

Городской центр психолого-медико- социального сопровождения

О.Ю. Камакина, к.пс.н., зам.
директора

Причины ухудшения здоровья детей

- Снижение уровня качества жизни.
- Расслоение общества, когда появляются слои общества с очень высоким уровнем дохода и другие слои, не имеющие материальных и психических ресурсов для жизни в современных условиях.
- Перенос основной ответственности за состояние здоровья с государственных структур на самих граждан.
- Особенности российской культуры в отношении к своему здоровью, забота о здоровье начинается как вынужденная реакция на плохое самочувствие.
- Повышение психофизических нагрузок современных школьников, совмещение учебы и трудовой деятельности детей из низко обеспеченных семей.
- Сложность трудоустройства после получения профессии, отсутствие четкой жизненной перспективы у молодежи.
- Отсутствие позитивной системы социального воспитательного воздействия (отрицательное влияние СМИ, прессинг рекламных предложений, легкая доступность алкогольной продукции, ПАВ).

Цель деятельности ГЦПМСС

приобщение участников образовательного процесса (школьников, педагогов, родителей) к здоровому образу жизни, как основе сохранения и укрепления здоровья.



Физическое

Социальное

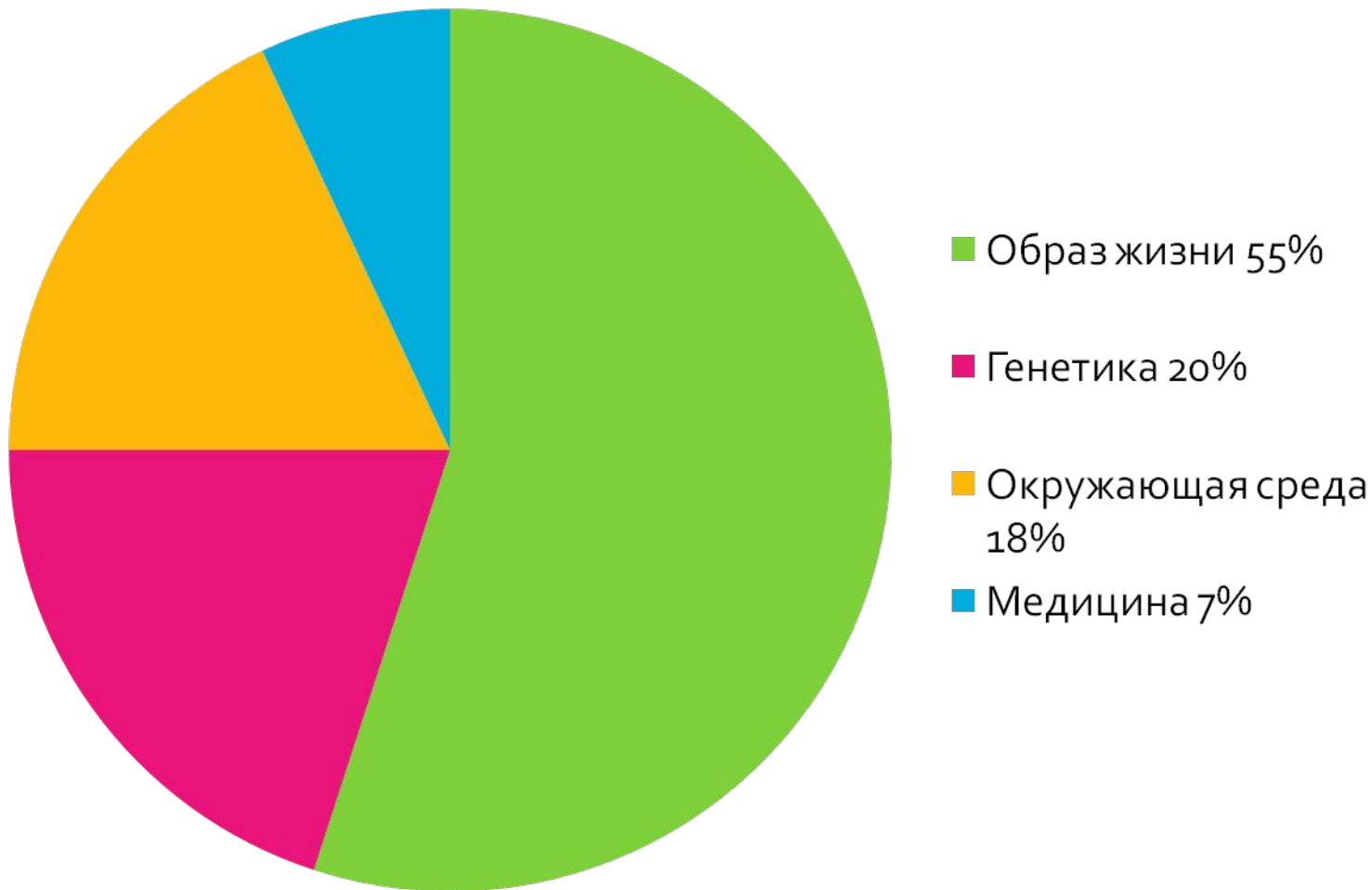
Психическое

Здоровье

Личностное

Нравственное

Влияние факторов на здоровье



- **Образ жизни** включает в себя три категории.

