

Муниципальное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 66» г. Магнитогорска

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 66»
Магнитогорска
И.Н. Федотова
«21» февраля 2017 г.



Комплексная программа
МОУ «СОШ № 66» г. Магнитогорска
по охране и укреплению соматического и
психологического здоровья детей и подростков в
условиях общего и инклюзивного образования
«Здоровье на всю жизнь»
на 2017-2022 г.г.



г. Магнитогорск- 2017 г.

Оглавление

Актуальность, проблематика охраны психического здоровья через образовательную и информационную деятельность	3
1. Нормативно - правовое обоснование Программы	6
2. Информационная справка МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 66» г. Магнитогорска по здоровьесбережению обучающихся	8
3. Теоретическое обоснование Программы	14
4. Цели, задачи и принципы реализации Программы	21
5. Модель здоровьесбережения в условиях общего и инклюзивного образования	23
6. Этапы и сроки реализации Программы.....	25
7. Мероприятия по созданию здоровьесберегающих условий общего и инклюзивного образования	26
8. Прогноз результатов работы по реализации Программы.....	53
9. Мониторинг здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности школы	54
10. Используемая литература	84
Приложение 1. Система критериев оценки здоровьесберегающей деятельности	88
Приложение 2. Диагностический инструментарий.....	93

Забота о здоровье ребенка - это не просто комплекс санитарно - гигиенических норм и правил и не свод требований к режиму, питанию, труду и отдыху. Это, прежде всего, забота о гармоничной полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творения.

В.А. Сухомлинский

Стержень гуманистической идеи - оптимистический взгляд на природу человека. Гуманистическая психология основана на вере в возможность расцвета каждого человека, если предоставить ему возможность самому выбрать свою судьбу и направлять ее.

А. Маслоу

Актуальность проблематики охраны психического здоровья через образовательную и информационную деятельность

Проблема охраны психического здоровья детей и молодежи включается в число приоритетных задач во всем мире, т. к. врачи сегодня обеспокоены ростом психических заболеваний, особенно депрессий (согласно данным Зеленой книги Европейской комиссии от 14 октября 2005 г. «Улучшение психического здоровья населения. Разработка стратегии в области психического здоровья для Европейского Союза», более 27% взрослых европейцев ежегодно страдают той или иной формой психического заболевания, наиболее распространенными среди которых являются тревожные расстройства и депрессия. В Евросоюзе ежегодно около 58 тыс. граждан умирают вследствие суицида, что превышает показатель смертей от автокатастроф, убийств или ВИЧ/СПИД. Психические заболевания, приводящие к потере трудоспособности и досрочному выходу на пенсию, обходятся экономике Евросоюза в 3–4% его ВВП. В связи с социально-экономическими, политическими, миграционными проблемами, террористическими акциями и угрозами, военными интервенциями, шокowymi стрессовыми факторами, имеющими место во многих регионах мира, стремительными ритмами жизни за последние годы в 1,4 раза увеличилось количество психических заболеваний, поражающих людей вне зависимости от возраста, культуры или социально-экономического статуса. 2017 год объявлен ВОЗ годом борьбы с депрессией. В 24 раза увеличилось количество пограничных состояний. Неврозы стали болезнью человечества XX и XXI веков. Ухудшаются генетические качества в связи с тем, что в связи с развитием медицины перестал действовать такой регулятор здоровья популяции, как естественный отбор, дети стали чаще рождаться от искусственного зачатия, что нередко оказывает деформирующее влияние на психику. Растет количество детей и подростков со сложной коморбидной патологией.

В России, как и во всем мире, ошутим «кризис здоровья» порастающего поколения с нарастающими социогенными проблемами детства. Это рост детских и подростковых самоубийств (следственный комитет за период 2016 года в Челябинской области зарегистрировал 1299 попыток суицида среди несовершеннолетних, из которых 18 случаев окончились смертельным исходом). Остро стоит проблема беспризорности (в стране насчитывается свыше 1 миллиона беспризорников) и социального сиротства (в

России насчитывается более 700 тыс. детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей).

Наблюдается уход проблемных детей в алкогольную и наркотическую зависимость. По данным официальной статистики частота наркомании и токсикомании среди детей всех возрастов составляет 88,7 на 100 тыс. человек, состоят на профилактическом учете в связи с употреблением психоактивных веществ (включая алкоголь) 761,7 на 100 тыс. детей. Продолжается снижение возраста приобщения несовершеннолетних к токсико-наркотическим веществам и отмеченный секретарем Совета безопасности Н. Патрушевым рост количества наркопотребителей за последние пять лет на 60 % из числа несовершеннолетних, что влияет на высокую рецидивную преступность несовершеннолетних в стране.

В связи с этим и другими факторами на фоне социально - экономической напряженности наблюдается значительная распространённость психической патологии в детско-подростковой популяции и существенный рост числа лиц, состоящих под наблюдением у психиатра.

Структура патологии у детей и подростков за последние годы не меняется. Так среди детей в 65,9% случаев выявляются непсихотические психические расстройства, в 31,0% – умственная отсталость, в 3,1% – психозы (в т.ч. 0,5% – шизофрения). Среди подростков первое ранговое место занимают отклонения в развитии по типу ретардации (отставания в развитии): задержка психического развития и стойкие нарушения интеллекта (умственная отсталость).

По данным Московского НИИ психиатрии Минздрава России частота пограничных психических расстройств среди обучающихся в различных образовательных учреждений колеблется (по разным регионам) от 22,5% до 71%. Поэтому более 70% обучающихся учреждений общего образования испытывают значительные трудности в усвоение базовой школьной программы. Низкий уровень психического здоровья детей и подростков сформировал ряд проблем медико-социального характера – ограничение возможности получения полноценного общего среднего и профессионального образования, снижение уровня годности юношей к военной службе (по данным Министерства обороны Российской Федерации причиной увольнения из войск психические нарушения занимают первое ранговое место -39%). Это сказывается на уровне профессиональной подготовки и влияет на возможность дальнейшего трудоустройства, порождает безработицу, проституцию и т.п., колоссальный ущерб экономике страны, служит причиной общественной дестабилизации.

Решение проблемы охраны психического здоровья подрастающего поколения осложняет появление таких негативных явлений, как игровая, компьютерная зависимости, рост агрессии подростков, который обусловлен поведенческими расстройствами школьников. Ученые Томского университета выявили, что приблизительно 34 % детей имеют серьезные проблемы с поведением, которые упущены педагогами, родителями и психологами и оказались нелеченными медиками. В ситуации неопределенности исторического самосознания общества в современном информационном пространстве ведется информационная война против наших детей и подростков силами, заинтересованными в размывании духовных ценностей российских граждан, подталкивающие молодежь к наркомании, суициду, поиску острых ощущений с созданием риска для жизни, к влечению подростков и молодых людей в различные секты или террористические организации. Поэтому актуальна проблема создания информационного пространства, наполненного ценностями истинной культуры, в том

числе культуры здоровьесбережения, в рамках которой могут быть преодолены «эрзац-смыслы» современной агрессивной молодежной субкультуры.

Актуализируется проблема роста правонарушений и преступлений детей и подростков. Глава Минобрнауки Ольга Васильева подписала приказ о создании межведомственной рабочей группы по предотвращению криминализации подростковой среды. По словам вошедшего в группу председателя Национального антикоррупционного комитета Кирилла Кабанова, самое большое влияние на подростков криминальные элементы оказывают в Сибири, Приморье, Поволжье и на Урале. Кабанов заявил, что к блатной романтике через интернет и видеохостинги подростков приобщают повзрослевшие «гопники» из 90-х, которых курируют воры в законе. Все это может привести к угрозам национальной безопасности.

В последнее время наряду с негативными наметились положительные тенденции организации профилактической и коррекционной помощи детям с трудностями школьной адаптации, с ограниченными возможностями здоровья. Развивается система инклюзивного образования в России наряду с совершенствованием системы специального образования, функционирует психологическая служба, создаются психолого-медико-педагогические консультации, центры (ПМПК, ПМПЦ). В практику работы школ внедряется принцип дифференцированного обучения.

Развивается система психотерапевтической помощи, психопрофилактики среди детей и подростков на базе психоневрологических диспансеров, психиатры успешно работают в детских поликлиниках, что позволяет обеспечить доступность медицинской помощи по месту жительства. Но не преодолена ведомственная разобщенность организаций образования, здравоохранения, культуры, спортивно - оздоровительных учреждений, понимания того, что необходимо комплексно решать проблему охраны психического здоровья как на федеральном, так и региональном, муниципальном уровнях.

Острота данной проблемы такова, что она давно вышла за рамки компетентности организаций здравоохранения. Ее надо решать и в организациях образования, что существенно расширит возможности оказания оперативной помощи, реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, психическими нарушениями, поможет оптимизировать психопрофилактическую работу в системе общего и инклюзивного образования.

