

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»
Факультет социально-педагогических технологий
Кафедра социальной работы

**СОЦИАЛЬНАЯ РАБОТА ПО
ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА
ЖИЗНИ МОЛОДЁЖИ (НА ПРИМЕРЕ ГУО
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №5 Г. БРЕСТА»)**

ДИПЛОМНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА 5 КУРСА, 500 ГРУППЫ
ФАКУЛЬТЕТ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ
КИВАКА ЕВГЕНИЙ НИКОЛАЕВИЧ

НАУЧНЫЙ РУКОВОДИТЕЛЬ: КАНДИДАТ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК, ДОЦЕНТ ТИМАШКОВА
ЛИЛИЯ НИКОЛАЕВНА

Важнейшей ценностью для человека является здоровье.

- **Цель исследования** – выявить средства социальной работы по формированию культуры здорового образа жизни у школьников.
- **Объект исследования** – учащиеся старших классов ГУО «Средняя школа № 5 г. Бреста».
- **Предмет исследования** – социальная работа по формированию культуры здорового образа жизни у детей старшего школьного возраста.
- **В дипломной работе были использованы следующие методы исследования:** изучение и теоретический анализ научно-методической и психолого-педагогической литературы; анкетирование; наблюдение; беседа; изучение и анализ опыта социальной работы;

ЗАДАЧИ

- 1. Изучить сущность понятий «здо-ро-вье», «здоровый об-раз жиз-ни», «куль-ту-ра здо-ро-во-го образа» жизни че-ло-ве-ка.
- 2. Определить основные направления социальной работы по формированию здорового образа жизни учащихся.
- 3. Разработать и апробировать методы и средства социальной работы, способствующие формированию у учащихся культуры здорового образа жизни.

- **Эмпирическая база исследования:** исследование проводилось в 9-11 классах ГУО «Средняя школа № 5 г. Бреста», выборка составила 60 человек.
- **Практическая значимость работы:** результаты исследования могут быть использованы специалистами по социальной работе, занимающихся проблемами воспитания у школьников культуры здорового образа жизни.

ЗДОРОВЬЕ И КОМПОНЕНТЫ

- Анализ научной литературы показывает, что понятие «здоровье» обозначает состояние полного душевного, физического, социального благополучия.
- Учёные выделяют такие компоненты здоровья, как соматическое, физическое, психическое, нравственное.
- Здоровье человека зависит от четырёх групп факторов: наследственность, т.е. предрасположенность к наследственным заболеваниям; социальная среда и образ жизни в ней, экологические и природно-климатические условия, возрастные изменения.

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

- Нам близка точка зрения исследователя Чумакова Бориса Николаевича., который под здоровым образом жизни понимает «типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально-психологических ситуаций».
- Здоровый образ жизни как система складывается из трех основных и взаимосвязанных элементов, трех культур: культуры питания, культуры движения и культуры эмоций.

