

А. А. Ганичев

Учет представления школьников о здоровом образе жизни в планировании внеклассной работы

Значение внеклассной работы в образовательно-воспитательном процессе состоит в том, что она является переходным звеном между теорией и социальной практикой, между учебной информацией и опытом действия учащихся в жизни. В статье рассматриваются особенности представлений школьников о различных аспектах здоровья и здорового образа жизни как элемент обоснования целесообразности организации внеклассной работы по формированию здорового образа жизни в образовательной области «безопасность жизнедеятельности».

Ключевые слова: интегративный подход, школьники, здоровье, здоровый образ жизни, нормы здорового образа жизни, ценности общества, личностно-информационное развитие, внеклассная работа.

A. A. Ganichev

Accounting of Schoolchildren's Representation about a Healthy Lifestyle in Out-of-Class Work Planning

The meaning of out-of-class work in the educational and up-bringing process consists in that it is a transitional link between the theory and social practice, between educational information and pupils' experience of action in life. In the article features of schoolchildren's representations about various aspects of health and a healthy lifestyle as an element to justify expediency of the organization of out-of-class work on a healthy lifestyle in the educational area «health and safety» are considered.

Keywords: an integrative approach, schoolchildren, health, a healthy lifestyle, norms of a healthy lifestyle, values of society, personal and information development, out-of-class work.

Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» включает пять основных направлений совершенствования организации школьного образования, одним из которых является сохранение здоровья учащихся [1].

Комплексный подход к решению этой задачи тесно связан с необходимостью внесения изменений в образовательный и воспитательный процесс и должен предусматривать такие меры, как: индивидуализация учебной нагрузки, введение мониторинга физического развития учащихся («Паспорт здоровья»), мониторинг ситуации с употреблением ими наркотических и психоактивных веществ, ведение учениками собственного «Дневника здоровья», «Дневника спортивных достижений» и т.п. [2].

Результатом указанных мер должно стать наличие глубоких знаний и представлений учащихся в сфере здоровья и здорового образа жизни, превращение самих школьников в юных граждан, знающих состояние своего здоровья и сознательно и ответственно следящих за его укреплением.

Важнейшей составляющей работы по формированию здорового образа жизни учащихся должна стать организация внеклассной работы в образовательной области «безопасность жизнедеятельности», связанная с программным материалом по этому предмету, поскольку ведение здорового образа жизни является одним из компонентов обеспечения безопасности индивида.

Внеклассная работа – это та деятельность, которая выполняется во внеурочное время, на основе интереса и самостоятельности учащихся. Это сложная организационная работа, состоящая из ряда компонентов, тесно взаимодействующих друг с другом. Компонентами любой организационной работы процесса обучения являются цель, мотив, содержание, операционный компонент и результат [3].

Важнейшая роль внеклассной работы состоит в том, что она в структуре образовательно-воспитательных воздействий является переходным звеном между теорией и социальной практикой, между учебной информацией и опытом действия учащихся в жизни.

Д.В. Григорьев и П.В. Степанов [4] отмечают, что внеклассная работа должна сначала формировать позитивное отношение школьника к базовым ценностям общества, обеспечивать практическое подтверждение полученных ранее социальных знаний в дружественной ему социальной среде (школе), а затем научить действовать и в открытом социуме, не обязательно положительно настроенном к конкретному учащемуся.

Именно в опыте самостоятельного общественного действия приобретает мужество и готовность к поступку, без которых немислимо существование гражданина и гражданского общества.

Важнейшим условием успешности внеклассной работы является поддержание высокого интереса учащихся, оптимальный эмоциональный фон для восприятия материала. Школьники должны быть вовлечены в интересные экскурсии, исследовательские проекты, творческие занятия, спортивные мероприятия, в ходе которых они научатся познавать, изобретать, понимать и осваивать новое, быть открытыми и способными выражать собственные мысли, уметь принимать решения и помогать друг другу, формулировать интересы и осознавать собственные возможности.

