информация с приборов автоматически обрабатывается посредством экспертной системы и представляется в виде индивидуальных саногенетических профилей ученика, класса, ОУ.

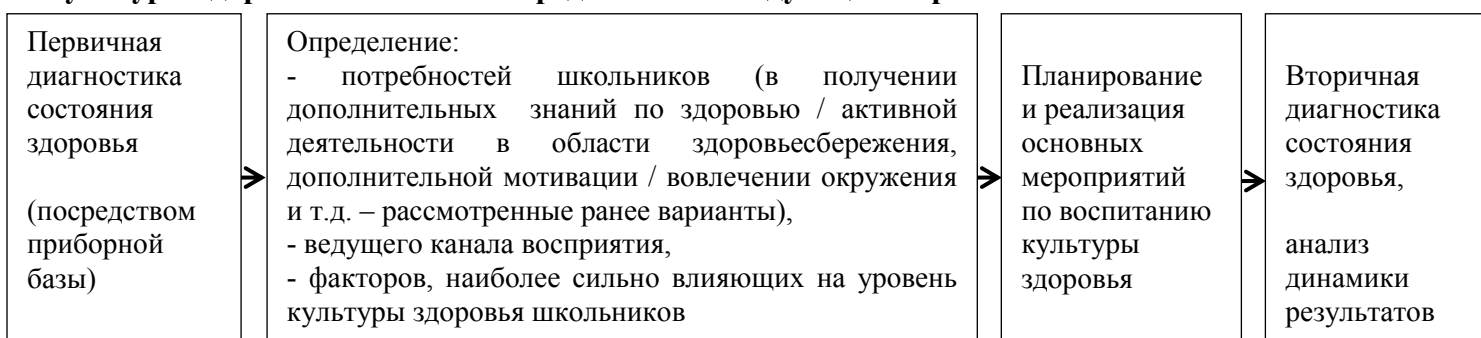
2. По итогам СГМ при выявлении функциональных отклонений производится их коррекция посредством предоставления адресных рекомендаций (как индивидуальных, так и групповых). В целом, рекомендации формируют индивидуальную схему «здорового образа жизни» для каждого ребенка и охватывают следующие направления:

- физическая коррекция: разработанные комплексы упражнений по физической культуре для групп школьников с различными функциональными отклонениями, оформленные в виде сказок.
- объем и интенсивность учебных нагрузок,
- организация внеурочных занятий во второй половине дня: виды досуга для детей с нарушенной адаптацией.

Таким образом, саногенетический мониторинг позволяет определить личностный биоресурс ученика, чтобы корректировать функциональное состояние в случае необходимости. В целом, мероприятия по реализации составляющей подпрограммы сводятся к следующим направлениям: проведение регулярных мониторингов здоровья посредством комплекса, саногенетического мониторинга, обработка полученных данных мониторинга, выдача рекомендаций,

- выполнение полученных рекомендаций внутри образовательного учреждения

В целом, система адресных воспитательных мероприятий и схема диагностики уровня культуры здоровья может быть представлена следующим образом:



РАЗДЕЛ 4. СИСТЕМА ВОЛОНТЕРСТВА ПРИ ВОСПИТАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ

4.1. Деятельность волонтерского объединения при воспитании культуры здоровья в ОУ

На сегодняшний день одним из актуальных направлений является организация волонтерской активности молодежи. Вовлечение молодежи в волонтерскую деятельность способствует реализации следующих целей:

- формирование активной социальной позиции,
- предоставление возможности для самореализации,
- формирование компетентностей и метакомпетентностей,
- реализация социально значимых инициатив и др.

Таким образом, активное вовлечение квалифицированных волонтеров в деятельность по воспитанию культуры здоровья у участников образовательного процесса представляется целесообразным и эффективным.

Можно выделить следующие мероприятия по подготовке студентов-волонтеров к деятельности в ОУ по воспитанию культуры здоровья у учащихся (см. табл. 11).

Таблица 11. «Мероприятия по подготовке студентов-волонтеров к деятельности в ОУ»