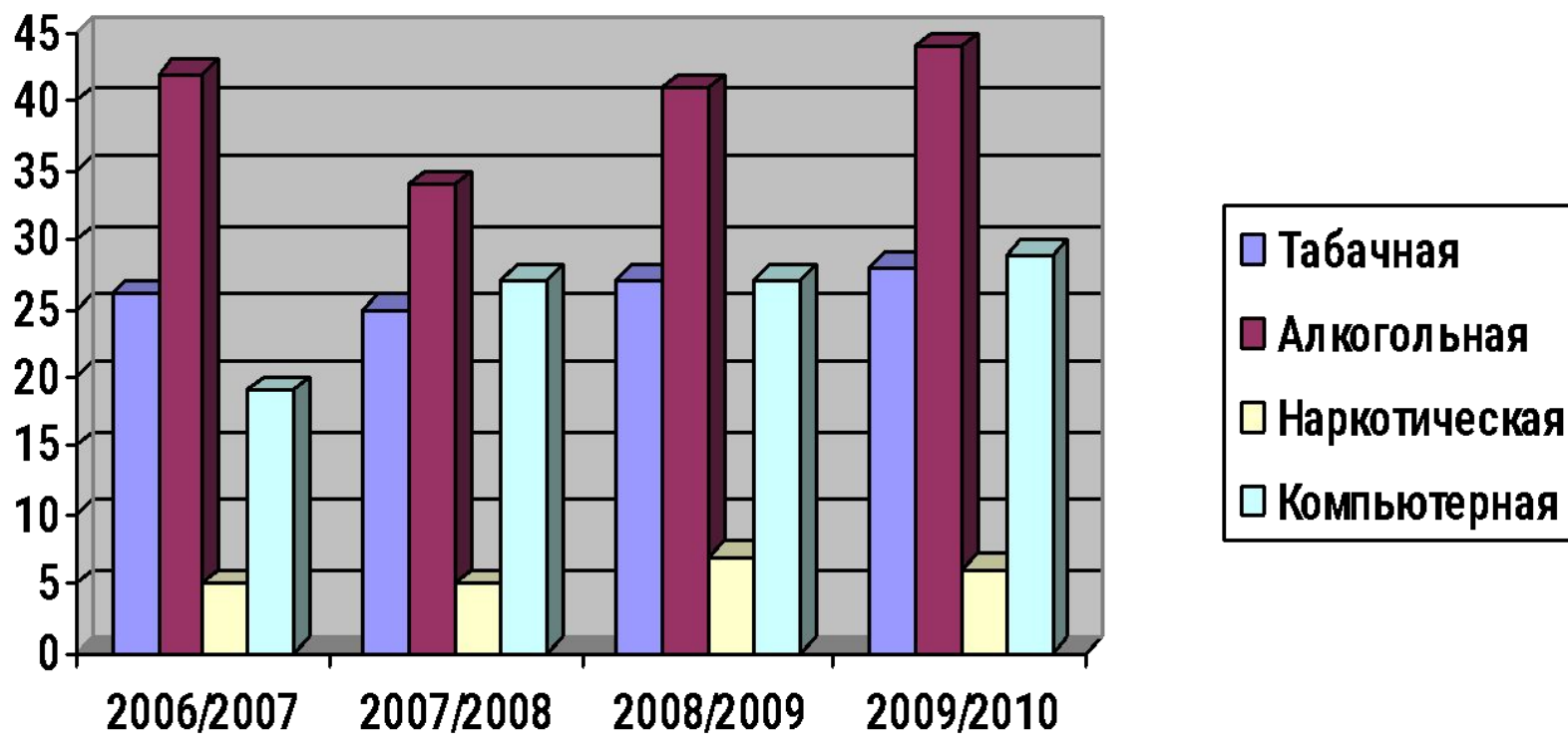
Уровень жизни – это степень удовлетворения материальных, культурных, духовных потребностей (в основном экономическая категория);

качество жизни – характеризует комфорт в удовлетворении человеческих потребностей (преимущественно социологическая категория);

стиль жизни – поведенческая особенность жизни человека, т.е. определенный стандарт, под который подстраивается психология и психофизиология личности (социально-психологическая категория).

