

### **9.1.Сформированность культуры здоровья у педагогического коллектива (состояние здоровья учителей, их образ жизни и отношение к своему здоровью, участие в оздоровительных мероприятиях для педагогического коллектива)**

Здоровьесберегающая деятельность будет тем эффективнее, чем выше уровень культуры здоровья всех субъектов образовательного процесса. Поэтому актуальным становится воспитание культуры здоровья у самих педагогов, формирование у них стремления к сохранению здоровья. Культура здоровья учителя - целостное личностное образование, представляющее собой единство приоритета ценностей здоровья, высокой активности по их освоению и трансляции в профессиональной деятельности, глубоких знаний о путях и средствах эффективного формирования, сохранения и укрепления здоровья. Процесс формирования культуры здоровья учителя представляет собой последовательность некоторых этапов. На первом этапе актуализируются возможности культуры здоровья для поддержания собственного благополучия, самосовершенствования в различных сферах жизнедеятельности. На втором этапе осознается значимость культуры здоровья не только для собственного благополучия, но и для построения образовательного процесса нового типа - здоровьесберегающего, цель которого - сбережение здоровья всех его участников, что будет способствовать оздоровлению общества в целом.

Педагог должен быть заинтересован во внедрении и распространении здоровьесберегающих технологий в практику обучения и воспитания.

Формирование ценностного отношения педагогов к своему здоровью и здоровью учащихся, как необходимому условию физического, психического и социального благополучия человека, определено требованиями Государственного стандарта к уровню подготовки лиц по специальностям педагогического профиля. Современные требования к укреплению здоровья и формированию здорового образа жизни детей и подростков в учебном процессе сформулированы в концепции Европейского регионального бюро ВОЗ, Совета Европы и Комиссии европейского сообщества «Европейская сеть школ укрепления здоровья». Расширение объёма знаний по вопросам сохранения и укрепления здоровья способствуют повышению уровня культуры здоровья педагогов.

В структуру представлений педагога о здоровом образе жизни должны быть включены следующие компоненты:

- устойчивая мотивация здорового образа жизни (ЗОЖ);
- профессиональная компетентность в области ЗОЖ;
- владение здоровьесберегающими технологиями педагогической деятельности и способами здоровьесберегающего профессионального поведения («поведенческая грамотность»);
- готовность педагога к формированию ЗОЖ учащихся.

Формирование культуры здоровья педагогов осуществляется поэтапно.

**I этап** – изучение состояния здоровья педагогов.

В начале эксперимента выявлен низкий уровень значимости здоровья как ценности и регулятора здорового образа жизни педагогов; проведена самооценка различных признаков здорового образа жизни педагогов (вредных привычек, физической активности, обращений

к врачу и медицинских осмотров). Отмечена высокая распространённость среди педагогов негативных поведенческих факторов - курения (2 %), нерегулярного питания (80 %), нерегулярной физической активности (утреннюю гимнастику регулярно выполняют лишь 5%); за медицинской помощью, в случае заболевания, обращались 50 %. Интерес к информации о здоровом образе жизни проявили 90 % учителей. Эти данные были использованы как стимул к мотивации здорового образа жизни, роста познавательного интереса в области культуры здоровья.

Данный этап осуществлялся в течение 2018-19 учебного года.

Полученные результаты были положены в основу разработки программы охраны и укрепления здоровья учителей.

**II этап** – проектирование организационно- педагогической системы деятельности школы по формированию культуры здоровья, компонентами которой явились:

- педагогическая система формирования культуры здоровья педагогов;
- внутришкольная педагогическая система сохранения и укрепления здоровья педагогов;
- здоровьесозидающая социокультурная среда.

Содержанием инновационной деятельности в педагогической системе формирования культуры здоровья педагогов стала реализация:

- программы охраны здоровья педагогов средствами образовательного учреждения;
- программы постдипломного образования с целью формирования профессиональной компетентности педагогов в области культуры здоровья;
- программы диагностики готовности учителей к формированию культуры здоровья учащихся, их профессиональной компетентности в этой области; Данный этап осуществлялся в течение 2019-20 учебного года.

**III этап** – моделирование здоровьесозидающей социокультурной среды школы.

Основными блоками здоровьесозидающей социокультурной среды школы стали: медицинский, социально-психологический, эколого-валеологический, воспитательный, учебный, физкультурно-оздоровительный, управленческо-кадровый, материально-технический и другие, направленные на формирование культуры здоровья педагогов как условия сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Данный этап осуществляется в этом 2020-21 учебном году.

На каждом этапе создавались организационно-педагогические условия, обеспечивающие целенаправленное влияние на ценностно-мотивационный, когнитивно-компетентностный и действенно-практический компоненты культуры здоровья как составной части профессиональной культуры педагога. К таким условиям отнесены:

- целенаправленное повышение квалификации педагогов по проблемам здорового образа жизни и здоровьесберегающим технологиям обучения учащихся;
- стимулирование включения педагогов в оздоровительные мероприятия, в здоровый образ жизни, создание для этого необходимых условий;
- активная инновационная деятельность педагогов по применению здоровьесберегающих технологий;
- диагностика и самодиагностика состояния здоровья и культуры здоровья педагогов и учащихся;

- установка на жизнеутверждающую, позицию педагогов и учащихся как субъектов здорового образа жизни.