Все это должно явиться основой формирования навыков поступков и действий учащихся в жизни.

Повышение значения внеклассной (внеучебной) деятельности влияет как на формы, так и на содержание образовательного процесса в целом: формирование моделей нелинейного расписания, разных вариантов структур образовательной программы, современных способов представления детских учебных и внеучебных достижений.

Наконец, становятся актуальными модели координации и сращивания основного и дополнительного образования школьников. Решение проблемы способствования формированию здорового образа жизни учащихся с помощью организации внеклассной работы должно опираться на интегративный подход, который предусматривает взаимосвязь всех компонентов процесса обучения, определяет конкретное содержание обучения, его формы и методы; обеспечивает реализацию принципа интеграции в любом компоненте педагогического процесса, его целостность и системность.

В частности, одной из особенностей интегративного подхода является необходимость сочетания в образовательном процессе нескольких

направлений интеграции: межпредметной, внутрипредметной, межличностной и внутриличностной.

Интегративный подход в рамках разработки указанного направления исследований обеспечивает понимание механизмов формирования различных компонентов личностно-информационного развития учащихся в их совокупности, а также изменение этих компонентов под воздействием комплекса воспитательно-образовательных мер.

Результатом должно являться вначале разностороннее обоснование системы педагогических воздействий, направленных на формирование требуемых личностных установок учащихся, а затем – разработка комплекса педагогических мероприятий внеклассной работы, в число которых входит работа кружков, проведение конференций, экскурсий, общешкольных мероприятий и т.д.

Основной упор необходимо делать на экскурсии, другие мероприятия вне школы, поскольку они позволяют производить воздействие на воспитуемых вне школьной среды, обеспечивать связь учебной информации с жизненной практикой, требовать от учащихся выражения их личностного отношения к учебному материалу.

Целью проведенного нами исследования было выявление уровня осведомленности школьников по проблеме здоровья и здорового образа жизни; полученные данные планируется использовать для разработки программы внеклассной работы по формированию здорового образа жизни у учащихся в образовательной области «безопасность жизнедеятельности».

Основой исследования явилась методология социологии. Из конкретных социологических методов применялся метод анкетирования, из результирующих методов – системный анализ и метод статистической обработки данных анкетирования.

Нами было проведено обследование группы подростков в количестве 150 человек (77 мальчиков, 73 девочки) в возрасте 13–14 лет из числа учащихся ГОУ лицей № 82 г. Санкт-Петербурга на основе разработанной нами анкеты, включающей 15 вопросов. Анализ ответов на основные из них приводится ниже.

На вопрос «Ведешь ли ты здоровый образ жизни?» лишь 23 % опрошенных дали утвердительный ответ, 77 % ответили отрицательно, отметив, что так считают потому, что не занима-

ются спортом – 36 %, курят – 23 %, употребляют спиртные напитки – 18 %.

Из употребляющих спиртные напитки (в том числе пиво, джин-тоники и пр.) 23 % делают это пару раз в год, 54 % – пару раз в месяц, 15 % – каждую неделю и 6 % – почти каждый день.

Полученные нами данные по относительной приверженности учащихся к вредным привычкам соответствуют данным других исследований, которые имеют различия в зависимости от вида учебного заведения, региона, особенностей коммуникации учащихся в семье и неформальных группах сверстников и т.д. Однако в большинстве случаев число учащихся (как правило –

старшеклассников), подверженных вредным привычкам, остается в последние годы стабильным и составляет от 5 до 10–15 %. Так, по данным фундаментального исследования Т.Я. Кобринюк [5], еженедельное употребление алкогольных напитков (которое несовместимо со здоровым образом жизни) сформировалось у 8,8 % школьников.

На вопрос «Что такое, на твой взгляд, “здоровый образ жизни”?» (предлагалось выбрать три из предложенных вариантов ответов) наибольшей популярностью пользовались следующие ответы – таблица.

Ответы учащихся на вопрос «Что такое, на твой взгляд, “здоровый образ жизни”?»

