**Управление образованием станица Пластуновская**

**МО Динской район МОУ СОШ № 6**

**Краснодарский край**

**Тема:**

**«ВОСПИТАНИЕ У ШКОЛЬНИКОВ ОТВЕТСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ»**

Автор опыта:

Ерофеева Лариса Владимировна

учитель русского языка и литературы

**Пластуновская - 2009**

**Содержание**

1. Информация об опыте
2. Технология опыта…
3. Результативность опыта
4. Библиографический список
5. Рецензия на опыт работы
6. Приложения

**Информационная карта передового педагогического опыта**

* 1. **Ф.И.О. автора**: Ерофеева Лариса Владимировна.
  2. **Город (район)**: Динской
  3. **Образовательное учреждение**: Муниципальное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 6 ст. Пластуновской
  4. **Занимаемая должность**: учитель русского языка и литературы
  5. **Педагогический стаж и квалификационная категория**: 19 лет работы в школе, первая квалификационная категория
  6. **Тема педагогического опыта**: «Воспитание у школьников ответственного отношения к своему здоровью».
  7. **Уровень опыта по степени новизны**: Новизна опыта заключается в следующем: воспитание устойчивого отрицательного отношения к вредным привычкам через привитие навыка здорового образа жизни. На базе класса создан клуб «Доверие» с целью оказания психологической помощи детям и родителям, оформлен график индивидуальных консультаций, лекториев, встреч с представителями органов правоохранительных органов, медицины, преподавателями школы. Семьи имеют возможность встретиться с психологом, для разрешения внутрисемейных конфликтов.
  8. **Цель педагогического опыта**: Формирование человека здорового физически, психически и нравственно, адекватно оценивающего свое место и предназначение в жизни.
  9. **Краткое описание опыта**. Подростковый возраст не случайно называют «трудным». Темпы созревания различных систем органов оказываются неодинаковыми, нередко они просто не успевают друг за другом, не понимая до конца, что с ними происходит, и, пугаясь этого, подросток всячески пытается избавиться от негативных переживаний. Реальное знакомство с никотином, алкоголем, наркотиками в этот период особенно опасно, поскольку создает иллюзию физиологического благополучия, на время снимая физиологические ощущения. Форма работы, выбранная автором, помогает преодолеть этот трудный период.
  10. **Эффективность опыта**. На протяжении периода исследования у детей наблюдается положительная динамика уровня успеваемости, воспитанности, их благополучность проявляет себя в успешности в школьной жизни, в общении с другими детьми и взрослыми. Растет число учащихся, посещающих кружки, спортивные секции, танцевальные клубы.
  11. **Экспертное заключение**. Тема работы актуальна, так как опыт показывает, что чем раньше начинается профилактика здорового образа жизни, тем более стабильных результатов можно добиться и меньшими затратами. При этом желательно избегать прямых разговоров, например, о вреде наркотиков. Напротив, в воспитательной работе упор делается на положительные примеры ответственного отношения к своему будущему (опыт известных детям людей, знаменитых спортсменов и т. д.). Данная работа рассмотрена и одобрена на педсовете в МОУ СОШ № 6.
  12. **Последователи**. Элементы данного опыта используют классные руководители 5-11 классов нашей школы.
  13. **Кто и когда изучал**. Данный опыт изучался на школьном методическом объединении классных руководителей в 2007-2008 учебном году.
  14. **Выводы, рекомендации.** Предложенный материал можно использовать классным руководителям, работающим в 5-11 классе. Считаю нужным, снова и снова отметить необходимость деликатного подхода к проблеме: ни в коем случае не злоупотреблять нравоучительными беседами, дабы не спровоцировать интерес к пагубным привычкам. В обследуемом мною классе на сегодняшний день не стоит остро данная проблема, в то время как другие подростки их возраста начинают пробовать курить, употреблять алкогольные напитки.

**Информация об опыте**

**Актуальность проблемы.**

В переходный период российского общества молодое поколение находится в очень сложной социально-психологической ситуации. В значительной мере разрушены прежние устаревшие стереотипы поведения, нормативные и ценностные ориентации. Молодые люди утрачивают ощущение смысла происходящего и не имеют определенных жизненных навыков, которые позволили бы сохранить свою индивидуальность и сформировать здоровый и эффективный жизненный стиль. Молодежь и, особенно, подростки, находясь под воздействием хронических, непрерывно возрастающих интенсивных стрессовых ситуаций, не готовы к их преодолению и страдают от их последствий. Это побуждает искать средства, помогающие уходить от тягостных переживаний. В данной ситуации на первое место вышла наркотизация подростков, а также различные виды злоупотреблений психоактивными веществами и алкоголем.

