**ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА И КЛАССНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ПОДРОСТКОВ**

**Беремжанова Айнагуль*,***

*Магистрант образовательной программы* 7М01101 - «*Педагогика и психология»*

*Кокшетауского университета им. А. Мырзахметова*

Успех воспитательной работы школы в значительной степени определяется тем, насколько эффективно школа взаимодействует со средой, использует потенциал социума, в котором находится, насколько тесны ее контакты с семьей. Основное внимание сегодня школа призвана уделять той среде, где дети и подростки проводят большую часть свободного времени [1, 32].

Школьный психолог в образовательном учреждении способствует созданию комфортной и безопасной обстановки, обеспечению охраны их жизни и здоровья. Создаёт условия для развития талантов, умственных и физических способностей обучающихся во внеурочное время. Участвует в разработке, утверждении и реализации образовательных программ учреждения, несёт ответственность за качество их выполнения в пределах своей компетенции [2].

Благодаря совместным действиям школьного психолога и классных руководителей, подросток должен укрепиться в мысли о том, что именно он ответственен за свое собственное здоровье и должен рассматривать его как высшую ценность. Всю свою деятельность по формированию здорового образа жизни школьный психолог проводит с учетом возрастных и индивидуальных морфофизиологических и психологических особенностей детей и взрослых. При этом особое внимание следует уделять таким возрастным этапам, как дошкольный, подростковый и юношеский, когда имеет место особенно интенсивный рост и перестройка функционального состояния всех систем жизнедеятельности развивающегося организма. Обязательными также являются научно обоснованные представления о стадиях полового развития девочек и мальчиков. Существенное значение имеет и правильная оценка психологической ситуации в семье, группе детского сада, классе школы, неформальном объединении и клубе подростков. Забота о здоровье подопечных – составляющая охранно-защитной функции социального педагога. К задачам педагога-психолога по защите прав ребенка на охрану здоровья можно отнести:

- социо-психолого-педагогическую профилактику укрепления и охраны здоровья, реализацию прав ребенка на здоровье, закрепленных в Конвенции о правах ребенка;

- щадящую корректировку индивидуальных качеств и контактов личности [2, с.33].

Основными требованиями к психолого-педагогической деятельности в связи с реализацией задач защиты права ребенка на охрану здоровья являются следующие:

Профессионально-этическая ответственность специалистов за профилактику и охрану физического, психологического, социального здоровья личности;

Гуманность, проявление обнадеживающего сочувствия и бережного отношения к страдающим и больным детям, учет особенностей личности и индивидуальных черт характера, вариантов поведения, нюансов отношения к жизни, учебе и здоровью;

Способность педагога сохранять собственное здоровье и обучать этому детей;

Умение предупреждать собственные неврозы и устранять психолого-педагогическими средствами причины, их вызывающие;

Позитивное отношение к личностному росту ребенка, поощрение в ребенке чувства собственного достоинства в деятельности и отношениях с людьми;

Учет возможностей природной и социокультурной среды, конкретного пространства жизнедеятельности;

Сопряжение заинтересованных усилий педагога, врача и семьи с активностью самого ребенка в становлении его физического, психического, социального здоровья [3].

Определенные права в отношении защиты прав ребенка на охрану здоровья имеют несовершеннолетние, например:

- право на диспансерное наблюдение и лечение в детской и подростковой службе в порядке, устанавливаемом Министерством здравоохранения;

- право на медико-социальную помощь и питание на льготных условиях;

- право на санитарно-гигиеническое образование, на обучение и труд в условиях, отвечающих физиологическим особенностям несовершеннолетних, состоянию их здоровья и исключающих воздействие на них неблагоприятных факторов;

- право на бесплатную медицинскую консультацию за счет средств бюджета всех уровней при определении профессиональной пригодности;

- право на получение необходимой информации о состоянии здоровья в доступной для них форме;

- несовершеннолетние в возрасте старше 15 лет имеют право на добровольное информированное согласие на медицинское вмешательство или отказ от него [4, с.72].

Организуя профилактическую работу, можно использовать следующие формы:

- комплексные консультации специалистов для школьников и их родителей, проводимые на основании данных социально-психологической, психолого-педагогической и медицинской диагностики, как отдельных учащихся, так и класса в целом;

- оздоровление психосоциальной среды развития ребенка;

- предупреждение психологических перегрузок в процессе обучения, оказывающих негативное влияние на психику ребенка;

- проведение социального закаливания детей и подростков с целью подготовки их к стрессовым ситуациям, обучение их рациональным способам снятия психо-эмоционального напряжения в проблемных ситуациях [5].