Варианты ответов	% ответов
не пить	92
заниматься спортом	84
не употреблять наркотики	73
правильно питаться	61
вести осмысленную, целенаправленную жизнь	55
не курить	53
работать над собой, заниматься самосовершенствованием	41
уметь радоваться жизни, получать удовольствие от обычных событий и дел	27

Проанализировав соотношение полученных ответов, можно сказать, что большинство респондентов связывают здоровый образ жизни, прежде всего, с отказом от употребления алкоголя, наркотиков и с занятиями спортом. Их представления, безусловно, можно считать правильными. В то же время отказу от курения, самосовершенствованию, постановке цели в жизни как элементам здорового образа жизни придают значение лишь около половины опрошенных.

Ответ на следующий вопрос, касающийся табакокурения, показал, что из числа курящих подтолкнуло к началу курения 35 % – влияние друзей, 20 % – любопытство, 18 % – мода, 15 % – желание почувствовать себя взрослей, 6 % – пример родителей, 4 % – другие причины. Полученные результаты подтверждают известный тезис о повышенном конформизме школьников исследуемого возраста, что диктует необходимость проведения мероприятий внеклассной работы с опорой на коллектив.

Обработка ответов, данных на следующий вопрос, показала, что в окружении большинства респондентов – 52 % – нет человека, ведущего

здоровый образ жизни, есть такой человек лишь у 40 % опрошенных, 8 % ответили «нет, и не надо».

На вопрос «Насколько полно и объективно, по твоему мнению, ты осведомлен о действии алкоголя и наркотических веществ на организм человека?» более половины опрошенных – 62 % – выбрали ответ «Хотел(а) бы иметь более полную информацию (мои знания по этому вопросу получены из разговоров с друзьями, случайно увиденных телепередач, попавшихся статей в газетах или журналах)», 28 % учащихся ответили: «Достаточно, (я читал(а) специальную литературу, слушал(а) лекции специалистов, присутствовал(а) на уроках по этим темам)», наконец, 10 % опрошенных выбрали ответ «Мне не интересны эти вопросы (мне надоело говорить и слышать об этом)». Таким образом, с одной стороны, большинство респондентов готовы к информированию по проблеме действия алкоголя и наркотических веществ на человека, с другой – вызывает опасение значительное число учащихся, предполагающих, что знают об этом уже достаточно.

На следующий вопрос «Приходилось ли тебе смотреть фильмы, телепередачи, вызывающие интерес к алкоголю или наркотикам?» большинство опрошенных (58 %) ответили «Да», 21 % отметили, что часто, 21 % – дали отрицательный ответ.

На вопрос «Приходилось ли тебе видеть телепередачи, фильмы, заставляющие задуматься о вреде алкоголя или наркотиков?» большинство анкетированных (64 %) ответили «Да», еще 10 % – «Да, часто», 26 % ответили «Нет».

Полученные по двум последним вопросам результаты позволяют говорить о низкой эффективности средств массовой информации в плане пропаганды здорового образа жизни, что повышает степень необходимости и значимости проведения внеклассной работы указанной направленности.

На следующий вопрос «Получаешь ли ты удовольствие от подвижных игр и занятий (катания на велосипеде, роликах и т.д.)?» большинство учащихся (56 %) ответили: «Да, если это не связано со школьными занятиями физкультурой», 20 % – «Да, всегда», 15 % – «Иногда», 9 % – «Это мне неинтересно».

Полученные по этому вопросу данные показывают низкую заинтересованность школьников в занятиях физической культурой в рамках школьного физвоспитания, кроме того, наличие возможного резерва оптимизации двигательного режима школьников.

На заключительный вопрос анкеты «Интересно тебе было бы посещать внеклассные мероприятия?» большая часть респондентов (45 %) дала ответ «Да, если они связаны с интересными экскурсиями», 33 % – «Да, если они связаны с посещением спортивных мероприятий», 22 % – «Да, если они связаны с лекциями на различные темы».

