

Among 479 respondents surveyed during the research there are pupils of the forth, seventh, ninth, eleventh forms of secondary schools, the students of physical education department, the teachers of physical education of Khmelnytsky region, scientific and pedagogical staff of higher educational establishments. TV, the Internet, magazines and newspapers, radio, literary and other sources (parents, friends, and etc.) were defined as information sources.

The results of the research prove the fact that mass media is the main source of acquiring knowledge in Olympic sphere for all social-demographic groups of population. In the rate of popularity the first place takes the Internet, the second – TV, the third – magazines and newspapers, the fourth – radio. Only 36,3% of respondents use different literary sources. Among other sources of information parents and teachers of physical education, methodological seminars and scientific conferences etc. were mentioned.

The results of the survey showed the leading position of the Internet as a source of information in modern society which replaced the television in comparison with the results of the previous researches.

The problem is that, on the one hand, mass media is a strong power used for advertising and spreading of humanistic ideas and principles of olympizm. On the other hand, it is directed at involving the audience by simpler ways without having the sufficient level of preparation for giving knowledge on Olympic movement, moreover, on Olympic education. The authors share the opinion that in the system of Olympic movement and education mass media should become a mediator between the information and those this information is intended for.

**Key words:** mass media, Olympic education, olympizm, Olympic movement.

*Отримано: 15.08.2014*

УДК 37.034

**Г. М. Брадик, И. В. Гуцу**

### **РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕ» В ШКОЛЕ**

В статье рассматриваются некоторые аспекты реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» в общеобразовательной школе. Раскрыты особенности образовательного процесса школьников, способствующие преобразованию знаний о потребности в здоровье и здоровом образе жизни в убеждения.

**Ключевые слова:** здоровье школьников, реализация программы «Здоровье».

**Постановка проблемы** Анализ состояния здоровья школьников подтверждает данные многолетних наблюдений об увеличении количества детей с различными заболеваниями за период обучения в школе. С 1-го по 11-й класс увеличивается число учащихся с заболеваниями органов зрения, опорно-двигательного аппарата, желудочно-кишечного тракта и др. По официальным данным Министерства здравоохранения и социальной защиты ПМР в 2013 году к I группе здоровья (здоровые дети) отнесено 56% учащихся, по городу Рыбница – 68%.

Данные опроса родителей убедительно доказывают, что сведения о заболеваемости детей в школе и семье существенно различаются. Реально болеющих детей больше, чем это регистрируют школьные документы. Причем, чем старше школьник, тем менее достоверны сведения школы.

Установка на здоровье не появляется у человека сама собой, а формируется в результате определенного педагогического воздействия, поэтому сегодня проблема формирования здоровья учащихся особо актуальна.

**Цель статьи** – раскрыть педагогические действия коллектива школы, способствующие формированию у школьников потребности в здоровье и здоровом образе жизни.

**Изложение основного материала.** Одним из приоритетных направлений модернизации приднестровской системы образования является замена экстенсивных образовательных технологий на эффективные здоровьесформирующие технологии, основанные на активных формах организации работы обучаемых.

Формирование здоровья учащихся в Рыбницкой средней школе №10 с гимназическими классами осуществляется посредством реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» путем создания в образовательном учреждении коллектива единомышленников, возглавляемого администрацией, видящей свою задачу в формировании, сохранении и укреплении здоровья подрастающего поколения.

Главной задачей программы является воспитание у школьника потребности быть здоровым, вести здоровый образ жизни, научить его этому, организационно помочь в сохранении и формировании здоровья, чтобы выпускник школы в идеальном приближении стал личностью духовно, физически и социально здоровой, способной управлять своим здоровьем, формировать его.

Принципами реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» являются: гуманизм, индивидуализация, дифференциация, систематичность, демократизм, научность.

В процессе реализации программы приоритетными направлениями деятельности являются:

1) запуск медико-педагогического мониторинга при поступлении учащихся в школу и медико-педагогическое сопровождение в процессе обучения;

2) профилактическая и коррекционная работа – мониторинг санитарного состояния учебных помещений, предупреждение и своевременное выявление отклонений в состоянии и развитии здоровья учащихся, а при наличии хронических заболеваний – профилактика обострений и прогрессирования болезненного процесса, укрепление иммунной системы;

3) информационно-просветительская работа – пропаганда здорового образа жизни, изучение курса «Основы здорового образа жизни» (1-9 классы), «ОБЖ» (10-11 классы), консультации специалистов, формирование навыков самопознания, рефлексивная, смысловая деятельность.