В течение последних лет я провожу исследовательскую работу по теме «Воспитание у школьников ответственного отношения к своему здоровью».

Свою педагогическую деятельность осуществляю в муниципальном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 6» станица Пластуновская Динской район Краснодарский край в качестве учителя русского языка и классного руководителя 7 б класса. Школа функционирует в течение 105 лет, имеет устоявшиеся традиции обучения и воспитания, основанные на личностно-ориентированном подходе. Но микрорайон, в котором расположена школа, достаточно удален от центра организации досуга молодежи, и поэтому на нее возлагаются основные функции воспитательной, профилактической работы. Особое внимание в образовательном процессе школа уделяет выполнению Федеральной программы «Антинарко». Основываясь на своем многолетнем педагогическом опыте работы в образовательном учреждении, я изучила психологические и возрастные особенности обучающихся и совместно с творческой группой педагогов разработала программу «**Воспитание у школьников ответственного отношения к своему здоровью**».

Известно, что эффективность обучения детей во многом зависит от состояния здоровья как учителей, так и школьников, наличие которого позволяет быть человеку творчески активным, самостоятельным, работоспособным, но, к сожалению, современная статистика говорит о катастрофическом снижении уровня здоровья.

Только у 15% новорожденных могут быть не установлены те или иные заболевания. Многочисленные социальные и материальные проблемы, нерациональный режим труда и отдыха, несбалансированное питание подрывают здоровье ребенка и в дальнейшем.

И только 5% выпускников школ считаются практически здоровыми. Среди различных причин, неблагоприятно влияющих на здоровье молодежи, особо следует выделить социальные пороки, калечащие физическое и психическое здоровье людей: бездуховность, наркоманию, алкоголизм; эколого-генетические факторы, обусловленные изменением условий среды и питания, а также малоподвижный образ жизни.

Все это говорит об актуализации решения возникшей проблемы и качественно новом подходе к воспитанию и обучению в общеобразовательных учреждениях. Поэтому, с моей точки зрения, необходимо планировать образовательный процесс так, чтобы в нем приоритетным стало формирование культуры здоровья обучающихся, духовности, нравственности.

Парадоксальный факт: наряду с социально-экономическими причинами роста заболеваемости детей, учебно-воспитательный процесс в школе является одним из составляющих снижения здоровья обучающихся. Наблюдая за работой моих коллег, анализируя результаты мониторинга показателей здоровья школьников, я пришла к выводу, что в современной системе образования имеют место:

* информационные перегрузки обучающихся;
* чрезмерное нервно-психическое напряжение;
* недостаточная двигательная активность;
* дидактогения;
* неподготовленность учителей и классных руководителей к формированию культуры здоровья.

Отсюда возникают **противоречия**:

* между *существующей организацией образовательной системы, наносящей ущерб здоровью школьников, и острой необходимостью формирования культуры здоровья обучающихся;*
* между *особенностями социокультурного развития семьи и стратегией воспитательного воздействия на детей классного руководителя.*

Актуальность выбранной мною темы и возникшие противоречия определяют **ведущую педагогическую идею** опыта: *формирование человека здорового физически, психически и нравственно, адекватно оценивающего своё место и предназначение в жизни.*

Начиная работать с 2006 года над этой темой и, обнаружив противоречия между желаемым состоянием и действительным, я пришла к выводу: **здоровье – это интегративная характеристика личности, охватывающая как её внутренний мир, так и всё своеобразие взаимоотношений с постоянно меняющимися условиями среды.**

Соответственно, культура здоровья представляет собой сложное структурное образование личности, характеризующееся достаточным (для данного возраста) уровнем физического, психического и духовно-нравственного развития и образованности, осознанием и принятием способов достижения этого уровня, а также повседневным следованием им в разнообразных видах деятельности (В.Н. Ирхин, И.В. Ирхина).