- **Отношение к здоровью** - система индивидуальных, избирательных связей личности с различными явлениями окружающей действительности, способствующими или, наоборот, угрожающими здоровью людей, а также определенная самооценка индивидом своего физического и психического состояния и организованная самим человеком жизнедеятельность, способствующая или угрожающая сохранению здоровья, личностному росту, творческому функционированию.

Данные мониторинга по изучению проблемы зависимостей у подростков



Подходы к сохранению здоровья (Фролова С.В.)

- **Медицинский** : ориентация на сохранение здоровья за счет профилактических мероприятий
- **Психологический**: ориентация на выделение детей «группы риска» по отклоняющемуся поведению и помощь детям с психологическими проблемами
- **Образовательный**: ориентация на введение знания общественных техник и практик сохранения здорового образа жизни в содержание образовательного процесса
- **Физический**: физическое воспитание, ориентированное преимущественно не на прямую состязательность и спортивные достижения, а на физическую индивидуальность ребенка
- **Социальный**: ориентация на повышение социально-коммуникативной компетентности обучающихся в образовательном процессе.

Технология – это любое средство преобразования исходных материалов, будь то люди, информация или физические материалы, для получения желаемой продукции или услуг.

Технология – это система алгоритмов, способов и средств, комплексное применение которых ведет к заранее намеченным результатам деятельности, гарантирует получение продукта заданного количества и качества.

Классификация здоровьесберегающих технологий:

- Медико-гигиенические технологии.
- Физкультурно-оздоровительные технологии.
- Экологические здоровьесберегающие технологии.
- Технологии обеспечения жизнедеятельности.
- Здоровьесберегающие образовательные технологии.

(Н.К.Смирнов)

Городской центр психолого-медико-социального сопровождения, диагностики и консультирования школьников



Пассивная профилактика заболеваний – обеспечение здоровых и безопасных условий жизни детей: действия, мероприятия, способствующие сохранению здоровья, в которых сознательная активность самих детей минимальна.

Активная профилактика заболеваний – формирование мотивации сохранения и укрепления здоровья у детей, то есть активного желания самому заботиться о своем здоровье.