1. Нормативно - правовое обоснование Программы

- Конвенция о правах ребенка. Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи ООН от 20 ноября 1989 года. Вступила в силу 2 сентября 1990 года.
- Конституция Российской Федерации (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ)
- Указ Президента РФ от 07.05.2012 г. № 598 «О совершенствовании государственной политики в сфере здравоохранения»
- Указ Президента РФ от 01.06.2012 г. № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»
- Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)»
- Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124 - ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»
- Федеральный закон «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» № 436-ФЗ от 29.12.2010 года;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (последняя редакция)
- Постановление Правительства РФ от 23.05.2015 г. № 497 «О Федеральной целевой программе развития образования на 2016 - 2020 годы»
- Национальный проект «Образование» - программа по повышению качества образования, объявленная Президентом России В. Путиным в 2005 г. (с 2008 г. в рамках него разрабатывается проект «Школьное питание» - Поручение Президента РФ от 10.12.2005 №2065)
- Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (утв. Президентом РФ от 04.02.2010 г. № Пр-271)
- Приказ Минобрнауки России от 15.05.2000 г. № 1418 «Об утверждении Примерного положения о центре содействия укреплению здоровья обучающихся, воспитанников образовательного учреждения»
- Приказ Минобрнауки России от 05.03.2004 № 1089 (ред. от 31.01.2012) «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»
- Приказ Минобрнауки России от 06.10.2009г. № 373 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»
- Приказ Минобрнауки России от 26.11.2010г. № 1241 «О внесении изменений в Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009г. №373»
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 г. № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"
- Приказ Минобрнауки России от 26.12.2010г. № 21-06 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»

- Приказ Минобрнауки России от 28.12.2010 г. № 2106 г. Москва "Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников"
- Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 г. № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования"
- Приказ Минздрава РФ от 30.12.2003 № 621 "О комплексной оценке состояния здоровья детей"
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 (ред. от 24.11.2015) "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях" (вместе с "СанПиН 2.4.2.2821-10. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных организациях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы") (Зарегистрировано в Минюсте России 03.03.2011 № 19993)
- Закон Челябинской области от 17.12.2001 года № 54-30 "Об охране и защите прав детей в челябинской области"
- Закон Челябинской области от 30.08.2013 г. № 515-ЗО "Об образовании в Челябинской области"

2. Информационная справка о МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 66» г. Магнитогорска, по работе школы по здоровьесбережению обучающихся

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 66» города Магнитогорска создано в 1969 году по решению исполкома Горсовета № 490 от 29.08.1969 года. Учредитель: администрация города Магнитогорска

Юридический адрес: 4555037, Челябинская область, город Магнитогорск, проспект Ленина, дом 96. Фактический адрес: 4555037, Челябинская область, город Магнитогорск, проспект Ленина, дом 96. Осуществляет образовательную деятельность в соответствии с уставом, утвержденным постановлением администрации города Магнитогорска от 17.12.2015 года № 16723-П и лицензией серии А № 0001365, регистрационный номер № 8815, от 21.12.2011 года, выданной Министерством образования и науки Челябинской области на срок действия по «бессрочно» на право ведения образовательных программ начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования.

Школа построена по типовому проекту и функционирует в четырехэтажном здании. Учебная база располагает 30 учебными кабинетами, двумя компьютерными классами, спортивным залом, актовым залом, столовой, медицинским кабинетом, кабинетами педагога-психолога, социального педагога, другими помещениями, соответствующими требованиями к здоровьесбережению педкадров и обучающихся. Оснащенность учебных кабинетов ТСО соответствует современным требованиям. Спортзал укомплектован всем необходимым оборудованием. На пришкольном участке оборудована спортивная площадка для занятий физкультурой на свежем воздухе в учебное время, для оздоровительно - физкультурных занятий, и работы секций во внеурочное время.

В настоящее время в школе обучается 600 обучающихся. Из них 250 обучающихся в начальной школе и 350 – обучающиеся основной и средней школы. Контингент обучающихся полностью соответствует нормативам, заложенным в лицензии на право ведения образовательной деятельности, и обнаруживает тенденцию к увеличению за счет, как некоторого демографического роста, так и роста престижа школы в микрорайоне.

Занятия организованы в 1 смену в соответствии с учебным планом и расписанием, режимом занятий и продолжительностью учебного года в соответствии с СанПиНами. Обучение (по медицинским показаниям) осуществляется в разных формах: на дому (2011/2012 уч. год – 3 обучающихся; 2012/2013 уч. год – 4 обучающихся; 2013/2014 уч. год – 2 обучающихся, 2014/2015 уч. год – 2 обучающихся, 2015/2016 уч. год – 2 обучающихся), совместно с Центром дистанционного образования реализуется программа обучения детей-инвалидов (4 ребенка).

Контингент школы составляют дети разных национальностей: русских, башкир, татар, традиционных для уральского региона, детей мигрантов - выходцев из Таджикистана в связи с миграционными процессами последних лет. Контингент школы соответствует нормативам, заложенным в лицензии на право ведения образовательной деятельности, обнаруживает тенденцию за счет демографического роста и повышения престижа школы в микрорайоне.

Анализ семей обучающихся МОУ СОШ № 66 с точки зрения социальной принадлежности, состава, образовательного уровня родителей и материальной обеспеченности выявляет следующие особенности: 40 % родителей являются служащими государственных учреждений; 9,5% многодетных семей; 30% неполных

семей; 3 семьи имеют детей - инвалидов; 24% малообеспеченных семей; 2,4% опекаемых обучающихся; 16%- дети иностранных граждан; 24 семьи относятся к «группе риска».

Среди семей обучающихся значительное количество неполных, малообеспеченных, многодетных, а также неблагополучных семей, которые имеют влияние на существенные моменты образовательной деятельности. Многие родители в силу недостаточно высокого уровня собственного образования не владеют необходимыми общими знаниями, также в области педагогики. В связи с этим повышается роль школы в воспитании обучающихся из данных категорий семей. Таким образом, чтобы выполнить социальный заказ необходимо обеспечивать социальный и психологический комфорт для детей за счет поддержки их в учебе, развития их личностного и творческого потенциала, что может быть достигнуто интеграцией общего и дополнительного, инклюзивного образования.

В МОУ «СОШ №66» г. Магнитогорска разработана и реализуется Программа развития школы как школы толерантности. Под моделью «Школы толерантности» подразумевается «школа для всех» - образовательная организация, имеющая гетерогенный (неоднородный) контингент обучающихся, семьи которых принадлежат к разным культурам.

С целью профилактики психических расстройств детей мигрантов по причине культурного шока (сильнейшего стресса в период переезда в новую страну, ассимиляции к новому жизненному укладу и новой культуре) вновь прибывшим детям и подросткам оказывается психолого-педагогическая поддержка.

Опыт многонационального развития российского государства используется в данной работе. Русскоязычные сверстники помогают выходцам из Вьетнама, Таджикистана в учебе и выработке правил поведения не только в школе, но в новой культурной среде. Атмосфера доброжелательности, взаимопомощи характеризует школьную жизнь.

Курсы занятий по изучению русского языка как иностранного в дополнении к образовательной программе начальной школы предусматривают изучение русского языка в контексте вхождения в русскую культуру.

Изучение основ мусульманской религии наряду с изучением основ православия (по выбору родителей) способствует сохранению национальной идентичности.

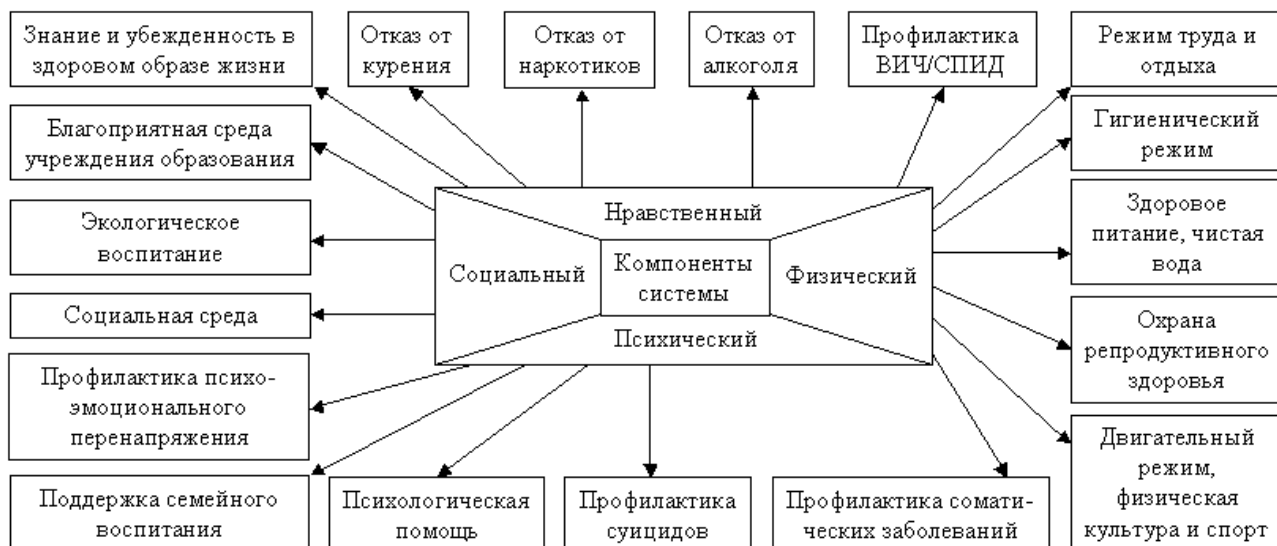
Стратегия интеграции, взаимодействия разных культур помогает проявлению стремления детям мигрантов участвовать на правах интегрального члена в более широкой социальной сети, безболезненной адаптации детей мигрантов к системе российского образования как фактору охраны их психологического здоровья.