В школе все педагогические работники выполняют воспитательные функции, но классный руководитель – непосредственный и основной организатор учебно-воспитательной работы. Таким образом, по моему мнению, в современных условиях основным направлением работы классного руководителя должна быть деятельность по формированию культуры здоровья обучающихся, так как он может непрерывно, систематически и наиболее эффективно воздействовать на воспитанников, комплексно подходить к решению данной проблемы.

**Диапазон опыта:** *проблемное структурирование деятельности классного руководителя на основе Федеральной программы «Здоровье».*

В основе моего педагогического опыта лежат идеи следующих авторов:

1. В.Н. Ирхина, И. В. Ирхиной (о теоретических и технологических аспектах деятельности учителя по валеологизации учебного процесса);
2. Р. Вейсен, Дж. Оли, В. Эванс, Дж. Ли, Б. Спрунгер, Д. Пеллаукс (о создании технологии обучения жизненно важным навыкам в школе);
3. Е. Н. Степанова и др. (формирование представлений о современных подходах и концепциях воспитания);
4. Н.Е. Щурковой (о формировании у школьников образа жизни, достойной Человека).

**Цель моего опыта:** *достижение максимального уровня развития активной, разносторонне развитой, нравственной, творческой личности, ориентированной на здоровый образ жизни, профилактика возникновения вредных привычек.*

**Для достижения данной цели определяю следующие задачи:**

1. *создание необходимых условий для обучения и воспитания, основанных на принципах здоровьетворения;*
2. *совершенствование психосоциальной компетенции обучающихся (жизненных навыков и умений);*
3. *использование современных методов и приемов, нацеленных на формирование долговременных здоровьесберегающих ориентаций школьников.*
4. *воспитание стойкого негативного отношения к курению и употреблению психоактивных веществ.*

**Технология опыта**

Работа классного руководителя — целенаправленная, системная, планируемая деятельность, строящаяся на основе программы воспитания образовательного учреждения, анализа предыдущей деятельности, позитивных и негативных тенденций общественной жизни, а также на основе личностно-ориентированного подхода с учетом актуальных задач, стоящих перед педагогическим коллективом школы, и ситуации в классном коллективе. В связи с выявленными проблемами я выстраиваю свою работу таким образом, чтобы в процессе деятельности формировалась культура здоровья обучающихся. На мой взгляд, наиболее оптимальным для формирования культуры здоровьяявляется возраст 11- 15 лет сего личностными новообразованиями: интенсивным развитием самосознания, стремлением к освоению социального пространства, к рефлексии своего внутреннего мира, к самосовершенствованию и самовоспитанию, когда, познавая свой собственный внутренний мир, собственную самость, ребенок хочет изменить его, стать субъектом саморазвития. (И.С. Кон, Ю.М. Орлов, В.И. Слободчиков и др.)

*Остановлюсь на основных направлениях своего педагогического исследования.*

1. Работа с семьей.

Главная профилактика вредных привычек должна начинаться тогда, когда ребенок рождается, когда родители вкладывают в него веру, духовность и нравственность. Поэтому считаю принципиально важным начать работу с проведения семейной диагностики, направленной на выделение дисфункциональных семей с риском употребления детьми психоактивных веществ.

- Диагностика и коррекция ситуации семейного воспитания детей и подростков. (Приложение 1)

- Генограмма семьи.

- Планирование психо-коррекционной работы при конфликтных детско-родительских отношениях. (Приложение 2)

- Проективные методики: Упражнения «Снежинки», «Круг влияния», «Жизнь без себя», «Жизнь с болезнью», «Я говорю «Нет!»», «Ребенок-статуя», «Одуванчик», «Сказкотерапия», «Помоги себе сам». (Приложение 3)

**Клуб «Доверие»**

Когда был собран банк данных о семьях, проведена диагностика, составлена необходимая документация, я пришла к выводу, для того, чтобы были охвачены все стороны воспитательного процесса по профилактике здорового образа жизни, недостаточны разовые мероприятия и беседы с детьми и родителями, не решить данную проблему, обозначая ее на родительских собраниях, проходящих один раз в четверть. Необходимо было создать атмосферу доверия между детьми и родителями, учителями, специалистами, которая помогала бы решать возникающие проблемы, преодолевать стрессовые и конфликтные ситуации. Мы с родителями решили организовать клуб «Доверие», целью которого являлось оказание психологической помощи детям и родителям.