№	Направление	Мероприятие	Результат	Методы измерения
1.1	Повышение квалификации студентов-волонтеров	Организация Клуба молодого специалиста для обмена опытом и повышения квалификации студентов	- формирование у студентов метакомпетенций,	- анкетирование, - проективные методики, - результаты зачетных мероприятий, - самоанализ, - экспертная оценка
		Осуществление обучения студентов в рамках тренингового клуба согласно учебному плану	- освоение знаний по тематике здоровья, - овладение	
		Организация проектной деятельности волонтеров, при которой команды студентов разрабатывают и реализовывают собственные социальные проекты	практическими навыками по воспитанию культуры здоровья у школьников,	
		Обучение действием посредством обучения школьников при участии педагогов	- повышение культуры здоровья у студентов	
1.2	Воспитание культуры здоровья	Воспитание культуры здоровья у студентов посредством воспитания культуры здоровья у школьников силами студентов	- повышение уровня культуры здоровья у студентов	- опросы, проективные методики, - мониторинг здоровья
1.3	Система наставничества	Организация наставничества для студентов силами педагогов	- обеспечение преемственности,	- анкетирование, - проективные методики
		Организация наставничества для школьников силами студентов	- формирование навыков, - консолидация усилий	
2.3	Здоровый досуг учащихся	Организация здорового досуга для студентов-волонтеров: культурные мероприятия, игры, научные мероприятия, танцы, выезды, фотосессии и ит.д.	Осознанный выбор здорового досугового времяпрепровождения	- опросы, беседы

Механизм реализации волонтерских мероприятий

Реализация мероприятий предполагает выполнение следующих задач:

1. Блок задач «Обучение студентов»

- разработка и реализация образовательных мероприятий, направленных на формирование мета-компетений у студентов (интерактивный курс, система тематических семинаров, круглых столов, посредством СНО и т.д.),
- организация образовательного курса по формированию культуры здоровья, утверждение учебной программы и документов, выдаваемых по окончании курса

2. Блок задач «Воспитание культуры здоровья»

- разработка и реализация мероприятий по воспитательной работе среди студентов с целью формирования их ценностного отношения к здоровому образу жизни,
- разработка и проведение мероприятий по воспитанию здорового образа жизни у школьников (силами студентов на основе сформированных мета-компетенций).

3. Блок задач «Мониторинг результатов»

Разработка и реализация:

- системы комплексного мониторинга физического и психического состояния волонтеров,
- системы мониторинга достижения результатов воспитательной работы.

Таким образом, после прохождения обучения посредством интерактивного курса (блок 1) студенты-волонтеры смогут не только повысить собственный уровень культуры здоровья (блок 2, пункт 1), но и эффективно проводить работу по воспитанию здорового образа жизни у школьников (блок 2, пункт 2). При этом предполагается регулярный мониторинг (блок 3) как достижения результатов проекта, так и состояния здоровья самих студентов в процессе реализации проекта.

Упрощенно вышеописанный механизм может быть представлен следующим образом.



4.2. Система управления волонтерским объединением

Схема управления волонтерским объединением строится на основе четырех управленческих блоков: планирование, организация, мотивация, контроль, улучшение.

Первый управленческий блок – планирование – заключается в реализации следующих функций:

- разработка примерного плана работы всего волонтерского объединения,
- разработка планов совместной деятельности с ОУ СПб,
- разработка подпроектов мини-командами студентов-волонтеров,
- осуществление подготовки к реализации проекта

Второй управленческий блок – организационный – реализуется за счет выполнения следующих функций:

- организация взаимодействия между волонтерским объединением, образовательными учреждениями и сторонними организациями для достижения целей воспитания культуры здоровья у учащихся,
- документальное сопровождение процесса,
- внедрение разработанных и запланированных мероприятий в практику образовательного процесса,
- обеспечение непрерывного обучения студентов-волонтеров

Третий управленческий блок – мотивационный – подразумевает следующее:

- разработка и внедрение системы мотивации студентов-волонтеров к ведению деятельности по воспитанию культуры здоровья у учащихся образовательных учреждений,
- ведение регулярной диагностической работы по получению данных о потребностях студентов-волонтеров,
- уточнение действующей системы мотивации с целью повышения ее эффективности

Следующий управленческий блок – контролирующий предполагает:

- сопоставление полученных данных с запланированными,
- получение информации о степени удовлетворенности вовлеченных лиц,
- осуществление мониторинга достигнутых результатов

И, наконец, заключительный управленческий блок – улучшающий – предполагает:

- осуществление менеджмента качества реализуемых процессов,
- разработки предложений по улучшению,
- внедрению улучшений в практику реализации деятельности.

4.2.1. Модель взаимодействия со студентами-волонтерами: поиск и подготовка команды

Взаимодействие со студентами-волонтерами строится в несколько этапов: информирование о волонтерском объединении, выявление заинтересованных студентов, вовлечение в волонтерские мероприятия; подготовка, обучение студентов-волонтеров; распределение ролей и зон ответственности; мотивация к волонтерской деятельности и постоянному развитию; координация деятельности; регулярное интерактивное обучение. Рассмотрим основные этапы.