Специфика образовательной деятельности с использованием технологий здоровьесбережения на разных уровнях образования

В школе сформирована и развивается собственная система здоровьесберегающей деятельности. Проводится мониторинг соматического здоровья школьников, согласно данным которого удалось стабилизировать уровень заболеваемости и пропусков занятий по состоянию здоровья. Деятельность школы направлена на внедрение здоровьесберегающей педагогики в образовательную и информационную деятельность на основе взаимодействия всех специалистов школы. Школа активно использует возможности социального партнерства. По данному направлению в рамках общей преемственности организовано сотрудничество с организациями дошкольного, дополнительного образования, ЦППМС г. Магнитогорска. Традиционными стали Дни здоровья не только для обучающихся, но для педагогов школы. В школе уделяется большое внимание созданию оптимальных условий для работы педагогов и обучающихся.

Регулярно проводятся медицинские осмотры, диспансеризация, вакцинация и другие профилактические мероприятия. В школе осуществляется целенаправленная работа по совершенствованию физической культуры обучающихся и формированию здорового образа жизни в рамках реализации соответствующих подпрограмм Образовательных программ начального, основного и среднего общего образования в связи с внедрением ФГОС.

Создана система здоровьесбережения, компоненты которой отражены в нижеприведенном рисунке.



Начальная школа

С 2011 года переход на ФГОС согласно учебному плану предусматривает организацию внеурочных занятий, которые согласуются с планом воспитательной работы. Согласно ФГОС в начальной школе организуются занятия по программам «Здоровый образ жизни», «ОБЖ», «Природа родного края» с проведением прогулок в зеленой зоне микрорайона, «Подвижные игры на свежем воздухе». В начале первых уроков педагоги организуют утреннюю зарядку. После второго урока учитель физической культуры проводит с детьми динамическую паузу. Проводятся медико - психолого - педагогические консилиумы по вопросам охраны психофизического здоровья, профилактики поведенческих нарушений младших школьников.

С начальной школы организовано психолого - педагогическое сопровождение образовательной деятельности на всех уровнях школьного образования.

Организуются занятия родительского университета, семинары и родительские собрания по актуальным проблемам общего и инклюзивного образования, по вопросам охраны психофизического здоровья детей, рекомендации которых наряду с другой информацией освещены на школьном сайте.

Работа с родителями организована на всех уровнях по трем основным направлениям:

- просветительская работа – обучающие семинары (в 2016 - 2017 уч.г. проведены семинары по вопросам профилактики влияния негативных факторов интернет - пространства и молодежной субкультуры на побуждение детей и подростков к суициду, наркомании, агрессивному поведению);

- информационная работа – выходы специалистов на родительские собрания с информацией о состоянии психофизического здоровья обучающихся, проблемам адаптации первоклассников, пятиклассников, десятиклассников к образовательной деятельности;

- практическое направление – привлечение родителей к организации и проведению физкультурно-оздоровительных мероприятий, консультации психолога, медика, социального педагога по вопросам коррекции здоровья школьников.

Основная школа

С 2014 в связи с переходом на ФГОС 5 классов поэтапно вводятся занятия внеурочной деятельности в основной школе (10 часов в неделю в каждом классе), где с целью формирования духовно - нравственного здоровья наряду с ориентацией на гуманизацию и гуманитаризацию образования продолжается изучение основ духовно - нравственного воспитания. Соблюдается преемственность здоровьесбережения при реализации составного элемента Образовательных программ начального и общего образования «Программа формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа жизни», что способствует формированию культуры здоровья обучающихся. Наряду с 3 уроками физической культуры организуются внеурочные занятия в связи с ФГОС «Спортивные игры» и работа спортивных секций, по сдаче норм ГТО. В рамках реализации программы «ТЕМП» наряду с углублением изучения технических дисциплин проводятся занятия с подростками по охране здоровья на основе химико-биологических знаний. Ведется кружковая работа по организации творческого досуга. Организуются классные часы, на нравственно - этическую тематику, по воспитанию сознательной дисциплины подростков, коллективные творческие дела, работа Совета профилактики аддиктивного поведения детей и подростков, что способствует формированию культуры социального здоровья.

Средняя школа

В 10-11 классах введено профильное обучение: созданы химико - биологические, социально - гуманитарные, общеобразовательные группы. Разработаны элективные курсы с целью дополнения профильного образования. Усилен индивидуальный подход в процессе образования, где акцент сделан на организации самообразовательной деятельности. Организовано сотрудничество с ССУЗами и МГТУ.

В старших классах наряду с самообразованием большое внимание уделяется воспитанию самоактуализирующейся личности, личностному и профессиональному самоопределению старшеклассников в рамках реализации психологом программы «Профсамоопределение старшеклассников» с обучением юношества приемам самодиагностики здоровья, самовоспитания, психологической помощи в стрессовых ситуациях.

Спортивно - оздоровительная работа ведется в соответствии с программой магнитогорского образования:

- все школьники участвуют в городских соревнованиях;
- старшеклассники участвуют в турслетах, походах, летнем лагере, в военно-спортивных играх.

Успехи школы обусловлены укомплектованностью школы кадрами: администрация, учителя, психолог, социальный педагог.

Возглавляет школу Почетный работник общего образования Федотова Ирина Львовна. Всего в школе работает 46 педагогических работника, большинство из которых имеют педагогический стаж более 20 лет, все педагоги имеют высшее профессиональное

образование, 20 учителей имеют высшую, 18 - первую квалификационную категорию. В школе функционирует социально-психологическая служба сопровождения образовательного процесса.

Педагоги школы заинтересованы в укреплении здоровья обучающихся. Учителя МОУ "СОШ № 66" успешно осваивают новые педагогические технологии. Наиболее востребованными стали технологии, основанные на деятельностном подходе с обязательной опорой на технологии здоровьесбережения.

Анкетирование родителей и обучающихся показало, что 63% полностью удовлетворены и 28% частично удовлетворены качеством образовательной деятельности, но данные психолога Р.А. Камаловой выявили, что 24% обучающихся испытывают волнение и беспокойство 14% ощущают на уроках усталость.

Службой сопровождения школы проведено скрининговое исследование заболеваемости обучающихся за последние три учебных года, данные о котором приведены в таблице.

Виды заболеваний обучающихся МОУ "СОШ № 66" за последние три учебных года

Виды заболеваний	2013-14 уч.г.	2014- 15 уч.г.	2015-16 уч.г.
Простудные заболевания	32%	21%	17%
Нарушение осанки	22,00%	19,00%	17,00%
Нарушение зрения	10,00%	5	8
Заболевания ЖКТ	4,00%	5,00%	3,00%
Сердечно - сосудистые	7,00%	6,00%	4,00%
Эндокринные заболевания	5,00%	4,00%	3,00%
Нервные и - психические заболевания	10,00%	11,00%	10,00%

Данные проведенного анкетирования и положительная динамика физической подготовленности и показателей здоровья доказывают эффективность работы школы, содействующей укреплению здоровья.

В настоящее время отмечена готовность педколлектива решать следующие задачи:

- разработать на основе комплексного подхода модель к проведению профилактической и оздоровительной работы по формированию культуры психического здоровья;
- обеспечить вовлечение в целенаправленную здоровьесберегающую и оздоровительную деятельность по охране психического здоровья всех участников образовательной деятельности;
- использовать лицензированные безопасные и эффективные профилактические, оздоровительные, технологии охраны психологического и психического здоровья, в том числе и лиц с ОВЗ;
- разработать и реализовать систематический контроль (мониторинг) результатов с помощью объективных научно обоснованных показателей психического здоровья обучающихся как фактора повышения качества общего и инклюзивного образования.

Проблемы, стоящие перед МОУ «СОШ № 66 г. Магнитогорска», обусловлены тем, что недостаточным является:

- взаимодействие между структурами управления образованием и здравоохранением на всех уровнях по вопросам охраны психического здоровья обучающихся, в том числе с ОВЗ;
- недостаточным является финансирование профилактической и оздоровительной работы по охране психофизического здоровья школьников;
- недостаточно осуществляется научно-методическое обеспечение работы школы по данной проблеме;
- недостаточная работа по подготовке кадров – педагогических и медицинских работников, психологов;
- недостаточно ведется работа по изучению и обмену опытом.

3. Теоретическое обоснование Программы

В связи с ухудшением здоровья детей и подростков и развитием общеобразовательной школы по пути интенсификации следует особое внимание уделить охране психического здоровья обучающихся в образовательной и информационной среде, ибо только здоровые школьники могут освоить новые образовательные стандарты и стать успешными членами трудоспособного населения России, что отмечено в документах ФГОС.

Понятия здоровья. Данное понятие связано с общим понятием здоровья, которое характеризуется в Конституции ВОЗ: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний и физических дефектов». Психическое здоровье является составляющим элементом структуры общего здоровья, что отражено в рисунке «Составляющие здоровья».

Выделяют несколько компонентов здоровья:

- Соматическое здоровье – текущее состояние органов и систем организма человека.
- Физическое здоровье – уровень роста и развитие органов и систем организма.
- Психическое здоровье – состояние психической сферы, душевного комфорта.
- Социальное здоровье – это моральное самообладание, адекватная оценка своего «Я», самоопределение личности в семье, школе, социальной группе.
- Духовно - нравственное здоровье- система ценностей личности, образ жизни.