Для достижения цели были привлечены специалисты: психолог, социальный педагог, медработник, школьный инспектор, учителя- предметники. Был составлен график работы клуба «Доверие».

График работы клуба «Доверие». 7 б класс, МОУ СОШ № 6

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **День недели** | **Специалист** | **Время** | **Место** |
| понедельник | Психолог  Соц. Педагог  Коротина Е.А. | 12-00 – 15-00 | Штаб воспитательной работы |
| Вторник  пятница | Школьная медсестра  Шишкина М.Ю. | 8-00 – 15-00 | медкабинет |
| среда | Школьный инспектор  Давиденко Е.В. | 12-00 – 13-00 | Штаб воспитательной работы |
| четверг | Классный руководитель  Ерофеева Л.В. | 13-00 - 16-00 | Кааб. № 7 |
| суббота | Педагоги дополнительного образования  Руководители кружков по интересам | 9-00 – 12-00 | Штаб воспитательной работы |

Я осознавала, что, для того, чтобы привлечь родителей в наш клуб, без доверительного, положительно-эмоционального фона общения желаемого результата от работы клуба не добиться.

Помощниками в создании такой атмосферы стали наиболее активные неравнодушные родители.

Заседания клуба «Доверие» проходят в неформальной, теплой, домашней обстановке. Решаются вопросы социального характера, не стало проблемы с организацией внеучебной деятельности класса, родители активно участвуют в совместных мероприятиях. Большое внимание на заседаниях клуба уделяется вопросам профилактики вредных привычек, исполнению закона Краснодарского края **«О мерах по профилактике безнадзорности и правонарушений среди несовершеннолетних»,** не стало проблемы участия родителей в рейдах в вечернее время.

Создание клуба повлияло на то, что родители перестали бояться приходить в школу в ожидании только негативной информации. Мне удалось частично решить проблему взаимодействия семьи и школы, что незамедлительно сказалось на улучшении физического, психического, нравственного здоровья школьников.

**2. Работа с учащимися**

Профилактика наркотизации в младшем подростковом возрасте направлена в первую очередь на формирование у детей навыков эффективной социальной адаптации и поэтому имеет специфические особенности. Очень важно сформировать у детей культуру здоровья, понимание ценности здорового образа жизни. Только осознание личностной ценности здоровья, его значимости позволяет ребенку понять, почему для него опасно знакомство с одурманивающими веществами. Цели и задачи ранней профилактики зависят от возраста ребенка.

- Диагностика на самоопределение: «Знакомство», «Каков я на самом деле», «Мои плюсы и минусы», «Какой я в глазах людей», «А нужен ли я людям», «Какой у меня характер». (Приложение 3)

Процесс формирования культуры здоровья обучающихся предусматривает построение учебно-воспитательного процесса на принципах здоровьетворения, направленных на создание условий для проявления ребенка в системе отношений: «я-я», «я - другой человек», «я - жизненная задача» и организацию культуротворческой среды, обеспечивающей положительно-эмоциональный фон во всех сферах деятельности школьников и возможности для творческого самовыражения.

В сфере здравотворческих идей само понятие «образование» трактуется как «формирование образа Я» в жизненном процессе, в таком случае образование не подменяется понятиями «обучение» и «воспитание», а выступает как творение, строительство отношений ребенка с самим собою, с людьми, с окружающим миром. Формируется образ жизни, создаются условия для восхождения ребенка к культуре (Н.Е. Щуркова). А одним из ведущих направлений здесь становится творение обучающимися своего здоровья.

- Планирование работы с учетом результатов диагностики, привлечение к работе психолога. (Приложение 4)

- Разработка и подбор мероприятий в соответствии с возрастными особенностями детей и потребностями коллектива.

- Информационная работа с родителями. (Приложение 5)

- Непосредственно воспитательный процесс.

- Оценка результатов воспитательной деятельности.

По-моему мнению, деятельность классного руководителя в процессе здоровьетворения должна строиться на следующих принципах:

- *принцип природосообразности* предусматривает построение системы воспитания и образования в соответствии с особенностями развития ребенка, его потребностями в человеческом общении, в поиске смысла жизни и творческом самоутверждении;

**-** *принцип уникальности и безусловной любви* предполагает развитие неповторимости каждого ребенка, так как ответственность за своё здоровье, свою жизнь, может быть сформирована при условии, что ребенок чувствует свою нужность и желанность для других людей;

**-** *принцип дополнения* отражает осознание людьми необходимости взаимодополнять друг друга для самопознания, реализации своей жизненной задачи, сущностных сил;

**-***принцип проектирования* включает планирование материала на основе логики развития школьника, обучение его способам выбора при решении проблем, преодолений трудностей;

**-** *принцип резонанса* признает в ребенке творца от природы и определяет важность создания ситуаций для проявления им своих творческих сил.