Схема совместной работы общеобразовательной школы и Городского Центра

Школьники

**1. Создание оптимальных
внешнесредовых условий**

Выполнение
требований СанПиН

Доброжелательный
социально-психологический
климат

Здоровьесберегающие
образовательные
технологии

**2. Формирование у школьников навыков
здорового образа жизни, ответственного
отношения к своему здоровью**

Через содержание
учебных предметов

Введение
факультативных
курсов

Внеклассные
мероприятия

Занятия
по программе
и консультирование
специалистов ГЦ

Схема совместной работы общеобразовательной школы и Городского Центра

Педагоги

Мотивация
пед.коллектива
на работу
по проблеме
здоровья

Повышение
личной
ответственности

Занятия со
специалистами
ГЦ

Психологически
е
тренинги

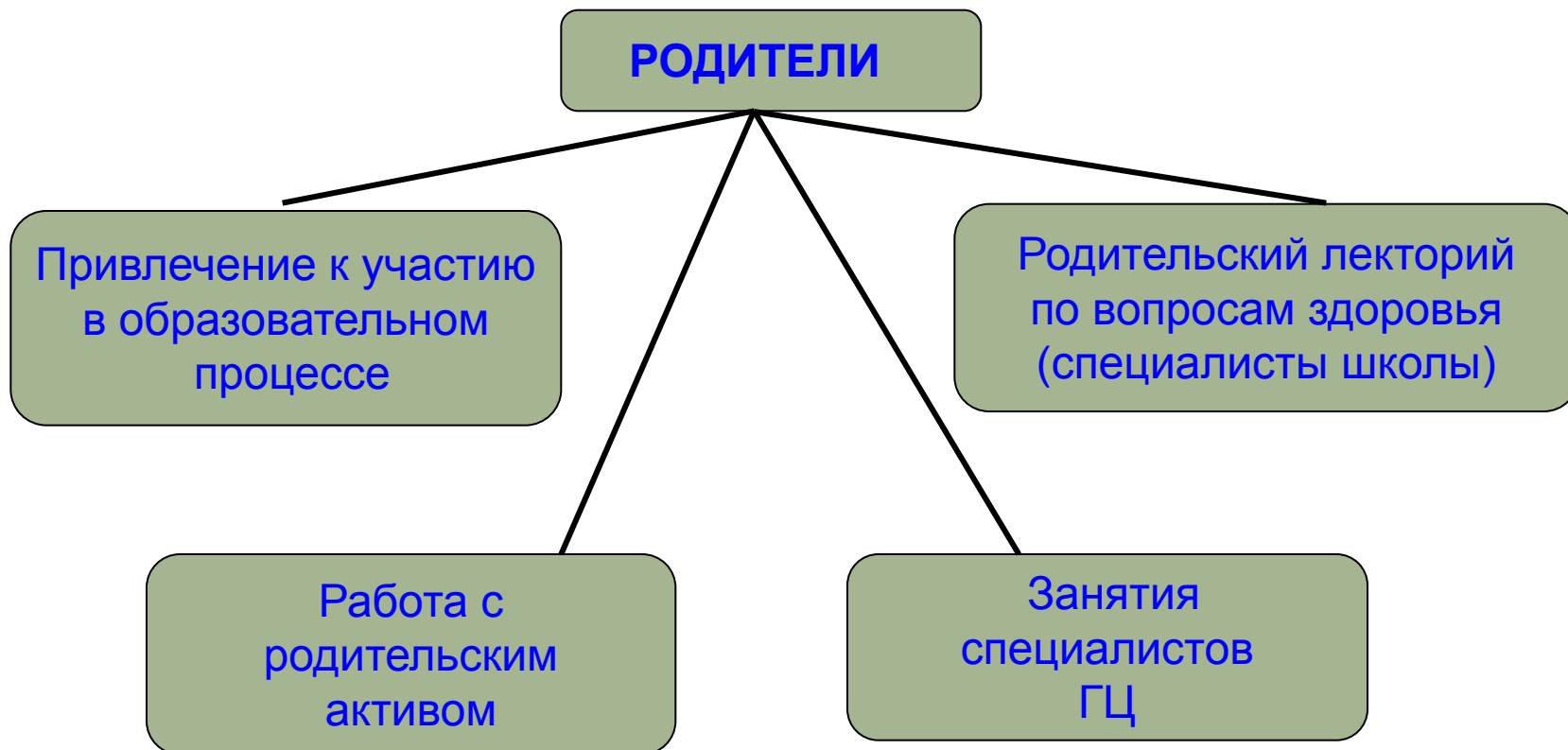
Повышение
квалификации

Психолого—
педагогические
семинары

Овладение
лично-
ориентированными и
здоровьесберегающи
ми
технологиями

Группы
здоровья

Схема совместной работы общеобразовательной школы и Городского Центра



Образовательная программа «Путь в здоровье»

Цель программы: приобщение школьников к здоровому образу жизни, как основе сохранения и укрепления физического, психического и социального здоровья.

Задачи программы:

- образовательная: усвоение новых знаний, умений, навыков, способов получения и применения знаний и умений в сфере здорового образа жизни;
- воспитательная: формирование убеждений, нравственных привычек, определенных качеств личности, способствующих сохранению и укреплению своего здоровья;
- развивающая: формирование и развитие интеллектуальных способностей, формирование приемов самостоятельной познавательной здоровьесберегающей деятельности.

Организация учебно-воспитательного процесса в школах г. Ярославля по профилактической программе «Путь в здоровье» обеспечивает решение задачи системно-ориентированного сопровождения МОУ ГЦПМСС (активной профилактики) в сфере фронтальной профилактической работы с детьми.

Содержание программы

Основные блоки психолого-педагогического раздела программы:

- Общение
- Семья
- Самопознание
- Самовоспитание
- Саморазвитие и самореализация
- Эмоциональная саморегуляция
- Управление здоровьем

Методы:

практические занятия, обсуждение проблемных вопросов, дискуссии, анализ ситуаций, ролевые игры, психотренинговые упражнения, разыгрывание ситуаций, проведение и анализ результатов психологического тестирования.

Оценка эффективности

- В результате обучения у школьников формируются различные **компоненты отношения к здоровью:**
- - ценностно-смысловой компонент отношения к своему здоровью («Я хочу быть здоровым...»);
- - когнитивный компонент как система знаний о ЗОЖ («Я знаю...»);
- - эмоционально - волевой компонент как принятие осознанного решения быть здоровым («Я могу...»);
- - деятельностный компонент, проявляющийся в конкретных поступках, мнениях, навыках, обеспечивающих ЗОЖ («Я умею и действую...»).

Основные условия эффективности психолого-педагогического

сопровождения :

- взаимодействие педагогов-психологов со школьниками как во фронтальном, так и в индивидуальном сопровождении;
- обучение здоровому образу жизни не только школьников, но и родителей, и педагогов, и административное звено, и других участников образовательного процесса;
- расширение деятельности на местах, посредством привлечения внутренних ресурсов образовательного учреждения
- овладение более современными технологиями, формами и методами работы;
- сочетание деятельности разных специалистов, не только педагогов-психологов, но и врачей, социальных педагогов, юристов; поскольку у каждого есть свои специфические задачи в приобщении школьников к здоровому образу жизни;
- распространение и популяризация технологий работы с детьми по вопросам здорового образа жизни.