Выявленные в результате опроса положительные тенденции сочетаются с тенденциями, установленными Л.В. Баль [6], который определил, что стремление учащихся к индивидуальному здоровью и пониманию здоровья как общественной ценности присуще большинству (70 %) исследованных им школьников, у них также выявлена готовность к действиям, которые бы помогли сохранению и укреплению здоровья.

Таким образом, число учащихся, испытывающих потребность не только в поддержании собственного здоровья, но и готовых активно действовать для изменения состояния общества в этом направлении, значительно превышает число

учащихся, уже приобщенных в той или иной мере к вредным привычкам.

Сказанное подтверждает высокую перспективность организации внеклассной работы по формированию здорового образа жизни, возможность опоры на значительную часть учащихся.

По мнению большинства исследователей (А.В. Попков [7], Ю.В. Смирнова [8] и др.), педагогическая деятельность при внеклассной работе должна опираться на системно-деятельностный, аксиологический и личностно-ориентированный подходы.

На наш взгляд, еще одним важнейшим подходом к планированию успешной внеклассной работы по формированию здорового образа жизни должен стать социально-информационный подход.

Современное состояние развития человеческого общества позволяет характеризовать его как информационное. Образовательная информационная среда, которую надо понимать как окружающие учащегося информационные условия его образования, является разновидностью общей социокультурной среды [9].

Системный подход к образовательной информационной среде имеет обоснование в исследовании Т.В. Кобринюк [5], которая отмечает, что существуют определенные социальные параметры, обуславливающие функционирование окружающего пространства детей и подростков посредством социально-информационных влияний, формирующих социокультурное пространство.

В связи с этим параметры информационно-образовательной среды могут быть скорректированы в соответствии с начальным информационным состоянием учащихся, с одной стороны, и планируемым результатом – формированием здорового образа жизни – с другой.

Внеклассная работа как наиболее гибкий и теснее всего связанный с жизненной практикой элемент образования может являться весьма эффективным средством корректировки образовательной среды учебного заведения.

При планировании внеклассной работы необходимо опираться на выявленные в результате анкетирования начальные параметры индивидуально-личностного развития подростков, обеспечивая формирование информационно-образовательной среды, способствующей приобщению учащихся к ведению здорового образа жизни.

Такая информационно-образовательная среда должна учитывать специфику патогенных ин-

формационных воздействий, генерируемых как общим, так и школьным информационным пространством, и обеспечивать направленное воздействие на необходимые составляющие сознания учащихся как в целом, так и с учетом индивидуально-личностных факторов.

Проведенное нами исследование позволило выявить не только слабую сформированность представлений подростков о такой сфере жизнедеятельности, как здоровый образ жизни (под которым подразумевалось рациональное отношение человека к своему здоровью; соблюдение гигиенических правил, занятия физическими упражнениями, отказ от вредных привычек), но и то, что большинство из них не соблюдают в полной мере норм здорового образа жизни.

С другой стороны, полученные данные позволяют заключить, что у исследуемых подростков имеется интерес к посещению различного рода мероприятий, не предусмотренных программой обучения, а также к повышению двигательной активности,

Кроме того, результаты анкетирования позволяют планировать мероприятия внеклассной работы, основываясь на выявленных у учащихся мнениях, являющихся результатом информационного влияния среды, в которой они пребывают.

Комплекс средств и методов внеклассной работы, базирующихся на добровольности и личной инициативе учащихся, должен необходимым образом изменить параметры информационно-образовательной среды так, чтобы нивелировать негативные тенденции в формирующихся и уже сформированных у них представлениях, касающихся здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, можно успешно решить проблему планирования направлений, средств и методов внеклассной работы по формированию у учащихся здорового образа жизни.