Педагогические отношения любой направленности всегда выстраиваются в определенной среде, которая оказывает влияние на человека и вносит коррективы в воспитание (Е.Н. Степанов, Л.М. Лузина). Для осуществления вышеперечисленных принципов классный руководитель, с моей точки зрения, должен создать особенную культуротворческую среду, на которую возлагаются следующие функции:

- создание положительно-эмоционального фона жизнедеятельности обучающихся как одной из основных составляющих сохранения и укрепления здоровья детей, позволяющей сформировать ценностное отношение к здоровью;

- создание развивающей среды для реализации ребенком своих наклонностей, способностей, интересов, личностно-ориентированного общения;

- постоянное совершенствование процесса сотрудничества и сотворчества детей, классных руководителей и родителей в ходе здоровьетворческой деятельности.

Принципы здоровьетворящего образования и культуротворческая среда являются фундаментом для реализации *целевых установок* по формированию культуры здоровья обучающихся, которые, на мой взгляд, должны быть следующими:

- приобретение и усвоение знаний о том, как сохранить свое здоровье и предупредить его нарушение;

- формирование духовно-нравственных качеств личности (ответственности, честности, доброты, милосердия);

- развитие умений и навыков безопасной, здоровой жизни; воспитание культуры здоровья (поведения, питания, общения, быта, труда, отдыха, досуга и т. д.);

- воспитание трудолюбия, духовной культуры, патриотизма, национального самосознания, толерантности;

- формирование устойчивого иммунитета и негативного отношения к табаку, алкоголю, наркотикам;

- воспитание гуманистических ориентиров поведения, исключающих жестокость, насилие над личностью;

- воспитание потребности в занятии физической культурой, закаливании и совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека;

- формирование культуры взаимодействия с природой, окружающим нас миром;

- развитие умений оказать первую медицинскую помощь;

- формирование у обучающихся знаний о здоровой семье, роли родителей в воспитании здоровых детей.

Поскольку в этом взаимодействии ключевой фигурой является классный руководитель, то его управляющую деятельность **по формированию культуры здоровья обучающихся** я рассматриваю, как определенный цикл.

В современной научной литературе по внутришкольному управлению утверждается, что управление осуществляется через относительно самостоятельные, взаимосвязанные и последовательно сменяющие друг друга виды деятельности (функции):

информационно-аналитическую,

мотивационно-целевую,

планово-прогностическую,

организационно-исполнительскую,

контрольно-диагностическую

регулятивно-коррекционную.

Специфика моей деятельности, как классного руководителя, изменяет содержание и значение каждой из функций управления, и я выделяю следующие её виды:

аналитическую,

конструктивную,

организационно-исполнительскую,

профилактико-коррекционную и рефлексивно-оценочную (по В.Н. Ирхину, И.В. Ирхиной).

Моя *аналитическая функция* направлена на получение и изучение информации о состоянии здоровья, психофизиологических особенностях, социальном и семейном окружении, о процессах становления нравственных качеств воспитанников.

*Конструктивная функция* играет важную роль при подготовке к учебным занятиям и внеучебным мероприятиям и содержит:

- постановку целей и задач, определение содержания учебных занятий и внеучебных мероприятий;

- отбор здоровьесберегающих приемов, методов, технологий и средств обучения и воспитания;

*Организационно-исполнительская функция* помогает мне формировать и регулировать системы взаимодействия классного руководителя и обучающихся посредством совокупности способов и средств, направленных на достижение целей учебных занятий и внеучебных мероприятий без ущерба здоровья школьников. Её составляющие:

- организация усвоения учебного материала с учетом индивидуальных особенностей и возможностей каждого ученика;

- создание ситуации успеха, положительного эмоционального настроя, благоприятного психологического климата в классе;

- применение педагогической техники классного руководителя, обеспечивающей охрану психического здоровья обучающихся.