В Федеральном законе «Об охране здоровья детей» используются следующие понятия:

- **здоровый образ жизни детей** – научно обоснованная, индивидуальная система поведения ребенка, обеспечивающая его физическое совершенство, благоприятные условия для успешной учебы, дальнейшего эффективного труда и жизнедеятельности;

- **охрана здоровья детей** – система мер политического, экономического, правового, социального, научного, медицинского, в том числе санитарно-противоэпидемического (профилактического) характера, осуществляемая федеральными органами государственной власти, органами государственной власти субъектов Российской Федерации, органами местного самоуправления, должностными лицами, а также организациями всех форм собственности, гражданами в целях профилактики заболеваний, сохранения и укрепления здоровья каждого ребенка, предоставления ему медицинской помощи;

- **здоровьесбережение школьников** - это система мер, направленная на сохранение и укрепление их здоровья с использованием здоровьеразвивающих и здоровьесберегающих технологий;

Психическое здоровье человека связано с психическим состоянием общества. На них влияют следующие факторы.

Средовыми факторами не ограничивается влияние на развитие человека. На формирование человека влияют такие факторы как наследственность - генетическая предрасположенность, среда, воспитание и стремление к самосовершенствованию (классики педагогики Ж.Ж. Руссо, Д.Дидро, К.Д. Ушинский и др.). Социализацию на основе адаптации к окружающему миру характеризуют как процесс вхождения человека в социальную среду и ее приспособления к культурным, психологическим и социологическим факторам (А.В. Мудрик, И.С. Кон и др.). В гуманистической психологии А. Маслоу, К. Роджерс и др. характеризуют социализацию как процесс

самоактуализации «Я-концепции», самореализацию личностью своих потенций и творческих способностей, как процесс преодоления негативных влияний среды, мешающих ее саморазвитию и самоутверждению. Сущностный смысл социализация раскрывается в синтезе адаптации, интеграции, саморазвития и самореализации. Воспитание - это процесс целенаправленной и сознательно контролируемой социализации (семейное, религиозное, школьное воспитание), оно выступает своеобразным механизмом управления процессами социализации. При этом проблемам здоровьесбережения в процессе жизнедеятельности детей, образования, воспитания большое внимание уделяли П.П. Блонский, Л.С. Выготский, В.А. Сухомлинский, К.Д. Ушинский и др. На основе синтеза естественнонаучных и гуманитарных подходов исследуются основы развития психически здоровой личности учеными (Д.А. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, Б.С. Братусь, В.Я. Дорфман, Е.Р. Калитеевская, Ю.М. Орлов, В.Д. Шадриков, А.В. Либин, М.А. Гулина и др.) Анализ отечественной и зарубежной литературы по проблеме психического и психологического здоровья показывает, что в каждом человеке заложены механизмы самореализации индивида, стремление к здоровью. На необходимости формирования ценностных ориентаций у обучающихся настаивали Ш.А. Амонашвили, В.П. Бедерханова, Е.В. Бондаревская, Н.Б. Крылова, И.С. Якиманская и др. Проблемы формирования здорового образа жизни в образовательной деятельности затрагивали в своих исследованиях И.И. Брехман, В.В. Колбанов и др. Они выделили следующие факторы, влияющие на причины здоровья ученика:

- уровень учебной нагрузки на организм обучающихся;
- состояние физкультурно - спортивной и лечебно-оздоровительной работы в школе;
- состояние внеурочной воспитательной работы в школе;
- уровень психологической помощи обучающимся;
- состояние микроклимата в школе и дома.

Сегодня в документах ВОЗ зафиксировано, что важнейшим фактором влияние на здоровье человека является образ жизни.

Психопрофилактика - интердисциплинарная область, целью которой является предупреждение нервно-психических заболеваний. Речь идет о первичной профилактике, включающей общегигиенические, психогигиенические, широкие социальные мероприятия, имеющие своей целью предупреждение заболеваний; вторичной профилактике - предотвращение рецидивов болезни и третичной профилактике - предупреждение хронизации и инвалидизации человека. Данная проблема освещена в работах И.И. Беляева, который охарактеризовал вопросы первичной психопрофилактики, о которой речь идет в нашей программе, связанные с психогигиеной. В психопрофилактике В.К. Мягер отмечал, что основные факторы дезадаптации независимо от их природы (врожденная или приобретенная церебральная недостаточность, социально-педагогическая запущенность либо их взаимодействие) всегда проявляется опосредованно в виде индивидуально-типологических особенностей, с одной стороны, и нарушения системы отношений, зафиксированных в форме социально-психологических качеств личности, с другой.

С психопрофилактической работой тесно связана психологическая коррекция (психокоррекция).

Психологическая коррекция - это система психологических воздействий, направленных на изменение определенных особенностей (свойств, процессов, состояний, черт) психики, играющих известную роль в возникновении психических болезней. Психологическая коррекция проводится тогда, когда психическое расстройство еще не

сформировалось. При сформировавшемся психическом заболевании для его лечения применяется психотерапия, которую проводит врач-психотерапевт, имеющий соответствующее медицинское образование.

Реабилитация является системой государственных, социально-экономических, медицинских, профессиональных, педагогических, психологических и других мероприятий, направленных на предупреждение развития патологических процессов, на эффективное и раннее возвращение больных и инвалидов (детей и взрослых) в общество и к общественно-полезному труду.

В настоящее время формируется раздел психогигиены - психогигиена обучения: изучение возможностей прогнозирования нервно - психической устойчивости человека, предпатологических симптомов, определение целей и задач, методов психогигиенической, психопрофилактической работы.

27 октября 2016 г. состоялась значимая для Челябинской области областная научно-практическая конференция «Депрессия у детей и подростков. Клинико-психологические аспекты. Пути помощи» в рамках «Школы психического здоровья» ГБУЗ «Областной клинической специализированной психоневрологической больницы №1» с участием большой группы представителей разного уровня и специалистов разного профиля. Большое внимание уделено проблеме детских и подростковых суицидов. Следственный комитет за период 2016 года в Челябинской области зарегистрировал 1299 попыток суицида среди несовершеннолетних, из которых 18 случаев окончились смертельным исходом. Роскомнадзор закрыл уже более 9000 сайтов и страниц в социальных сетях, пропагандирующих суицид. Большой научный вклад в решение проблемы внесли ученые ЮУГМУ, профессор Рычков Л.С., доцент Забозлаев И.В. Интерес представляло выступление заведующей детским психиатрическим отделением психоневрологической больницы № 1 Чижовой Т.Н. Выработаны практические рекомендации по оказанию оперативной и эффективной помощи ребенку в преодолении его депрессивных состояний, которую комплексно могут оказать различные ведомства и родители.

Научные подходы при разработке и реализации Программы

Нам для разработки Программы психического здоровьесбережения как условия общего и инклюзивного образования следует соблюдать научные подходы к разработке технологий здоровьесбережения отечественными и зарубежными учеными:

- аксиологический подход с ориентацией на ценности здоровья, воспитания культуры здорового образа жизни, наращивания психоресурсов и физических возможностей растущего организма; данный подход предполагает формирование научного гуманно ориентированного мировоззрения, духовно - нравственных ценностей; учитывается взаимосвязь психического и духовно - нравственного здоровья;

- гносеологический подход, связанный с приобретением валеологических знаний как составного элемента образованности, культуры личности, формирование умений и навыков, позволяющих вести здоровый образ жизни, формировать конструктивные взаимоотношения с окружающими, овладеть навыками гуманистического, нормативно - правового поведения в макро - и микро- социуме; учитывается взаимосвязь психического и социального здоровья;

- экологический подход, учитывающий то, что человек как биологический вид существует в природной среде, экология и биология влияют на физическое, психосоматическое здоровье; природная среда является сильным оздоровительным фактором в образовательной деятельности, где общение с миром природы ограничено, следует формировать компетентность личности в вопросах адаптации к экологическим

факторам, профилактики вредных привычек; особо важны природные факторы (например в «Лесной школе», загородных и городских лагерях) в работе с детьми с ослабленным здоровьем; учитывается взаимосвязь психического и соматического здоровья;

- деятельностный подход, предполагающий влияние деятельности на развитие личности (А.Н. Леонтьев и др.); рассматриваются вопросы активизации физкультурно - оздоровительной деятельности в образовательной организации, повышения двигательной активности, предупреждения гиподинамии, формирования мотивации к здоровому образу жизни, освоения навыков закаливания, гигиены, в том числе и психогигиены, психопрофилактики, охраны психоресурсов, чтобы обеспечить высокие адаптивные возможности организма; использование технологий здоровьесбережения, в коррекционно - развивающей деятельности с лицами с ограниченными возможностями здоровья направлены на освоение личностно-важных жизненных качеств;

лично - ориентированный подход - отношение педагога к воспитаннику как к личности, как к самосознательному ответственному и активному субъекту деятельности, собственного развития и саморазвития (С.Л.Рубинштейн, К.К. Платонов, И.С. Якиманская и др.). Исследователь Н. Г. Савина пришла к выводу, что личностный подход, в отличие от индивидуального, требует знания структуры личности, ее элементов, их взаимосвязи как между собой, так и с целостной личностью. Л.С. Выготский предполагал осуществлять образовательную деятельность с учетом зон актуального и ближайшего развития, в единстве аффективно - когнитивной сферы; следует не только вооружать знаниями о здоровом образе жизни, но создавать положительные эмоции, закрепляющие желания вести здоровый образ жизни, физически, психически и духовно самосовершенствоваться.