Библиографический список

1. О Национальной образовательной инициативе «Наша новая школа» [Текст] (письмо Минэкономразвития России от 11 февраля 2009 г. № 1883-ИМ/Д04).
2. Об обсуждении проекта национальной образовательной инициативы: «Наша новая школа» [Текст] // «Вестник образования России». – 2009. – № 7. – С. 30–36.
3. Калечиц, Т. Н. Внеклассная и внешкольная работа с учащимися [Текст] : учебно-методическое пособие для студентов-заочников III-IV курсов пед. интов – М. : Просвещение, 1980. – 87 с.
4. Григорьев, Д. В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор [Текст]

/ Д. В. Григорьев, П. В. Степанов. – М. : Просвещение, 2011. – 223 с.

5. Кобринюк, Т. Я. Комплексное медико-социологическое исследование наркологической патологии подростков (на материале Краснодарского края) [Текст] : дис. ... канд. мед. наук. – Волгоград, 2006. – 154 с.

6. Баль, Л. В. Формирование здорового образа жизни российских подростков (для классных руководителей 5-9 кл.) [Текст] / под ред. Л. В. Баль, С. Б. Барканова. – М. : Владос, 2002. – 192 с.

7. Попков, А. В. Формирование безопасного поведения подростков во внеурочной деятельности [Текст] : дис. ... кан. пед. наук. – Ижевск, 2007. – 270 с.

8. Смирнова, Ю. В. Формирование у младших школьников ценностной ориентации на здоровый образ жизни [Текст]: автореф. дис. ... кан. пед. наук. – Челябинск, 2009. – 24 с.

9. Машарова, Т. В. Педагогическое моделирование индивидуально-личностного развития подростков в информационно-образовательной среде [Текст] : монография. – Киров, 2004. – 106 с.

Bibliograficheskiy spisok

1. O Nacional'noj obrazovatel'noj iniciative «Nasha novaya shkola» [Tekst] (pis'mo Minekonomrazvitiya Rossii ot 11 fevralya 2009 g. № 1883-IM/D04).
2. Ob obsuzhdenii proyekta nacional'noj obrazovatel'noj iniciativy': «Nasha novaya shkola» [Tekst] // «Vestnik obrazovaniya Rossii». – 2009. – № 7. – S. 30–36.
3. Kalechits, T. N. Vneklassnaya i vneshkol'naya rabota s uchashchimisya [Tekst] : uchebno-metodicheskoye posobiye dlya studentov-zaochnikov III-IV kursov ped. in-tov – M. : Prosveshcheniye, 1980. – 87 s.
4. Grigor'yev, D. V. Vneurochnaya deyatel'nost' shkol'nikov. Metodicheskij konstruktor [Tekst] / D. V. Grigor'yev, P. V. Stepanov. – M. : Prosveshcheniye, 2011. – 223 s.
5. Kobrin'yuk, T. Ya. Kompleksnoye mediko-sociologicheskoye issledovaniye narkologicheskoy patologii podrostkov (na materiale Krasnodarskogo kraya) [Tekst] : dis. ... kand. med. nauk. – Volgograd, 2006. – 154 s.
6. Bal', L. V. Formirovaniye zdorovogo obraza zhizni rossijskih podrostkov (dlya klassny'h rukovoditelej 5-9 kl.) [Tekst] / pod red. L. V. Bal', S. B. Barkanova. – M. : Vlados, 2002. – 192 s.
7. Popkov, A. V. Formirovaniye bezopasnogo povedeniya podrostkov vo vneurochnoj deyatel'nosti [Tekst] : dis. ... kan. ped. nauk. – Izhevsk, 2007. – 270 s.
8. Smirnova, Yu. V. Formirovaniye u mladshikh shkol'nikov cennostnoj oriyentacii na zdorovy'j obraz zhizni [Tekst]: avtoref. dis. ... kan. ped. nauk. – Chelyabinsk, 2009. – 24 s.
9. Masharova, T. V. Pedagogicheskoye modelirovaniye individual'no-lichnostnogo razvitiya podrostkov v informacionno-obrazovatel'noj srede [Tekst] : monografiya. – Kirov, 2004. – 106 s.