Первый этап – информирование студентов о деятельности волонтерского объединения – реализуется за счет:

- проведения интерактивных собраний со студентами на территории вузов,
- распространения информации посредством социальных сетей,
- размещения краткой информации о волонтерском объединении в вузовских СМИ,
- использования «сарафанного радио».

Второй этап – подготовка и обучение студентов – строится на основе следующих педагогических технологий:

- интерактивные лекции по основам педагогики и ЗОЖ,
- игротехническая мастерская – площадка для отработки на практике упражнений, игр и т.д.,
- тренинги,
- повышение квалификации на базе сторонних организаций.

Третий этап – распределение ролей и зон ответственности – основывается на склонностях и пожеланиях студентов. Диагностика способностей и предпочтений студентов проводится посредством психологического тестирования, анкетирования и личного собеседования. В целом, зоны ответственности распределяется на следующие основные блоки.

* Организационная деятельность, включающая в себя следующие функции:

- взаимодействие с образовательными учреждениями,
- взаимодействие с волонтерами, участие в координации их деятельности.

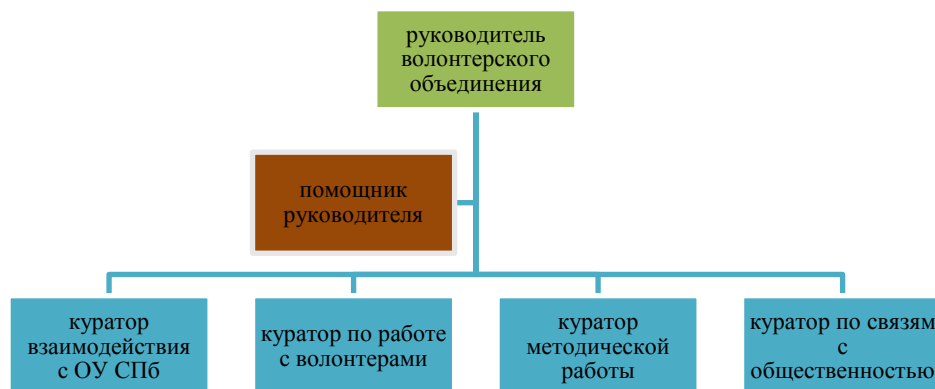
* Методическая работа, подразумевающая следующее:

- разработка программ обучения, тематических уроков и т.д.,
- поиск и апробация практических упражнений, игр, заданий и т.д.,
- разработка методических и дидактических материалов для школьников по ЗОЖ.

* Связи с общественностью и PR:

- установление и поддержание внешних связей для информирования общественности о деятельности волонтерского объединения,
- привлечение внимания общественности и СМИ к проблемам сохранения и укрепления здоровья,
- трансляция принципов и деятельности волонтерского объединения в массы,
- экстраполяция успешного опыта.

Таким образом, организационная структура волонтерского объединения может быть представлена следующим образом:



Проблема воспитания культуры здоровья у школьников междисциплинарна, поэтому особое значение придается вузам педагогической и медицинской направленности. Также большой интерес представляют студенты вузов прикладной направленности, способные вести творческие тематические мастер-классы. Примечательно, что студенты заинтересованы в данной деятельности.

Для студентов-педагогов ведение волонтерской деятельности в ОУ – это возможность:

- понять и прочувствовать атмосферу будущей специальности изнутри,
- сформировать и отработать профессиональные навыки,
- минимизировать негативный стереотип в отношении школы,
- в дальнейшем, трудоустроиться по специальности

Для студентов-медиков ведение волонтерской деятельности в ОУ – это возможность:

- распространения полученных медицинских знаний,
- получения практики профилактической медицинской работы

В целом, для студентов ведение волонтерской деятельности – это возможность:

- самореализации,
- причастия к социальной группе значимых людей,
- совершения добрых дел,
- решения социальных проблем.

Однако для экстраполяции успешного опыта и повышения эффективности деятельности рациональным решением выступает организация волонтерских подразделений в основных вузах города.

4.2.2. Модель взаимодействия со студентами-волонтерами: система мотивации и стимулирования волонтерской активности

В волонтерском объединении действует система мотивации и стимулирования, основанная на следующих аспектах:

- удовлетворение внутренних человеческих потребностей посредством участия в волонтерской деятельности,
- стимулирование посредством содействия в удовлетворении основных потребностей студентов-волонтеров,
- внешнее стимулирование команды.