*Профилактико - коррекционная функция* в моей работе раскрывается в принятых специальных мерах по предупреждению, устранению или снижению имеющихся у обучающихся отклонений от нормы психофизиологического и нравственного состояния. В ходе реализации профилактической функции я решаю задачи:

- создание психоэмоционального настроя и мобилизации обучающихся посредством музыкотерапии, психогимнастики;

- снятия психоэмоционального и статического напряжения;

- профилактики зрительного и умственного утомления обучащихся;

- формирования и коррекции духовно-нравственного аспекта развития личности.

Формы и методы коррекции определяю степенью отклонения, индивидуальными особенностями психического, физического и нравственного развития обучающихся, состоянием их здоровья и самочувствием.

*Рефлексивно-оценочную* функцию я определяю как вид деятельности классного руководителя по созданию необходимой среды для самопознания и анализа обучающимися собственных мыслей и действий.

Между данными функциями существует тесная связь, они взаимодействуют между собой и, сменяя друг друга, образуют единый цикл - от подготовки до подведения итогов учебных занятий и внеучебной деятельности (Схема 1).

Схема 1

*Взаимодействие функций классного руководителя по формированию*

*культуры здоровья*

АНАЛИТИЧЕСКАЯ КОНСТРУКТИВНАЯ

РЕФЛЕКСИВНО- ОРГАНИЗАЦИОННО-

ОЦЕНОЧНАЯ ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ

ПРОФИЛАКТИКО-КОРРЕКЦИОННАЯ

Я уверена, что формирование культуры здоровья невозможно без психосоциальной компетенции обучающихся, для развития которой необходимы жизненно важные навыки, т.е. способности человека демонстрировать гибкое и адекватное поведение, позволяющее успешно решать задачи повседневной жизни (Р.Вейсен, Дж.Оли, В.Эванс, Дж. Ли, Б.Спрунгер, Д.Пеллаукс). В своей работе по формированию культуры здоровья обучающихся, я выделяю несколько жизненно важных навыков:

* *умение решать проблемы;*
* *умение творчески мыслить;*
* *умение мыслить критически;*
* *умение общаться;*
* *умение устанавливать межличностные отношения*;
* с*амоосознание*;
* *умение сопереживать*;
* *умение владеть эмоциями;*
* *борьба со cтpeccoм.*

Данные жизненные навыки формируются в процессе учебной и внеучебной деятельности, между которыми существует тесная взаимосвязь (Приложение 1).

В соответствии с вышеперечисленными функциями классного руководителя, а также навыками и умениями, которые обучающиеся должны приобрести, свою деятельность, как классный руководитель, я выстраиваю по следующим направлениям: *мониторинг показателей здоровья обучающихся, предупреждение заболеваний, организация психологической поддержки, профилактика вредных привычек, физическое воспитание, духовно-нравственное воспитание.*

*Мониторинг показателей здоровья обучающихся* - длительное наблюдение за состоянием ряда жизненно важных функций организма путем регистрации показателей этих функций. Данное направление работы я рассматриваю как источник достоверной информации об основных характеристиках здоровья, используя модель комплексной оценки показателей здоровья обучающихся (Приложение 2). В результате длительной работы мною было составлено методическое пособие для классных руководителей «Мониторинг показателей здоровья обучающихся».

***Предупреждение заболеваний***в первую очередь связываю с профилактикой утомления и переутомления школьников, с этой целью ввожу в режим дня обучающихся динамические паузы, использую музыкотерапию, библиотерапию, методы ароматерапии, фито- и физиотерапии.

При ***организации психологической поддержки*** тесно сотрудничаю с школьным психологом, который проводит психофизиологическую и социально-психологическую оценку состояния здоровья обучающихся, используя анкетные обследования для характеристики психофизиологической индивидуальности, выявления психо-эмоциональных факторов риска и проблем психосоциальной адаптации.

***Профилактика вредных привычек***включает в себя моё сотрудничество со школьным врачом, психологом, социальным педагогом и учителем физической культуры при осуществлении различных видов деятельности: проведение праздников здоровья, молодежных акций, экскурсий, встреч с узкими специалистами медицины.