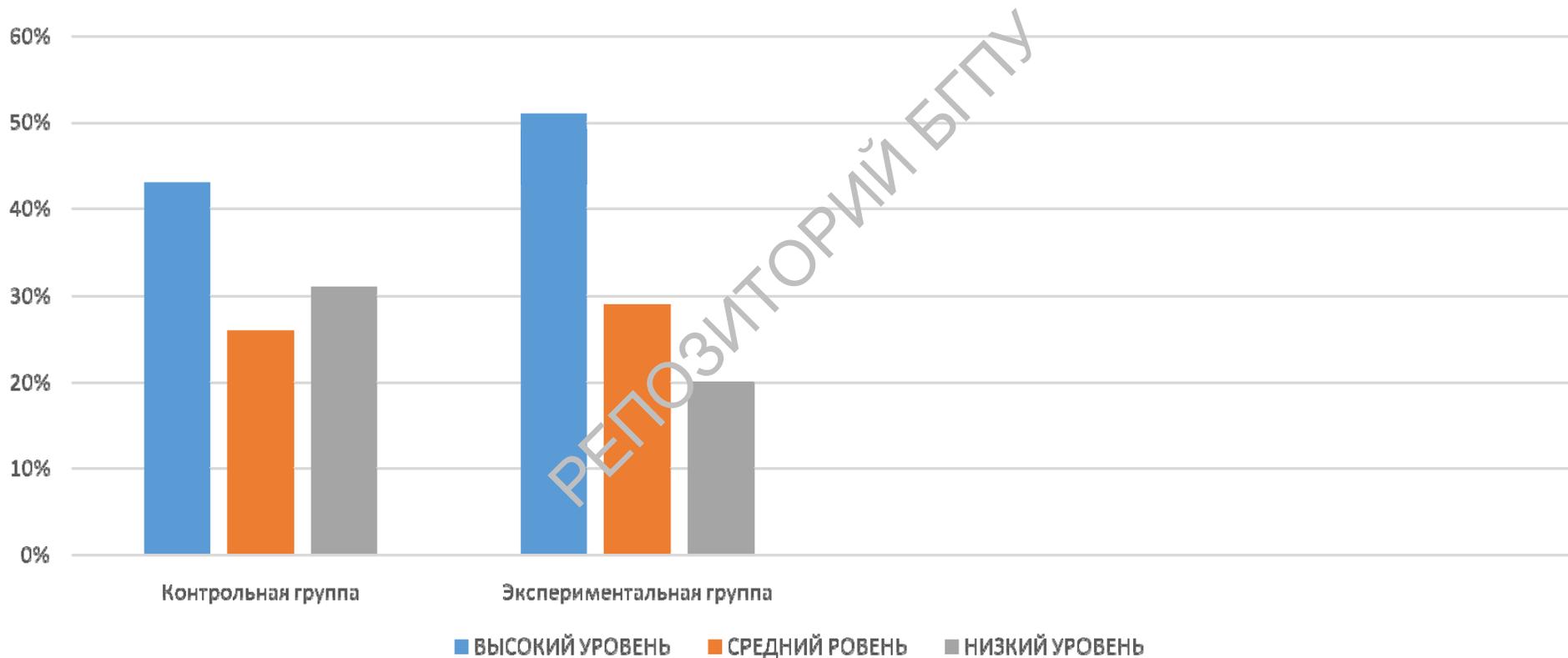
Здоровьесберегающие технологии

- Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.
- К методам, применяемым в процессе педагогики оздоровления, можно отнести следующие: рассказ, беседа, иллюстрация, видеометод, практический, ситуационный, игровой, соревновательный методы, активные методы обучения.

На основе сущностных характеристик культуры здорового образа жизни старшеклассников, мы выделяем три основных уровня сформированности культуры здорового образа жизни старшеклассников. К ним относятся: низкий, средний и высокий.

В эксперименте участвовали 28 учащихся 9-ых классов, далее контрольная группа, и 32 учащихся 10-11-ых классов, далее экспериментальная группа.

Уровень сформированности здорового образа жизни учащихся



ФОРМЫ И ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УЧРЕЖДЕНИИ ОБРАЗОВАНИЯ

- Урочная и внеурочная спортивно – оздоровительная деятельность (спорт.секции и тд.)
- Соревнования и спортивные праздники
- Туризм, краеведение (слёты, походы, погулки и тд.)
- Профилактика заболеваний у учащихся и сотрудников школы (беседы, лекции, встречи)
- Исследовательская работа. Мониторинг (анкетирование, диагностика)

«Мы за здоровый образ жизни»

- В рамках нашего исследования и реализации программы, с экспериментальной группой был проведен ряд мероприятий:
- Информационный час «Здоровый человек - счастливый человек» [Приложение 3]
- Внеклассное мероприятие «Вредные привычки или здоровье?» [Приложение 4]
- Викторина о вреде курения. [Приложение 5]
- Воспитательное мероприятие «За тридевять земель в царствие наркомании» [Приложение 6]
- Брей-ринг «Курению – нет» [Приложение 7]
- Классный час «Курить - здоровью вредить!» [Приложение 8]
- Вечер для старшеклассников «Мы за здоровый образ жизни» [Приложение 9]

Проведенная нами работа принесла положительные результаты по формированию у школьников здорового образа жизни, привела к переоценке детьми своего образа жизни в связи с изменением их представлений о здоровом образе жизни, о необходимости ведения здорового образа жизни.



Показатели распределились следующим образом: высокий уровень представлений – 77% учащихся экспериментальной группы, средний уровень - 21%, низкий - 2%.

Таким образом, наблюдалась положительная динамика в формировании представлений учащихся о здоровом образе жизни и изменении собственного образа жизни у учащихся обеих групп, в экспериментальной группе положительная динамика более выражена.

Таким образом, программа, направленная на формирование здорового уровня жизни, обеспечивает положительные сдвиги в оценках по показателям целостного отношения к здоровью, положительную динамику в формировании навыков здорового образа жизни, навыков самодисциплины, саморегуляции и саморазвития.

Целенаправленная работа по воспитанию культуры здорового образа жизни способствовала построению учащимися личной стратегии здоровотворчества, формированию умений и навыков здоровьесбережения, укреплению здоровья школьников.

Благодарю за внимание.