Табл.12 «Система мотивации и стимулирования в волонтерском объединении»

№	Направление	Примечания
Реализация внутренних потребностей		
1	- совершать добрые дела, - быть частью одной социально значимой команды, - реализовать свое предназначение, - получение опыта организационно-управленческой деятельности – разработки и ведения собственных проектов, - получение опыта методической работы, - получение практического опыта взаимодействия с детьми, - попытка компенсировать невнимательность государства к проблемам общества, - непрерывное обучение, развитие	Выявление основных мотивов волонтерской деятельности посредством социологического опроса

Содействие в удовлетворении выявленных потребностей		
2	Выявление и удовлетворение таких потребностей, как: - организация помощи с проживанием: поиск возможных мест и т.д., - содействие с трудоустройством и другое	Выявление потребностей посредством анкетирования волонтеров и бесед
Внешние стимулы		
3	- походы в театр (оплачиваемые билеты для активных волонтеров), - фотосессии для волонтеров как арт-педагогическая технология, - приоритет в списке направляемых на мероприятия представительского (форумы, конференции и т.д.) и обучающего (тренинги в сторонних организациях) характера, - возможность прохождения практики и стажировки в образовательных учреждениях	Система стимулирования прозрачна - распределение внешних стимулов основывается на: - самоанализе, - анализе статистических данных (участие в мероприятиях и т.д.), - экспертной оценке

4.2.3. Модель взаимодействия со студентами-волонтерами: проектный подход

Основная технология построения работы со студентами-волонтерами – проектная деятельность. Так, в рамках волонтерского объединения мини-команды студентов-волонтеров ведут свои проекты в рамках волонтерского взаимодействия с образовательными учреждениями по воспитанию культуры здоровья. Данный подход позволяет реализовать следующие цели.

Для волонтеров:

- освоение универсальных навыков разработки и реализации проектов,
- возможность самостоятельного ведения своего проекта,
- профессиональное становление и совершенствование
- и др.

Для воспитательной работы в целом:

- повышение эффективности ведения деятельности по воспитанию культуры здоровья у участников образовательного процесса,
- расширение охвата людей (студентов и школьников),
- расширение направлений воспитательной работы и др.

4.3. Роль волонтерского объединения при воспитании культуры здоровья

Рассмотрим роль волонтерского объединения в реализации вышеописанных мероприятий по воспитанию культуры здоровья участников образовательного процесса.

Направление «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: создание Ученической службы здоровья (УСЗ). *Роль волонтерского объединения* в данном мероприятии сводится к следующему:

- участие в подготовке лидеров УСЗ,
- помощь в организации функционирования УСЗ: организационная деятельность (проведение собраний, планирование и реализация работы и т.д.), методическая работа (сбор и обобщение данных) и т.д.

Направление «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: проектная деятельность старших школьников по тематике здоровья. *Роль волонтерского объединения* в данном мероприятии сводится к следующему:

- проведение обучающих занятий по основам проектного менеджмента,
- совместная разработка проектов,
- содействие в реализации проектов школьников.

Направление «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: проведение физкульт-минуток на уроках. *Роль волонтерского объединения* в данном мероприятии сводится к следующему:

- формирование базы физкульт-минуток,
- художественное оформление некоторых разминок,
- разработка эффективных разминок для старших классов,
- проведение некоторых двигательных переменок

Направление «просветительская деятельность»: второе направление - «Просветительская деятельность»: комплексный курс по основам здоровьесбережения для старших школьников. *Роль волонтерского объединения* в данном мероприятии сводится к разработке и проведению классных часов по тематике здоровья в ГОУ СПб.

Направление «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: организация встреч с успешными людьми для бесед о здоровом образе жизни (ЗОЖ). *Роль волонтерского объединения* в данном мероприятии сводится к поиску референтных для учащихся личностей, установлению контактов, подготовке к выступлению в ОУ, а также к беседе со школьниками, выступление в качестве интересных людей для мотивации школьников к соблюдению основ ЗОЖ.

Направление «Вовлечение школьников в деятельность по воспитанию культуры здоровья»: фестивали по здоровьесбережению. *Роль волонтерского объединения:*

- разработка содержания станций фестиваля,
- проведение всего комплекса подготовительных работ,
- проведение фестиваля (из расчета 2-3 волонтера на 1 секции)

Направление «Повышение квалификации педагогов»: участие в повышении квалификации педагогов - проведение практических семинаров.

Роль волонтерского объединения заключается, во-первых, в участии в практических семинарах для педагогического коллектива. Во-вторых, в поиске и обобщении методических разработок по тематике здоровья (данное направление является актуальным, так как зачастую у педагогов наблюдается нехватка времени на данную деятельность, кроме того, квалифицированные студенты-волонтеры склонны к введению инновационных технологий в образовательный процесс). Также роль волонтерского объединения может заключаться в составлении предложений по тематическому предметному плану, в рамках которого можно затрагивать вопросы здоровьесбережения.