Учебный процесс реализуется на основе тщательного прогнозирования, разумного включения инновационных технологических процессов, создания новых интегрированных прикладных курсов, призванных не только творчески развивать детей, но и помогать им в овладении базисным образованием. Профессиональные интересы педагогов и медицинских работников сближает поиск путей создания благоприятных условий для формирования, развития и сохранения здоровья школьников.

Основополагающим элементом создания здоровьесберегающей среды является проведение мониторинга здоровья детей:

-диагностика соматического, физического, психологического состояния и функциональных возможностей организма школьника.

Мониторинг состояния здоровья обучающихся позволяет оценить правильность выбранного пути, используемых программ, привлечь внимание самих школьников к проблеме своего здоровья.

Здоровьесберегающие технологии реализации Программы

Среди здоровьесберегающих технологий, применяемых в образовательной деятельности, можно выделить несколько групп, в которых используется разный подход к охране здоровья, а соответственно, и разные методы и формы работы.

1. Медико-гигиенические технологии. К медико-гигиеническим технологиям относятся контроль и помощь в обеспечении надлежащих гигиенических условий в соответствии с регламентациями СанПиНов. Медицинский кабинет школы организует проведение прививок обучающимся, оказание консультативной и неотложной помощи обратившимся в медицинский кабинет, проводит мероприятия по санитарно-гигиеническому просвещению обучающихся и педагогического коллектива, следит за динамикой здоровья обучающихся, организует профилактические мероприятия в

преддверии эпидемий (гриппа) и решает ряд других задач, относящихся к компетенции медицинской службы.

2. Физкультурно-оздоровительные технологии. Направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других качеств, отличающих здорового, тренированного человека от физически немощного. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии. Ресурсы этой области здоровьесбережения пока явно недооценены и слабо задействованы. Направленность этих технологий - создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это - и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, рекреациях, и живой уголок, и участие в природоохранных мероприятиях.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности. Поскольку сохранение здоровья рассматривается при этом как частный случай главной задачи – сохранение жизни – требования и рекомендации этих специалистов подлежат обязательному учету и интеграции в общую систему здоровьесберегающих технологий. Грамотность обучающихся по этим вопросам обеспечивается изучением курса ОБЖ, педагогов – курса «Безопасность жизнедеятельности», а за обеспечение безопасности условий пребывания в школе отвечает ее директор.

Здоровьесберегающие образовательные технологии подразделяются на 3 три подгруппы:

- организационно-педагогические технологии, определяющие структуру учебного процесса, частично регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадапционных состояний;
- психолого-педагогические технологии, связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение всех элементов образовательного процесса;
- образовательные технологии, которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья обучающихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

Технологический подход предполагает апробацию эффективных и современных технологий здоровьесбережения в условиях общего и инклюзивного образования, образовательной, чтобы лозунги и призывы создавать школу здоровья не оказались декларативными инновациями. Здоровьесберегающие технологии – система мер, программ, методов по охране и укреплению здоровья обучающихся, учитывающая важнейшие характеристики психосоматического здоровья, по формированию мотивации на ведение здорового образа жизни.



К группе здоровьесберегающих технологий (ЗОТ), применяемых в образовании, относятся:

1. Медико-гигиенические технологии (МГТ). В образовательных учреждениях использование профилактических программ, является обязательным. Они определяют структуру учебной деятельности, регламентированную в СанПиНах, способствующих предотвращению состояния переутомления, гиподинамии и других дезадаптационных состояний;

2. Физкультурно-оздоровительные технологии (ФОТ) направлены на физическое развитие занимающихся: закаливание, тренировку силы, выносливости, быстроты, гибкости и других физических качеств. Реализуются на уроках физической культуры и в работе спортивных секций, при сдаче норм ГТО.

3. Экологические здоровьесберегающие технологии (ЭЗТ). Ресурсы этой области здоровьесбережения направлены на создание природосообразных, экологически оптимальных условий жизни и деятельности людей, гармоничных взаимоотношений с природой. В школе это - и обустройство пришкольной территории, и зеленые растения в классах, рекреациях, и живой уголок, и участие в природоохранных мероприятиях.

4. Технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности (ОБЖ). Их реализуют специалисты по охране труда и защите в чрезвычайных ситуациях. Грамотность обучающихся по этим вопросам обеспечивается педагогами и воспитателями по изучению курса «Безопасность жизнедеятельности».

5. Психолого-педагогические технологии (ППТ), связанные с непосредственной работой учителя на уроке, воздействием, которое он оказывает все 45 минут на своих учеников. Сюда же относится и психолого-педагогическое сопровождение общего и инклюзивного образования.

6. Образовательные технологии (УВТ), которые включают программы по обучению грамотной заботе о своем здоровье и формированию культуры здоровья (ЗОЖ) обучающихся, мотивации их к ведению здорового образа жизни, предупреждению вредных привычек, предусматривающие также проведение организационно-воспитательной работы со школьниками после уроков, просвещение их родителей.

7. Социально-адаптирующие и личностно-развивающие технологии (САЛРТ) включают технологии, обеспечивающие формирование и укрепление психического здоровья, повышение ресурсов психологической адаптации личности.

8. Лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ) составляют самостоятельные медико-педагогические области знаний: коррекционную педагогику и адаптивную физкультуру, воздействие которых обеспечивает эффективность работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья.

Формы здоровьесберегающей работы в образовательной организации:

- фронтальная;
- групповая;
- индивидуальная.

Приёмы здоровьесберегающих образовательных технологий:

- защитно-профилактические (личная гигиена и гигиена обучения);
- компенсаторно-нейтрализующие (физкультминутки; оздоровительная гимнастика, тренинги, позволяющие частично нейтрализовать стрессовые ситуации);
- стимулирующие (элементы закаливания, физические нагрузки и др.);
- информационно-обучающие (письма, адресованные родителям, обучающимся, педагогам).

Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий должна стать приоритетным направлением в деятельности каждой образовательной организации. Об этом говорится в законе «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ в ст.41 «Охрана здоровья обучающихся». В национальной Доктрине развития образования в качестве основных является задача сохранения здоровья подрастающего поколения, оптимизация образовательной деятельности, формирование ценностей здоровья и здорового образа жизни.

4. Цели и задачи, принципы реализации Программы

Основная цель Программы – создание необходимых здоровьесберегающих условий реализации основных образовательных программ начального общего, основного и среднего общего образования, адаптированной программы начального общего образования детей с задержкой психического развития МОУ «СОШ № 66» г. Магнитогорска, гарантирующих охрану психофизического здоровья личности как стратегии повышения качества образования новых поколений в эпоху информатизации, НТР.

Основные задачи Программы:

- освоение основ здоровьесберегающей культуры всеми субъектами образовательного процесса, в том числе и обучающихся с недостатками здоровья, в проектируемом информационном пространстве,
- формирование мотивации к здоровому образу жизни в системе урочной и внеурочной деятельности, индивидуального стиля здорового образа жизни, безопасного поведения на основе воспитания и самовоспитания обучающихся;
- повышение компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения всех субъектов педагогической деятельности, апробация современных здоровьесберегающих технологий и технологий развития критического мышления, моделирования информационного пространства, помогающего подрастающему поколению проживать свою осмысленную жизнь;
- обеспечение положительной динамики психического состояния обучающихся на всех его уровнях на диагностико - прогностической основе;
- создание в образовательном и информационном пространстве обучающихся здоровьесберегающих условий для охраны психофизического здоровья детей, повышения их двигательной и психической активности, работоспособности, снятия психоэмоционального напряжения и создания комфортного эмоционального настроения;
- создание кадровых, организационных, методических, информационных, финансово - экономических условий, системы медико-психологического сопровождения общего и инклюзивного образования.

Данная Программа базируется на системе принципов:

- **принцип гуманизма** предполагает ориентировку в деятельности на идеи признания человека и его здоровья высшей ценностью, адаптации духовно - нравственных ценностей, в том числе здоровьесбережения, к образовательным, духовным и социальным запросам личности, предполагает создание поддерживающих отношений в образовательной среде для полноценного творческого развития обучающегося, формирования его целостного научного и гуманного мировоззрения;
- **принцип научности и законности** предполагает анализ научных достижений в области создания здоровьесберегающих условий при проектировании образовательного и информационного пространств, при апробации современных научно обоснованных психодиагностических, психокоррекционных, психотерапевтических и развивающих методов в практике образования; соблюдение законов РФ и соответствующих нормативных документов министерства образования и науки РФ, что способствует защите прав детей, в том числе с ОВЗ в условиях интеграции здравоохранения и образования;
- **принцип социальной активности и приближения психологической помощи детскому населению** означает активное участие всех субъектов образовательного

процесса в реализации программы, активизации личности обучающихся в деятельности по охране здоровья, в том числе лицами с ограниченными ВОЗ;

- **принцип приближения психологической помощи к детскому населению** реализуется введением должности специального психолога, который осуществляет деятельность при взаимодействии с психотерапевтическими кабинетами лечебно-профилактических учреждений различного профиля, психологических центров, подразделений кризисной городской службы;