Выделяют виды профилактической работы школьного психолога и классных руководителей по реализации права подростков на охрану здоровья:

- вовлечение детей в деятельность по охране своего физического, эмоционального и социального здоровья;

- обучение культуре использования свободного времени с учетом возможностей и потребностей личности, количества часов, отведенных на те или иные занятия, общего режима в школе и семье;

- обучение способам наблюдения за своим состоянием и его саморегуляция в деятельности и общении;

- формирование этнокультуры детей;

- пропаганда, в том числе и на личном примере, здорового образа жизни;

- информирование о возможных негативных последствиях вредных привычек, бездумного отношения к собственному здоровью.

- контроль и регулирование формирования и реализации валеологической культуры во внутришкольной жизни [6].

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) является основой профилактики заболеваний и укрепления здоровья детей. Работа по формированию ЗОЖ в общеобразовательном учреждении должна вестись в соответствии с принципами здоровьесберегающей педагогики [7, с.19]: ненанесения вреда; приоритета действительной заботы о здоровье учащихся и педагогов; триединого представления о здоровье; субъект-субъективного взаимодействия педагога с учащимися; формирования ответственности учащихся за свое здоровье; за результатами.

В работе психолога должны учитываться школьные факторы, негативно воздействующие на здоровье учащихся [8, с.32]: несоблюдение гигиенических требований в организации образовательного процесса; перегруженные учебные программы, несовершенство учебных программ и общеобразовательных технологий, а также интенсификация учебного процесса; недостаток двигательной активности; недостаточная компетентность педагогов в вопросах здоровья и здорового образа жизни; неправильное (нерациональное) питание учащихся; низкий уровень культуры здоровья учащихся, их неграмотность в вопросах здоровья;неблагополучное состояние здоровья педагогов.

Программы по формированию ЗОЖ для образовательных учреждений ставят перед школьными психологами и классными руководителями следующие задачи:

1) Научить детей определять свое состояние и ощущения.

2) Сформировать у школьников активную жизненную позицию.

3) Сформировать у учащихся представления о своем теле и организме.

4) Учить детей укреплять и сохранять свое здоровье.

5) Привить школьникам осознание необходимости движений в физическом развитии человека.

6) Обучать правилам безопасности при выполнении физических упражнений и различных видов деятельности.

7) Привить детям умения оказывать элементарную помощь при травмах.

8) Формировать у учащихся представления о том, что полезно и что вредно для организма [9].

Работа по формированию здорового образа жизни должна проводиться в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями участников образовательного процесса. Для этого необходимо обеспечение условий физического, психического, социального и духовного комфорта, способствующих сохранению и укреплению здоровья субъектов образовательного процесса, их продуктивной учебно-познавательной и практической деятельности, основанной на научной организации труда и культуре здорового образа жизни личности.

**Формирование здорового образа жизни школьников включает в себя четыре составляющих:**

**1. Создание информационно-пропагандистской системы повышения уровня знаний о негативном влиянии факторов риска на здоровье, возможностях его снижения**

**2. Второе важное направление формирования здорового образа жизни - «обучение здоровью».** Это комплексная просветительская, обучающая и воспитательная деятельность, направленная на повышение информированности по вопросам здоровья и его охраны, на формирование навыков укрепления здоровья, создание мотивации для ведения здорового образа жизни, как отдельных людей, так и общества в целом.

**3. Меры по снижению распространенности курения и потребления табачных изделий, снижению потребления алкоголя, профилактика наркомании.**

**4. Побуждение населения к физически активному образу жизни, занятиям физической культурой, туризмом и спортом, повышение доступности этих видов оздоровления** [10].

Являясь целостным социально-психологическим явлением, здоровье школьника представляет интегративный критерий качества современного образования. Подготовить учащегося к самостоятельной жизни - это значит сформировать у него адекватные механизмы физиологической, психологической, социальной адаптации к окружающей действительности, готовность к самостоятельному жизнепроживанию. Деятельность по созданию условий для сохранения здоровья учащихся в обязательном порядке должна учитывать те факторы, которые влияют на здоровье ребенка: и экологические, и социальные, и санитарно-гигиенические.

Анализ литературы по исследуемой проблеме позволил нам представить функциональные обязанности школьного психолога и классного руководителя по формированию здорового образа жизни подростков в таблице 1.