Самое главное – формирование мотивационно-смысловой основы здорового образа жизни, обучение методам самоанализа и целесообразной коррекции своей жизнедеятельности [5].

Практика реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» в школе №10 с гимназическими классами показала, что достиг результатов можно достигнуть если:

- учебный процесс организован в соответствии с санитарными нормами и гигиеническими требованиями;
- рационально организована двигательная активность и питание школьников;
- реализация программы осуществляется с учетом особенностей детского, родительского, педагогического контингента, материальной базы, возможности привлечения внебюджетных средств, готовности общественности поддерживать инициативу.

Формирование у школьников потребности в здоровье способствует развитию мотивации к здоровому образу жизни, превращению знаний о факторах, отрицательно и положительно влияющих на организм, в убеждения; доминирующей потребностью учащихся становится здоровый образ жизни.

Основными направлениями деятельности школы в процессе реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» являются:

- учебно-воспитательная работа – научно обоснованная, строго регламентированная, оптимально организованная учебная, физкультурно-спортивная и трудовая деятельность, которая должна способствовать сохранению и укреплению здоровья учащихся, обеспечению правильного физического и психического развития, формированию потребности в здоровом образе жизни, повышению качества образования в целом;
- диагностическая работа – комплекс мероприятий, направленных на мониторинг здоровья учащихся, изучение подвижности адаптационных перестроек и работоспособности под действием природных и социальных факторов среды обитания;
- профилактическая и коррекционная работа – предупреждение и своевременное выявление отклонений в здоровье детей, а при наличии каких-нибудь недугов – профилактика обострения и прогрессирования болезненного процесса, иммунизация;
- научно-методическая и экспериментальная работа – скорейшее внедрение результатов научных достижений в плане сохранения и укрепления здоровья в практику школы, разработка и внедрение новых авторских учебных программ, методик и методов обучения, а также их экспериментальное внедрение в учебный процесс, в частности курса «Основы здорового образа жизни»;
- информационно-просветительская работа – пропаганда здорового образа жизни, наглядная агитация, консультации по всем вопросам формирования здоровья, включая такие формы работы, как индивидуальная, групповая, коллективная;
- координационная работа – создание системы непрерывного образования по формированию потребности в здоровом образе жизни школьников.

В рамках реализации программы «Здоровье» предполагается:

- изучение современных здоровьесформирующих технологий, нормативной литературы, проведение теоретических и практических семинаров и т.д.;

- корректировка действующих программ по формированию здоровья школьников, реализация специальных учебных программ по «Основам здорового образа жизни», ОБЖ для учащихся различных возрастных групп, составление перечня функциональных обязанностей специалистов службы, планирование учебно-воспитательной работы в соответствии с основными направлениями деятельности службы по укреплению и развитию здоровья;

- подбор специалистов, повышение их квалификации, обеспечение необходимыми учебниками, методическими пособиями, наглядным раздаточным и методическим материалом.

Содержанием учебно-воспитательной работы школы при реализации программы «Здоровье» является:

- структурирование учебных программ на основе здоровьесформирующих принципов;

- введение целесообразного режима учебных занятий и самостоятельной работы;

- организация ступенчатого режима повышения учебной нагрузки с целью облегчения адаптации к новым условиям;

- анализ, корректировка в течение учебного года расписания занятий с целью предупреждения перегрузки;

- создание условий для развития у школьников индивидуальных способностей и отдыха по интересам;

- организация длительной динамической паузы с обязательным пребыванием на открытом воздухе;

- организация перемен, создание условий, способствующих оптимальному двигательному режиму;

- оказание методической помощи преподавателям в формировании здорового образа жизни учащихся;

- преподавание курса «Основы здорового образа жизни» как самостоятельной дисциплины, включение вопросов по формированию нравственного, соматического, психического компонента здоровья в учебную программу гуманитарных предметов, физкультуры, ОБЖ, биологии, географии и др.;

- распространение опыта по формированию здоровья учащихся.

В процессе диагностической работы в процессе реализации программы предполагается:

- запуск медико-педагогического мониторинга при зачислении учащихся;

- выяснение роли природно-климатических, биологических (наследственных) и социально-экономических условий и факторов в процессе формирования личностных качеств и здоровья школьников;

- создание «паспорта здоровья» учащихся, содержащего сведения относительно генетической предрасположенности к тем

или иным болезням, типа высшей нервной деятельности, соответствие возраста и пола уровням психического и физического развития, резервных возможностей растущего организма с целью определения условий для оптимальной работоспособности и жизнедеятельности;

– осуществление контроля соблюдения норм учебной нагрузки (дневной, недельной, четвертной, годовой), предупреждение завышения требований к знаниям и умениям учащихся.