- **принцип системности и непрерывности** подразумевает системное воздействие всех направлений разработанной программы по формированию психически здоровой личности и предупреждению ее деформации в образовательном и информационном пространстве непрерывно на всех уровнях школьного образования; при этом обеспечивается включение клинических психологов специалистов, оказывающих психиатрическую и психотерапевтическую помощь на базе центра психопрофилактической помощи и первичной психопрофилактики среди детей и подростков медицинского учреждения ГБУЗ ОПБ №5 в систему психопрофилактическую работу образовательной организации;

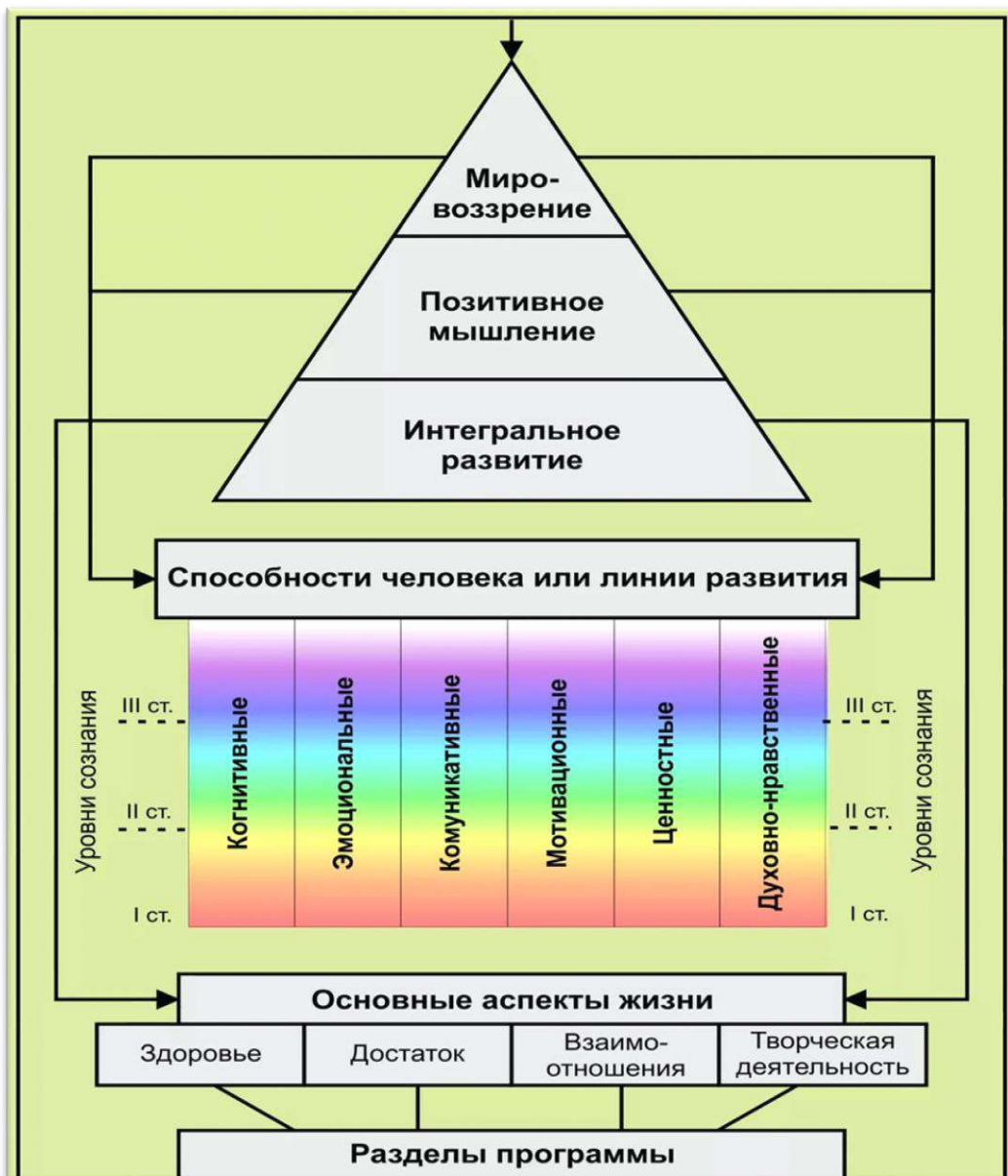
- **принцип комплексности** предполагает, что образовательная организация может эффективно функционировать только на основе межведомственного и сетевого взаимодействия структур различных уровней (всероссийского, регионального, муниципального, уровня организации), организаций разной ведомственной принадлежности (органов законодательной и исполнительной власти, здравоохранения, образования, науки, культуры, спорта, силовых структур, широкой общественности, предприятий, спонсоров) для создания единой инфраструктуры здоровьесбережения детей, подростков, молодежи;

- **принцип конкретности и реальности** имеет ввиду выбор наиболее актуальных направлений, мероприятий и эффективных способов достижения прогнозируемых результатов в намеченные сроки с учетом реального анализа состояния дел, прогнозирования достижимых результатов с учетом возможностей образовательной организации;

- **принцип ранней профилактики** перегрузок педкадров и обучающихся в современной образовательной и информационной среде, отклонений в психическом развитии обучающихся, психических нарушений, расширения арсенала психолого-педагогического воздействия на ребенка наряду с оказанием своевременной психотерапевтической помощи без акцента на наказание и перевоспитание, а с ориентацией на приоритет воспитания и самовоспитания, профилактической работы по устранению деструктивных влияний среды на психику детей и подростков.

5. Модель здоровьесбережения в условиях общего и инклюзивного образования

Модель структуры здорового образа жизни личности как внутреннее условие сохранения психического здоровья обучающихся



Условия реализации программы

1. Методические условия
2. Кадровые условия
3. Организационные условия
4. Материально-технические условия, финансирование Программы

Виды деятельности по реализации Программы

1. Научно-методическая
2. Просветительская

3. Диагностическая
4. Профилактическая
5. Коррекционно-развивающая
6. Аналитическая

Приоритетные направления деятельности

1. Научно - методическая работа в рамках взаимодействия « Наука - ВУЗ - школа»
2. Работа с педагогами по овладению технологиями охраны психического здоровья «Здоровый учитель - здоровые дети»
3. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры
4. Диагностическая работа по профилактике и охране психического здоровья детей и подростков
5. Психопрофилактическая, психокоррекционная работы с детьми и подростками , в том числе с ОВЗ
6. Работа с родителями по здоровьесбережению школьников
7. Финансово - экономическое обеспечение реализации программы

6. Этапы и сроки реализации Программы

Программа реализуется в 2017- 2022 годы в три этапа

I этап - диагностический (2017 – 2018 годы):

- 1) анализ тенденций в состоянии здоровья и образа жизни обучающихся;
- 2) изучение передового опыта по сохранению и укреплению психосоматического здоровья участников образовательной деятельности;
- 3) научно - методическое, финансово - экономическое, кадровое обеспечение реализации программы, разработка положений, локальных актов, программ инновационной деятельности по здоровьесбережению в условиях общего и инклюзивного образования.

II этап - основной (2019 - 2021 годы):

- 1) реализация основных мероприятий Программы в рамках комплексной модернизации и развития здоровьесберегающей инфраструктуры школы;
- 2) мониторинговые исследования состояния психосоматического здоровья школьников.

III этап – обобщение и распространения опыта работы школы по данной проблеме (2022 год)

- 1) оценка эффективности Программы;
- 2) издание научно-методических материалов, обобщающих опыт участников Программы;
- 3) проведение научно - практической конференции на базе школы, ЦПКИМР и МГТУ;
- 4) разработка проекта перевода результатов Программы в режим функционирования в школе.

7. Мероприятия по созданию здоровьесберегающих условий общего и инклюзивного образования

1. Научно - методическая работа в рамках взаимодействия «Наука - ВУЗ - школа»

Цель: повышение профессионального уровня в целом, компетентности в вопросах охраны психического здоровья всех субъектов образовательной деятельности: стремления к самообразованию, самосовершенствованию в области личностного здоровьесбережения; связь системы знаний по здоровьесбережению с миром ценностей; владение техниками охраны психофизического здоровья личности.

№ п/п	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные
1	Постоянно действующий теоретико - методологический семинар «Актуальные проблемы охраны психического здоровья личности»	2 раза в год	Зам. директора по НМР
2	Расширение взаимодействия на основе действующего договора школы с МГТУ им. Носова, совместная работа с кафедрой специального образования и медико-биологических дисциплин МГТУ, с ЦППК г. Магнитогорска, с ГБУЗ «Областная психоневрологическая больница № 5: центр психотерапевтической помощи и первичной психопрофилактики среди детей и подростков» г. Магнитогорска.	По плану сотрудничества школы с МГТУ, ЦППК, центра психотерапевтической помощи и психопрофилактики среди детей и подростков при ГБУЗ ОПБ №5	Проректор по науке МГТУ, зав. кафедрой специального образования и медико - биологических дисциплин, директор МОУ «СОШ № 66», зам. директора по НМР, гл.врач психоневрологической больницы
3	Заседания педагогического совета по проблеме психического здоровьесбережения в образовательной и информационной среде.	1 раз в год	Директор
4	Внедрение научных исследований, научно проверенных систем оздоровительной работы в практику работы школы, включение материала о ценностях духовно - нравственного и психического здоровья «Мой внутренний мир»	Ежегодно	Зам. директора по НМР, учителя школы
5	Научно - практические конференции по вопросам изучения и распространения педагогического опыта по проблеме психического здоровьесбережения в образовательной и информационной среде	Ежегодно	Зам. директора по НМР

6	Издание научно-методических разработок	По рекомендациям научно -практических конференций	Зам. директора по НМР, учителя, психолог, социальный педагог, педагоги школы
7	Ознакомление с нормативно-правовой базой, научно – методической литературой педкадров	На занятиях научно - методологического семинара	Зам. директора по НМР
8	Участие педкадров в конкурсах, ВЕБ - семинарах, научных конференциях разного уровня	Постоянно	Зам. директора по УВР, педкадры

Прогнозируемый результат: сформированность у педагогических кадров ключевых компетенций, навыков научно - экспериментальной работы по вопросам охраны психического здоровья личности.