***Физическое воспитание***является центральным звеном сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Работая в данном направлении, я изучаю и анализирую:

* причины пропусков занятий обучающимися уроков физической культуры;
* качество взаимодействия обучающихся и учителя физической культуры;
* активность участия обучающихся класса в спортивно-оздоровительных мероприятиях в масштабах школы;
* наличие позитивного контакта учителя физической культуры с родителями детей, имеющих проблемы в физическом и моторном развитии;
* состояние психологического климата вокруг детей с ослабленным здоровьем, с недостатками физического и функционального развития.

Регулярно организую туристические походы и посещения плавательного бассейна, ледового Дворца спорта.

***Духовно-нравственное воспитание*** осуществляю с целью формирования у обучающихся моральной воспитанности. Для чего я провожу этические беседы, лекции, дискуссии, тематические вечера, конференции, создаю воспитывающие ситуации, используя ролевые игры, тренинги для выработки этических знаний, привычек, коммуникативных умений. Организую посещение музеев и театров.

***Применение здоровьесберегающих технологий.*** В своей работе я использую методы профилактической медицины (упражнения для коррекции осанки, зрения и т.д.). Внеклассная и внешкольная работа, проводимая мной с обучающимися, включает выполнение общественной нагрузки, культурный и активный отдых на основе оздоровительных мероприятий для физического совершенствования школьников. Я провожу данную работу в учебные дни с меньшим числом учебных занятий, а также в выходные дни и во время каникул.

В своей деятельности по формированию культуры здоровья обучающихся я использую следующие формы и методы:

## 1. Методы формирования сознания включают следующие формы деятельности:

* *классные часы, и*х проведение и тематику я заранее предусматриваю при составлении плана воспитательной работы;
* *беседы и диспуты*  провожу с классом или индивидуально, предполагая интеллектуальную и эмоциональную активность школьников;
* ч*итательские конференции* помогают не только расширить кругозор обучающихся, но и усвоить нормы и принципы нравственности;
* л*екции* использую как самостоятельную форму работы школьников, а для младших подростков применяю мини-лекции, продолжительность которых не более 10-15 минут; для проведения некоторых лекций приглашаю врачей, сотрудников милиции.

*2. Методы организации деятельности и формирования опыта поведения* включают в себя ряд форм:

* *педагогическое требование*  к выполнению норм поведения, правил по организации здорового образа жизни в виде просьб, совета, намека;
* *приучение и упражнение*  содействуютформированию устойчивых способов поведения, привычек здорового образа жизни и отражают сознательные установки личности; регулярное участие в спортивных и оздоровительных мероприятиях формируют качества здоровой личности;
* *воспитывающие ситуации* я применяю с целью формирования новых норм поведения по отношению к собственному здоровью;
* *тренинги помогают мне* изменить негативные внутренние установки обучающихся (в том числе и в отношении наркотизации), пополнить их психологические знания, сформировать определенный опыт позитивного отношения к себе, к окружающим людям, к миру в целом; (Приложение)
* *круглый стол, дискуссионный клуб, д*анные формы я применяю для формирования четких позиций, оценочных суждений в отношении тех или иных представлений о здоровом образе жизни.
* *ролевые игры, представления,* имеющие своей целью в творческой непринужденной обстановке закрепить полученные навыки. (Приложение)

***3. Методы стимулирования поведения и деятельности***помогают мне формировать у обучающихся умения правильно оценивать свое поведение, что способствует осознанию ими своих потребностей, пониманию смысла жизнедеятельности. *Поощрение* применяю в различных вариантах: одобрение, похвала, благодарность, предоставление почетных прав, награждение. *Наказание* состоит в наложении дополнительных обязанностей, лишении или ограничении определенных прав; в выражении морального порицания, осуждения.

***4******. Метод игровых ситуаций* я** применяю, так как он позволяет легко, увлекательно усваивать обучающимся на практике правила здорового образа жизни. Очень часто использую и*гровые ситуации проблемно-поискового характера,* при этом методы убеждения и упражнения максимально сближаются, взаимопроникают; создаётся атмосфера естественного «вхождения» в конкретную ситуацию определенного содержания.

***5. Методы воздействия на эмоциональную сферу*** предполагают формирование необходимых навыков в управлении своими эмоциями, что благоприятно сказывается на здоровье обучающихся. Таким методом является *внушение.* Внушать - это, значит, воздействовать на чувства, а через них на ум и волю человека. Использование этого метода способствует переживанию детьми своих поступков и связанных с ними эмоциональных состояний.

