

В результате проведенного исследования мы сделали следующий вывод, что основными показателями успешности развития фитнеса в городе Екатеринбурге являются: повышение уровня управления развитием фитнеса, увеличение доли граждан, систематически занимающихся фитнесом, ежегодное увеличение обеспеченности населения тренажерами в фитнес клубах, повышение уровня профессионального образования.

Устюжанина Н.С., Виноградова И.Ю., Устюжанина С.Д.
(МОУ лицей № 110, г. Екатеринбург)

ОРГАНИЗАЦИЯ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА В РАМКАХ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ «Лицей – территория Здоровья»

Одна из актуальных проблем современного общества – формирование личности, готовой не только жить в меняющихся социальных и экономических условиях, но и активно влиять на существующую действительность, изменяя её к лучшему.

Правительственная Стратегия модернизации образования предполагает, что в основу обновленного содержания общего образования будут положены «ключевые компетентности», овладение ими позволит решать различные проблемы в повседневной, профессиональной или социальной жизни.

Если бы нам пришлось ранжировать структуру ключевых компетентностей по значимости, то аспект собственного здоровья из компетентности бытовой сферы был бы вынесен на одно из ведущих мест. Единственным социальным институтом современного общества, охватывающим практически всех без исключения его граждан, причем как раз здоровых, является школа. Встреча ребенка со школой происходит в возрасте, рецептивном к педагогическому воздействию и, следовательно, к формированию жизненно важных мотивов, в том числе мотивов здоровья.

Для решения проблемы сохранения и укрепления здоровья возможны только совместные действия медицины и педагогики. На сегодняшний день нам удалось выделить факторы риска, влияющие на результат: условия обучения, учебная нагрузка, взаимоотношения.

Сейчас для ведения здорового образа жизни человеку надо прилагать определенные интеллектуально-волевые условия, поскольку реальные условия жизни таковы, что естественным образом здоровый образ жизни не складывается. Да и формировать ЗОЖ в последнее время стало престижно, хотя отталкиваясь от сути понятия, все таки речь должна идти не о едином стерео-

типе, а о стиле поведения, который носит индивидуальный характер. Интеллектуально-волевые усилия для организации и ведения здорового образа жизни будут прилагаться только тем человеком, у которого воспитано ценностное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих. Медицина здесь помочь не может, поскольку эта задача целиком педагогическая. Таким образом, педагогика на сегодняшний день располагает наиболее доступным в России способом оздоровления человека, и средство это – воспитание ценностного отношения к своему здоровью, выражающееся формулой: здоровье – ценность, а ценности не даются даром. Наш лицей помимо решения педагогических задач следит за соотношением учебной нагрузки и методов преподавания с возрастными и индивидуальными особенностями детей, содействует охране и укреплению их здоровья. Принцип здоровьесбережения становится системообразующим. В лицее разработана система мероприятий, направленных на создание условий для поддержания и укрепления здоровья учащихся:

- поддержание благоприятного санитарно-гигиенического режима (влажная уборка 2 раза в день, проветривание классов на каждой перемене, поддержание рационального температурного режима и др.);
- создание комфортной пространственной среды;
- обеспечение условий для получения качественного питания; обеспечение учащихся и педагогов качественной питьевой водой;
- проведение противозидемических мероприятий, своевременное выявление случаев инфекционных заболеваний, изоляция заболевших, карантинный режим для классного коллектива;
- профилактическая разъяснительная работа с целью предупреждения травматизма и инфекционных заболеваний;
- витаминизация детей в зимнее и весеннее время;
- проведение на каждом уроке физкультминуток;
- организация спортивных секций, развитие групп ЛФК, расширение возможностей закаливания детей (посещение бассейна, занятия на свежем воздухе и др.), проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий;
- нормализация учебной нагрузки учащихся.

В лицее оборудован медицинский кабинет в соответствии с требованиями, имеется отдельный прививочный кабинет. Всем нуждающимся учащимся начальных классов оказывается логопедическая помощь. Действует программа психолого-педагогического сопровождения и адаптации учащихся к условиям лицейского образования. Внедрение в учебный процесс здоровь-

есберегающих технологий позволяет добиться положительных изменений в состоянии здоровья школьников.