Содержание профилактической и коррекционной работы:

– плановое проведение медосмотров для выявления отклонений в самочувствии и здоровье школьников с целью дальнейшей корректировки и предупреждения обострений, иммунизация;

– обучение навыкам бесконфликтного общения, коррекция систем притязаний, ценностей, потребностей, образа жизни;

– контроль пищевого рациона (достаточность, сбалансированность, правильность сочетания продуктов);

– ознакомление администрации, педагогического коллектива, родительской общественности с конечными результатами медицинских осмотров и профилактических мероприятий.

Содержание опытно-экспериментальной и научно-методической работы:

– внедрение результатов научных достижений в области педагогики, психологии, экологии, медицины, касающихся охраны и укрепления здоровья школьников в практику учебно-воспитательного процесса школы;

– научное исследование эффективности уже имеющихся авторских программ и пособий по «Основам здорового образа жизни», ОБЖ и внедрение оптимальных для образовательного учреждения программ в учебно-воспитательный процесс;

– контроль и предупреждение реализации в школе непроверенных оздоровительных систем и методик;

– разработка новых авторских программ, методик и методов, в частности, по курсу «Основ здорового образа жизни»; экспериментальное внедрение и анализ полученных результатов;

– проведение экспертизы всех используемых в образовательном процессе программ, методов обучения и воспитания с целью изучения влияния на самочувствие и здоровье учащихся;

– обеспечение научно-методической литературой, учебниками по «Основам здорового образа жизни».

Организация информационно-просветительской работы предполагает использование различных форм массовой пропаганды здорового образа жизни (факультативные занятия, лекции, семинары, публикации, проведение дней здоровья, классных часов, родительские собрания и т.д.) и наглядной агитации (выпуск стенгазет, оформление уголков здоровья и т. д.).

Организационно-методическая работа школы в процессе реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» заключается в организации тематических семинаров, консилиума, мето-

дических объединений, индивидуального консультирования по разработке и формированию методических рекомендаций, тренингов для участников образовательной деятельности.

Реализация комплексно-целевой программы «Здоровье» осуществляется в 3 этапа.

На первом этапе (1-4 классы) здоровьесформирующий образовательный процесс осуществляется посредством усиления здоровьесформирующей информации программного материала на уроках чтения, ознакомления с окружающей средой, природоведения, физкультуры, факультативных курсов и т. д.

Младшим школьникам предоставляются разнообразные средства удовлетворения потребностей в свободной игровой деятельности с целью развития физических навыков, формирования основных правил личной гигиены и безопасности жизни, обучения умению управлять своим поведением, ознакомления с вредными привычками и их последствиями. При этом формирование здоровьесформирующей мотивации у учащихся начальных классов осуществляется как на подсознательном уровне (использование в здоровьесформирующей образовательной деятельности доминирующих подражательных и игровых рефлексов), так и на сознательном уровне (реализация образовательного курса «Основы здорового образа жизни (ОЗОЖ). Мое здоровье»).

Апробация программы образовательного курса «Основы здорового образа жизни. Мое здоровье» и линии учебных пособий «Мое здоровье» в начальной школе [1-4] способствовала развитию у учащихся 1-4 классов ценностных мотивов образовательной деятельности, ориентированной на сохранение и укрепление соматического, психологического и нравственного здоровья младших школьников. В процессе реализации данного курса у учащихся начальной школы выявлены непроизвольно формирующиеся компоненты здоровья (подлинный интерес и активность, уверенность и оптимизм, понимание значимости собственной деятельности), мотивационные предпосылки формирования заботы о своем организме и умения самостоятельно разрешать проблемы, касающиеся собственного здоровья.

Сравнительный анализ показал, что у младших школьников, изучающих образовательный курс «ОЗОЖ. Мое здоровье», объем представлений о валеологически обоснованных правилах поведения ежегодно увеличивался в среднем на 17%. Они стали понимать, какие элементы жизнедеятельности способствуют улучшению здоровья (при опросе были названы двигательная активность, правильное питание, здоровый сон, закаливание, взаимоотношение с родителями, хорошее отношение со сверстниками, полезные привычки, активный отдых). У детей формируется понимание состояния здоровья в составе структурных компонентов (соматический, психический, нравственный), свободы и ответственности выбора поведения, вреда вредных привычек.