2. Работа с педкадрами по овладению технологиями охраны психического здоровья «Здоровый учитель - здоровые дети»

Цель: Овладение педагогами техниками охраны психического здоровья, наращивания психофизических ресурсов личности

№п/п	Мероприятия	Сроки исполнения	Ответственные	Планируемый результат
1	Тренинги по охране психического здоровья педагогов	По особому графику	Зам. директора по НМР, психолог	Эффективность профилактики синдрома выгорания педагогов
2	Практикум по релаксации, аутотренингу, снятию напряжения в течение рабочего дня	По особому графику	Психолог	Предупреждение неврозов, психических расстройств педагогов, повышение работоспособности путем снятия нервно - психического напряжения
3	Индивидуальные консультации педкадров	По запросу	Психолог	Выявление проблем психологического неблагополучия и оказание психологической помощи педкадрам
4	Тренинги - практикумы по проблемам внедрения технологий коррекционно - развивающей, оздоровительной работы с детьми с ОВЗ	По особому графику	Специалисты ЦППМС, школьный психолог	Повышение мастерства, психологов педкадров по овладению технологиями коррекционно - развивающей, оздоровительной работы с детьми с ОВЗ

5	Обсуждение вопросов охраны психического здоровья на консилиумах по работе с группами детей и подростков с ОВЗ	По запросу	Зам. директора по НМР, психолог, социальный педагог, классные руководители, педкадры	
6	Обсуждение проблем охраны психофизического здоровья на заседаниях школьных методических объединений: 1) «Внедрение современных здоровьесберегающих технологий в практику начального образования»; 2) « Развитие гуманитарного - ценностно-ориентированного мышления на уроках гуманитарного цикла как фактор формирования духовно - нравственного здоровья личности» на заседаниях ШМО гуманитарного цикла; 3) «Формирование критического мышления обучающихся, ценностной ориентации в информационном пространстве как фактор охраны психофизического здоровья» на заседаниях ШМО физико-математического цикла; 4) « Современные психотерапевтические технологии в организации уроков и занятий творчества» на занятиях ШМО эстетического, технологического цикла; 5) «Апробация технологий адаптивной,	По плану работы ШМО.	Руководители ШМО	Внедрение и повышение качества психопрофилактической работы с обучающимися средствами инновационных технологий образования

	лечебной физкультуры в работе с лицами с ОВЗ» на занятиях ШМО учителей физкультуры и ОБЖ. б) «Апробация технологий обучения детей и подростков основам здорового образа жизни» на ШМО классных руководителей			
7	Обучение работников социально - психологической службы технологиям коррекции психического развития, психического состояния обучающихся в рамках повышения квалификации на базе различных медико - образовательных центров, организаций	По запросу	Директор, психологи, социальный педагог	Повышение качества психологической помощи всем субъектам образовательной деятельности
8	Повышение квалификации педкадров в области специальной психологии, коррекционной педагогики, клинической психологии, отчет по данной работе в ходе аттестации	По запросу учебной организации на базе ЧИПКРО, факультета повышения квалификации МГТУ	Директор, зам. директора по УВР, учителя	Обеспечение готовности педкадров к качественной психолого-педагогической коррекционной работе в условиях инклюзивного образования
9	Работа в творческих группах, организация мастер классов, научно - практических конкурсов и конференций по проблематике психофизического здоровьесбережения, в том числе и лиц с ОВЗ	Постоянно по плану экспериментальной работы творческих групп	Учителя, психолог, социальный педагог	Повышение педмастерства педагогов, работающих в условиях общего и инклюзивного образования
10	Подготовка педагогов-тренеров для организации и проведения обучения детей и подростков основам здорового образа жизни	По запросу школы	Учителя, специалисты ЦППМС	Повышение компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения обучающихся
11	Овладение технологиями по проектированию индивидуальных образовательных	Постоянно	Зам. директора по НМР, учителя	Повышение качества индивидуальной работы по здоровьесбережению школьников

	маршрутов в образовательной деятельности в рамках реализации основной и адаптированной программ начального, основного и среднего общего образования на основе составления Паспортов здоровья школьников			
12	Повышение квалификации педагогов по вопросам здоровьесбережения, специальной психологии и коррекционной педагогики	По запросу школы на базе ЧИПКРО, факультета повышения квалификации МГТУ	Зам. директора по НМР, учителя	Обеспечение готовности работы педагогов в условиях инклюзивного образования

Прогнозируемый результат: снижение показателей заболеваемости педагогов, количества больничных листов, повышение работоспособности педагогов, снижение уровня тревожности, утомляемости.

Внедрение и повышение качества психопрофилактической работы с обучающимися средствами инновационных технологий обучения и воспитания:

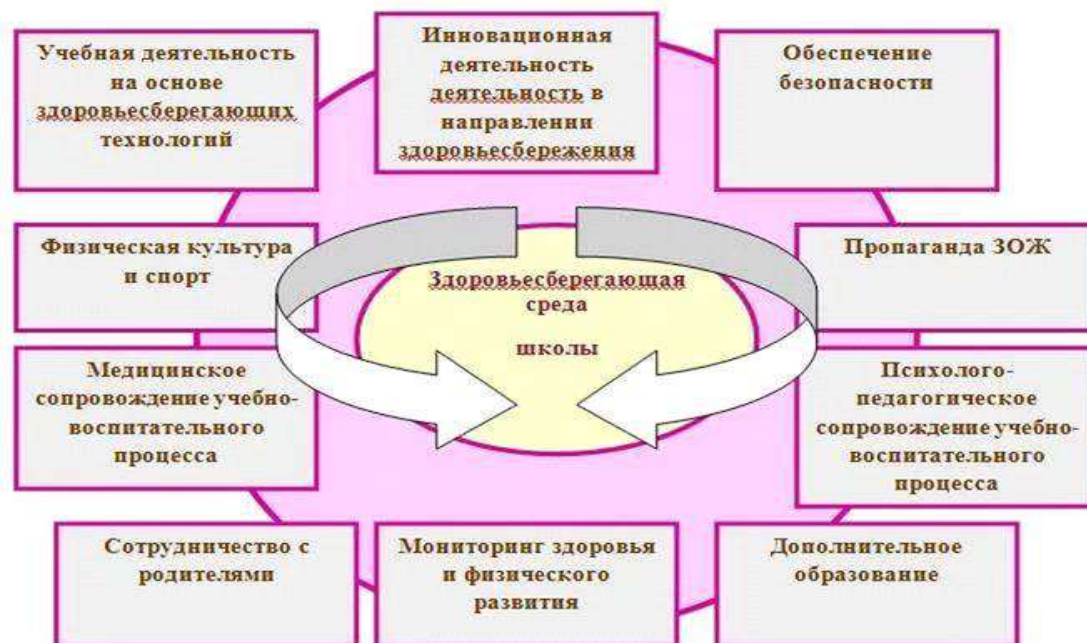
- 1) Обеспечение основ охраны психического здоровья обучающихся.
- 2) Формирование духовных первооснов психического здоровья на основе обучения выбору ценностно-смысловых, нравственных ориентаций на уроках гуманитарного цикла
- 3) Формирование духовных первооснов психического здоровья на основе формирования критического мышления на уроках естественно - научного цикла, помогающего правильной ориентировке обучающихся в информационном пространстве, противостоянию деструктивным влияниям.
- 4) Апробация технологий арт- психотерапии творчества.
- 5) Апробация технологий адаптивной физкультуры с целью коррекции физических качеств лиц с ОВЗ.
- 6) Повышение качества воспитательной работы.
- 7) Обеспечение высокого качества психокоррекционной психологической деятельности.

3. Создание здоровьесберегающей инфраструктуры

Цель: создание организационных условий для реализации программы

Эффективность реализации этого блока зависит от деятельности администрации образовательной организации.