По результатам социологического исследования 58,3% учащихся 5-11 классов считают, что здоровье является одним из самых важных условий счастливой и полноценной жизни.

Более объективная информация о степени адаптации лицеистов к учебной и физическим нагрузкам была получена в ходе массового донологического обследования, проведенного в конце 2003-2004 уч. года. Сравнительный анализ полученных данных с результатами аналогичного обследования в конце 1999-2000 учебного года выявил положительную динамику состояния вегетативной регуляции, являющейся точным индикатором степени адаптации организма. Так, количество учащихся с неудовлетворительной адаптацией в среднем по лицу уменьшилось с 31,4 до 23,2%, с напряжением адаптационных механизмов – с 24,9 до 17,4%, тогда как доля учащихся с удовлетворительной адаптацией к условиям среды возросла с 43,7 до 59,4%.

Охват учащимися физкультурно-оздоровительной деятельностью с 2000г. по 2005 учебный год увеличился с 27 до 66%.

Осознавая серьезность проблемы различных зависимостей, педагогическим коллективом лицея разработана и реализуется программа по профилактике наркомании и других зависимостей. Приоритетными направлениями работы являются:

- создание в молодежной среде негативного отношения к наркотикам, их распространению;
- предупреждение об опасности компьютерной зависимости;
- борьба с курением и сквернословием;
- пропаганда здорового образа жизни как альтернативной формы самовыражения и самореализации через спорт, физическую культуру, творческую деятельность;
- просвещение и информирование родителей, педагогов и учащихся о симптомах наркомании и алкоголизма, а также их последствиях;
- формирование у подростков способности бороться со стрессовыми ситуациями посредством активной жизненной позиции;
- формирование корпоративного лицейского сообщества.

В 2005 году команда лицея участвовала в городском конкурсе по профилактике зависимостей, заняла второе место, представив работу по предупреждению компьютерной зависимости.

Школьная среда - мощный фактор, влияющий на здоровье детей и подростков, поэтому важно эту среду сделать органичной, естественной для ребенка. В связи с тем, что большую часть времени дети пребывают в образо-

вательном учреждении, возникает необходимость превращения образовательной среды в реабилитационно-оздоровительную и просветительскую среду, с целью создания единого адаптационного пространства, неразрывно соединяющего педагогику, психологию, медицину, школу и семью.

Создавая условия для реализации возможностей определения интересов выпускников школы в профессиональном плане, в учебный план введены предметы углубления. Изучение предметов углубления способствует приобретению учащимися качественных знаний и навыков для обучения на следующей после окончания школы образовательной ступени.

Установление межпредметных связей между учебными предметами в процессе преподавания является, на наш взгляд, необходимым условием для повышения производительности труда учащихся и устранения перегрузки.

Среди условий, обеспечивающих эффективное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, исключительное значение имеет возрастной подход к организации лицейской жизни ребенка. Возрастной подход к обучению и воспитанию детей позволяет поддерживать тесную связь и согласованность всех компонентов системы каждой ступени образования (целей, задач, содержания, методов, форм организации учебно-воспитательного процесса) с возрастными особенностями и возможностями развития детей. Благодаря этому обеспечивается преемственность в развитии учащегося на каждом этапе лицейского образования.

Югова Е.А. (РГППУ, г. Екатеринбург)

МЕСТО ВАЛЕОЛОГИИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ ВУЗА

В настоящее время произошла смена парадигмы образования, в том числе и высшего. В ее основу положена концепция, разработанная учеными Международной академии наук высшей школы Шукшуновым В.Е., Взятышевым В.Ф., и др. По их мнению, научные истоки новой образовательной политики следует искать в трех сферах: философии образования, науках о человеке и обществе и «теории практики» [1]. Центром этой концепции является человек, его духовное развитие и система ценностей; ее основная задача – формирование нравственных и волевых качеств, творческой свободы личности. При этом в России наблюдается общее снижение человеческих ресурсов, ухудшение качества питания, деградация личности, рост алкоголизма, наркомании, депопуляция населения, разрушение института семьи, увеличе-