***6.***  ***Методы дилемм*** я использую в своей работе для определения ценностной ориентации обучающихся. Дилеммы всегда порождают спор среди обучающихся, где каждый приводит свои доказательства, а это дает им возможность в будущем найти правильный выход из затруднительных жизненных ситуаций.

***7. Метод проектов.*** *Исследовательские проекты (*организация опроса среди своих сверстников для изучения наркогенной ситуации в школе ); *информационно - просветительские проекты* (школьная конференция по проблеме курения с предварительным анкетным опросом, выявляющим уровень информированности различных групп школьников об аспектах курения); *творческих проектов* (санитарные бюллетени о здоровом образе жизни).

Моя доброжелательность, вовремя сказанные слова одобрения, справедливая, хотя и строгая, оценка успехов, уважительное отношение к обучающимся любого возраста формируют благоприятный психологический климат в классном коллективе, создает положительный эмоциональный фон, который способствует лучшему усвоению знаний обучающимися и формированию культуры здоровья.

**Результативность моей исследовательской работы**

отражается в мониторинге показателей здоровья обучающихся 7 класса «б» с 2006 по 2008 год (см. диаграммы)

**2006 - 2007 учебный год**

**6 класс «б» (количество обучающихся – 22 человек)**

**2006 -2007 учебный год**

**7 класс «б» (количество обучающихся – 22 человек)**

Представленные диаграммы показывают динамику улучшения всех составляющих здоровья обучающихся 7 «б» класса в период с 2005 по 2007 годы.

Процесс формирования культуры здоровья не приводит к моментальным результатам. Эффективность моей работы в этом направлении подтвердилась положительными тенденциями по ряду показателей:

- активное использование обучающимися оздоровительных процедур: прогулки на свежем воздухе — 74,1%;

спортивные игры — 55,6%;

бег — 51,8%;

оздоровительные игры — 37,0%;

утренняя гимнастика — 44,4%.

- рост числа обучающихся, занимающихся в спортивных секциях: в 5-м классе (2005-2006 учебный год) - 21,4% ;

в 6-м классе (2006-2007 учебный год ) - 44,4% ;

7-м классе (2007-2008 учебный год) - 66,7%.

- уровень усвоения материала учебных занятий и внеучебных мероприятий - рефлексивно – созидающий, то есть у обучающихся возникает потребность создать свое, выразить себя в творческих работах (сценариях, рефератах, исследовательских работах);

- обучающиеся овладевают практическими навыками оздоровительных методик, навыками укрепления здоровья, санитарно-гигиеническими навыками и другое.

Уровень воспитанности учащихся по результатам диагностики заметно вырос.

Коллектив учащихся стал победителем школьного конкурса «Класс года» в прошлом 2007-2008 учебном году, думаю, благодаря общему духу соревновательности и творчества, воспитанных по данной системе. (Приложение 7)

В 2007-2008 учебном году я стала победителем школьного конкурса среди классных руководителей «Самый классный классный».

(Приложение 7)

В 2008-2009 учебном году стала номинантом в краевом конкурсе лучших классных руководителей.

**Библиографический список**

1. Формы и методы работы в образовательном учреждении по профилактике наркотической зависимости. Методическое пособие/ Составители: Аронова Е.Ю. и др. Краснодар, Изд-во Кубанского государственного университета, 2004.
2. Организация и содержание работы по профилактике наркомании среди подростков и молодежи в образовательных учреждениях. Методическое пособие. Составители: Азлецкая Е.Н. и др. Краснодар. Изд-во Кубанского госуниверситета, 2008.
3. Поверенная И.О., Чепелева Л.М. Организация работы по профилактике девиантного поведения детей и подростков. Краснодар, ККИДППО, 2006.
4. Организация и оценка здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения. Руководство для работников системы общего образования. М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004.
5. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами. Сборник методических материалов. М. «АПКиПРО», 2002.
6. Вострокнутов Н.В. Антинаркотическая профилактическая работа с несовершеннолетними групп социального риска: руководство для специалистов социальных практик. М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004.
7. Янушкявичене О. Основы нравственности. Методическое пособие для учителя. М. «Про-пресс», 2008.
8. Кулинич Г.Г. Вредные привычки: профилактика зависимостей. М.: «Вако», 2008.
9. Ягодинский В.Н. Школьнику о вреде никотина и алкоголя. М. «Просвещение», 1986.