На втором этапе (5-9 классы) педагогическая задача состоит в создании такой рефлексивной среды, которая по-

зволяет ученикам вести свободный творческий поиск решения проблем, связанных с пониманием сущности здоровья. У школьников появляется возможность реализовать потребность в двигательной активности, проводить самоанализ и вносить целесообразные коррективы в собственный образ жизни, здоровье, а в конечном итоге познать свои соматические особенности и научиться управлению своим организмом. Обязанность учителя на занятиях с подростками должна состоять в том, чтоб создать информационную среду о них самих, вооружить их способами получения такой информации, помочь им в подборе индивидуального двигательного режима, способствующего развитию организма.

На третьем этапе (9-11 классы) создаются условия для свободного поиска решения проблем, связанных с пониманием сущности здоровья и здорового образа жизни, профессиональной ориентации с учетом индивидуальных особенностей организма. У старшеклассников доминируют социальные потребности в самовыражении, самоопределении. Преподавание проходит не в решении частных вопросов, а в форме свободного творческого поиска решения смысловых проблем, связанных с самопознанием и пониманием сущности как отдельных явлений и процессов, связанных с организмом и здоровьем, так и самой жизни.

Прохождение школьниками всех трех этапов реализации программы «Здоровье» способствует переходу от знаний о необходимости вести здоровый образ жизни в убеждения, от усвоения правил поведения и морали к освоению личностных образцов нравственной и здоровой жизни, формирование у школьников потребности в здоровом образе жизни.

Реализация программы «Здоровье» способствовала созданию комплексного мониторинга состояния здоровья школьников, обеспечению условий для практической реализации личностно-ориентированного образования в аспекте здоровьесформирующих технологий, стимулированию внимания школьников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности и главное – снижению количества наиболее часто встречающихся в школьном возрасте заболеваний.

**Выводы.** Таким образом, в процессе реализации комплексно-целевой программы «Здоровье» основной задачей образовательной работы является формирование у школьников активного отношения к собственному здоровью, когда знания о необходимости здорового образа жизни превращаются в убеждения. Факультативный курс «ОЗОЖ. Мое здоровье» является необходимым условием здоровьесформирующей образовательной деятельности школьника, способным объединить усилия школьных учителей для решения педагогической задачи формирования здорового школьника, понимающего сущность здорового образа жизни и умеющего правильно относиться к своему здоровью.

**Список использованных источников:**

1. Брадик Г.М. Программа факультативного курса «Основы здорового образа жизни» для основной школы / Г.М. Брадик, А.О. Брадик. – Кишинэу : Кишинэу-Прим, 2005. – 31 с.
2. Брадик Г.М. Мое здоровье : учебное пособие. 2 класс / Г.М. Брадик, А.О. Брадик. – Тирасполь : ЗАО «Типар», 2008. – 64 с.
3. Брадик Г.М. Мое здоровье : учебное пособие. 3 класс / Г.М. Брадик, А.О. Брадик. – Тирасполь : ЗАО «Типар», 2008. – 100 с.
4. Брадик Г.М. Мое здоровье : учебное пособие. 4 класс / Г.М. Брадик, А.О. Брадик. – Тирасполь : ЗАО «Типар», 2008. – 132 с.
5. Симонов П.В. Мотивированный мозг / П.В. Симонов. – М. : Наука, 1987. – 238 с.

The paper covers some experience of realization of the comprehensive target program «Health» in the high school. Herein after there are the peculiarities which stimulate transferring the knowledge of the health and healthy life-style needs to the views. In the article the main directions programs are exposed in training and education work, which scientifically reasonable, strictly regulated, optimally organized educational, athletic-sporting and labour activity and must assist maintenance and strengthening of health of student, to providing of correct of physical and psychical development, forming of requirement in the healthy way of life, to upgrading of education on the whole. Diagnostic work as complex of measures, sent to monitoring of health student, study of mobility of adaptation alterations and capacity is also described under the action of natural and social factors of environment of dwelling, prophylactic and correction work as warning and timely exposure of rejections in the health of children, and at presence of some ailments is a prophylaxis of intensifying and progress of sickly process, immunization. Scientifically-methodical and experimental work is described through the quickest introduction of results of scientific achievements in the plan of maintenance and strengthening of health in practice of school, development and introduction of new authorial on-line tutorials, methods and teaching methods, and also their experimental introduction in an educational process, in particular course of «Basis of healthy way of life», and also informatively-elucidative work about propaganda of healthy way of life, evident agitation, consultations on all questions of forming of health, including such forms of work, as individual, group, collective, co-ordinating work is in life of schoolboys.

**Key words:** students' health, realization of the «Health» program.

*Отримано: 13.07.2014*