Таблица 1.-Функциональные обязанности школьного психолога и классного руководителя по формированию здорового образа жизни подростков

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Школьный психолог | Классный руководитель | Совместные формы работы по формированию здорового образа жизни | Ожидаемые результаты совместной деятельности |
| психолого-педагогическая профилактика укрепления и охраны здоровья, реализация прав ребенка на здоровье, закрепленных в Конвенции о правах ребенка | санитарно-гигиеническая работа по организации жизнедеятельности детей в школе | комплексные консультации специалистов для школьников и их родителей, проводимые на основании данных психолого-педагогической и медицинской диагностики, как отдельных учащихся, так и класса в целом | Создание безопасных условий жизнедеятельности обучающихся и охрана труда работников |
| вовлечение детей в деятельность по охране своего физического, эмоционального и психического здоровья | организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике частых заболеваний учащихся | подготовка подростков к стрессо-вым ситуациям, обучение их рациональным способам снятия психо-эмоционального напряжения в проблемных ситуациях | Снижение уровня заболеваемости детей школьного возраста |
| поддержка детей, попавших в экстремальные ситуации | организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике детского травматизма на дорогах | предупреждение психологических перегрузок в процессе обучения, оказывающих негативное влияние на психику ребенка | Снижение детского травматизма, знание и соблюдение правил дорожного движения и техники безопасности |
| изучение жизнедеятельности ребенка вне школы | организация и проведение в классном коллективе мероприятий по профилактике наркомании, токсикомании, табакокурения | организация психолого-педагогических консилиумов с целью анализа поведения и развития школьников, условий для более полного раскрытия их возможностей | Снижение уровня детей группы «риска» |
| координация работы педагогического коллектива с трудными детьми, семьями, с окружающей социальной микросредой и общественностью микрорайона | организация и проведение профилактической работы с родителями | совместные семинары для учащихся и их родителей, посвященные проблемам девиантного поведения | стимулирование повышения внимания школьников и их родителей к вопросам ЗОЖ |
| обучение культуре использования свободного времени с учетом возможностей и потребностей личности, количества часов, отведенных на те или иные занятия, общего режима в школе и семье | организация и проведение исследования уровня физического и психофизического здоровья учащихся | проведение практикумов с детьми и их родителями, где обсуждаются вопросы отклонения в поведении, их причины, пути преодоления и способы коррекции | улучшение качества знаний по всем предметам школьной программы |
| обучение способам наблюдения за своим состоянием и его саморегуляция в деятельности и общении | Организация и проведение диагностик уровня и качества знаний правил гигиены, | выявление причин девиантного поведения конкретного ученика или группы школьников | Усвоение основных понятий, определяющих управление собой |
| пропаганда, в том числе и на личном примере, здорового образа жизни | информирование о возможных негативных последствиях вредных привычек, бездумного отношения к собственному здоровью | разработка программ коррекционной работы, как на индивидуальном, так и на групповом уровне | Уменьшение детей склонных к вредным привычкам |
| контроль и регулирование формирования и реализации валеологической культуры во внутришкольной жизни | Проведение внеклассным мероприятий по ЗОЖ, | реализация разрабатываемых программ на уровне школы | Создание системы мониторинга состояния здоровья детей |

Таким образом, мы видим, что основная функция школьного психолога – координация всех субъектов воспитательного процесса по формированию здорового образа жизни подростка.

Взаимодействие школьного психолога, классного руководителя, школьного врача и психолога имеют своей целью совместное выявление проблем, возникающих у ребенка или группы людей в поведении, прогнозирование развития личности ребенка и его поведенческих проявлений, возможного развития группы школьников и организацию работы по профилактике здрового образа жизни.

**Список литературы**

1. Поляков С.Д. Социальное воспитание: вечное и современное // Социальная педагогика. - 2018. - №1.- С. 121 - 125.
2. Беляев В.И. Социальная педагогика: перспективы развития // Педагогика, 2019. - №1.- С. 31-38.
3. Василькова Ю.В. Методика и опыт работы социального педагога. – М.: Педагогика, 2020. – 215 с.
4. Справочник социального педагога: 5-11 классы / Авт.-составитель Т.А. Шишковец. – М.: ВАКО, 2017. – 336 с.
5. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе: Методические рекомендации по преодолению перегрузки учащихся. - М.: Вентана-Граф, 2018. - 112 с.
6. Социальная педагогика: Курс лекций/ Под общей ред. М.А. Галагузовой. – М.: Гуманит. изд. ВЛАДОС, 2019. – 416 с.
7. Митина Е.П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра // Начальная школа. - 2016.- № 6. - С.56.
8. Чурекова Т.М., Блинова Н.Г., Сапего А.В. Содержание здоровьесберегающего сопровождения в системе непрерывного образования // Валеология, 2018. - №4. - С.67-70.
9. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. - М.: ВАКО, 2017. - 297 с.
10. Дубровский В.И. Валеология здорового образа жизни.- М.: Наука, 2021. – 115 с.
11. Алимов Т. и др. Профилактическая программа формирования здорового образа жизни в гимназии // Воспитание школьников. - 2018. - № 8. – С.11-16.