МОДЕЛЬ «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ»



№ п/п	Деятельность	Сроки	Ответственный	Планируемый результат
1	Осуществление контроля за реализацией этого блока	Ежегодно	Директор МОУ «СОШ № 66»	Создание условий: кадровое обеспечения, материально-техническое, финансовое
2	Осуществление контроля за состоянием профилактики психосоматических заболеваний обучающихся, в том числе и с ОВЗ	Постоянно	Директор, медицинский работник	Обеспечение соответствия состояния и содержания зданий и помещений школы санитарным и гигиеническим нормам, требованиям охраны психосоматического здоровья и охраны труда обучающихся; наличие и необходимое оснащение помещений для рационального и полноценного питания обучающихся; оснащение кабинетов, физкультурного зала, спортивных площадок необходимым игровым и спортивным оборудованием и

				инвентарём для проведения занятий физкультуры, спорта, адаптивной физкультуры и ритмики.
3	Организация учебно-воспитательной деятельности в соответствии с гигиеническими и психогигиеническими нормами	Ежеквартально	Администрация школы	Приведение образовательного процесса в соответствие состоянию психосоматического здоровья обучающихся. Наличие условий сохранения и укрепления психосоматического здоровья как важнейшего фактора развития личности обучающихся, в том числе и с ОВЗ
4	Контроль за соблюдением прав ребенка всеми работниками школы с целью охраны психосоматического здоровья обучающихся	Постоянно	Педколлектив и администрация школы	
5	Организация воспитательной работы, направленная на формирование у обучающихся с здорового образа жизни	Ежегодное планирование воспитательной работы и работа по плану	Заместитель директора по ВР	Приоритетное отношение к своему психосоматическому здоровью: наличие мотивации к совершенствованию физических и психических качеств здоровой целостной личности с гуманно ориентированным мировоззрением. Наличие у обучающихся, в том числе и с ОВЗ, потребности ЗОЖ.
6	Пропаганда передового опыта в области охраны психосоматического здоровья, ЗОЖ, профилактики вредных привычек.	По особому графику	Зам. по НМР, руководители ШМО, классные руководители	Повышение здоровьесберегающей грамотности у всех участников образовательной деятельности

	Разработка рекомендаций по здоровьесберегающему просвещению педкадров, обучающихся и родителей.			
7	Организация анализа диагностической работы по результативности деятельности по охране психосоматического здоровья обучающихся, в том числе и с ОВЗ	Ноябрь, декабрь каждого года	Классные руководители, психолог, учителя физвоспитания, медицинский работник школы	Формирование здоровой целостной личности
8	Организация просветительской работы по пропаганде основ рационального питания. Осуществление мониторинга количества питающихся	Ежемесячно	Ответственный за организацию питания, классные руководители, медицинский работник школы	Обеспечение качественного горячего питания обучающихся, в том числе с ОВЗ; формирование представления о правильном (здоровом) питании, его режиме, структуре, полезных продуктах
9	Обеспечение диспансеризации работников школы и обучающихся. Организация санитарно-гигиенического и противоэпидемического, щадящего режима с целью охраны психосоматического здоровья: диспансерное наблюдение ; профилактическая работа по предупреждению заболеваемости, в том числе психических расстройств; обучение гигиеническим и психогигиеническим навыкам участников образовательной деятельности	Ежегодно, в течение каждого учебного года	Медицинский работник, администрация школы	Профилактика и раннее выявление соматических и психических заболеваний работников и обучающихся школы
10	Организация комплексного изучения личности ребенка, (в том	Ежегодно	Специалисты ЦППМС, председатель	Обеспечение условий для обучения детей, в том числе с ОВЗ,

	числе с ОВЗ, с психическими заболеваниями, с эмоционально - поведенческими нарушениями) с фиксацией данных в Паспорте здоровья обучающегося. Обеспечение рекомендаций для учителей, родителей по дальнейшей тактике работы с данными детьми		школьной ПМПК, психолог, специальный психолог школы	психическими заболеваниями, испытывающими трудности в обучении, отклонениями в поведении в условиях общего и инклюзивного образования.
11	Формирование благоприятного психологического климата в коллективе: - профилактика детской дезадаптации, психопрофилактика; - пропаганда и поддержание здоровых отношений в семье и коллективах образовательной организации	В течение каждого учебного года	Психолог, социальный педагог, специальный психолог	Создание благоприятного психо-эмоционального фона: развитие адаптационных возможностей; совершенствование коммуникативных навыков, формирование психологической культуры личности как условия охраны психического здоровья.
12	Осуществление коррекции речевых нарушений у детей. Обеспечение социальной адаптации детей логопатов	По плану работы логопеда	Специалисты ЦППМС, учитель - логопед	Снижение речевых нарушений; социальная адаптация детей логопатов
13	Контроль за соблюдением требований по профилактике психосоматического здоровья в образовательной организации. Участие в обсуждении совместной деятельности педколлектива в реализации программы охраны психофизического здоровья обучающихся, родителей по здоровьесбережению.	По плану школы	Родители, общественники – члены Совета школы	Обеспечение результативности совместной работы семьи и школы по охране психофизического здоровья обучающихся в условиях общего и инклюзивного образования

	Участие в совещаниях по подведению итогов по сохранению психофизического здоровья обучающихся			
14	Организация ступенчатого режима повышения нагрузки для обучающихся 1, 5, 10 классов с целью психопрофилактики в период адаптации к новым требованиям в сентябре - ноябре каждого учебного года		Зам. директора по УВР, учителя, психолог, специальный психолог	Повышение адаптационных возможностей обучающихся, охрана их психического здоровья в условиях общего и инклюзивного образования
15	Анализ и коррекция расписания уроков	Сентябрь, январь, апрель каждого учебного года	Зам. директора по НМР, УВР	Обеспечение соответствия учебной нагрузки психофизиологическим особенностям школьников разных возрастов и особенностей развития обучающихся в условиях общего и инклюзивного образования
16	Организация динамических пауз на уроках, подвижных перемен, активного отдыха на свежем воздухе после уроков перед внеурочными занятиями. Создание условий, способствующих оптимальному двигательному режиму у обучающихся разных возрастов	Ежедневно	Учителя, в том числе учителя физической культуры	Профилактика гиподинамии как фактор охраны психофизического здоровья обучающихся, в том числе с ОВЗ
17	Включение вопросов здоровьесберегающей направленности в тематическое планирование рабочих предметных программ по биологии, ОБЖ, физической культуре и	Август, каждого учебного года	Учителя - предметники	Повышение уровня культуры здоровьесбережения обучающихся

	др.в августе каждого учебного года			
18	Контроль за рациональным использованием цифровых образовательных средств	Ежеквартально	Зам. директора по информатизации	Профилактика информационных перегрузок обучающихся, оптимизация информационного обеспечения образовательной деятельности
19	Оптимизация школьного учебного плана, индивидуальных учебных планов обучающихся, в том числе и с ОВЗ, на основе здоровьесберегающих принципов	Август, ежегодно	Зам. директора по УВР, учителя, психологи	Профилактика перегрузок, оптимизация образовательной деятельности, компонентов учебной и внеурочной деятельности
20	Налаживание межведомственных связей, расширение сетевого сотрудничества школы с организациями здравоохранения, дополнительного образования, спорта, СМИ, учреждениями культуры, общественными организациями г. Магнитогорска с целью создания полноценной здоровьесберегающей инфраструктуры школы	Планирование работы ежегодно	Зам. директора по НМР	Повышение качества психопрофилактической работы среди детей и подростков, оперативности оказания психотерапевтической помощи в условиях общего и инклюзивного образования
21	Обогащение содержания образования по ЗОЖ с помощью кружков и элективных курсов, занятий ФГОС, коллективных творческих дел, мероприятий по ЗОЖ	По плану внеурочной деятельности ежегодно	Администрация школы, учителя	Использование многообразия форм и методов работы по пропаганде ценностей здоровья, здорового образа жизни, владения школьниками разнообразными методами психосоматического здоровьесбережения

Прогнозируемый результат: повышение эффективности влияния здоровьесберегающей среды на состояние психологического и психического здоровья обучающихся в условиях общего и инклюзивного образования.

4. Диагностическая работа по профилактике и охране психического здоровья детей и подростков

Цель: проведение диагностических исследований, многомерного анализа развития лиц, нуждающихся в своевременной психологической (при необходимости в психотерапевтической) помощи на основе психологических, педагогических (при необходимости медицинских исследований) для эффективного и своевременного оказания помощи, поддержки, коррекции развития и поведения детей и подростков с опорой на сильные стороны личности.

№ п/п	Деятельность	Сроки	Ответственные	Планируемый результат
1	Усовершенствование диагностической деятельности психологов на базе различных центров для соблюдения нормативных предписаний создателей и пользователей психологических тестов, ознакомления с новыми методами психологической диагностики	По графику повышения квалификации	Специальный психолог, психолог	Повышение качества общей и специальной психологической помощи детям: определения целей, задач и возможностей использования психологических и клинических данных при установлении проблем развития и дальнейшей коррекционной деятельности в школе
2	Диагностика состояния ребенка в зависимости от семейного неблагополучия в семьях «группы риска» через наблюдения за детьми, посещение семей, визуальный осмотр детей медицинским работником школы и классными руководителями. Оформление социального паспорта школы	По запросу	Социальный педагог, медицинский работник, классные руководители	Принятие превентивных мер по оздоровлению обстановки воспитания детей, предупреждения насилия и жестокости по отношению к детям совместно с органами местной власти, службой по социальной защите семьи и детства, с правоохранительными и общественными организациями
3	Дифференциация степени семейного неблагополучия и их	По запросу	Социальный педагог, медицинский	Обеспечение оперативной помощи детям и подросткам,

	факторов		работник, классные руководители, с привлечением сотрудников ИДН и различных социальных служб, кризисных центров	находящимся в трудной жизненной ситуации. Профилактика алкоголизации, употребления психоактивных веществ, экстремизма и преступности как фактора психического и психологического неблагополучия ребенка
4	Диагностика положения ребенка в семье и микросоциуме (анализ характера семейных взаимоотношений, состава семьи, увлечений ребенка и способностей, характера взаимоотношений с друзьями и в референтных группах)	По запросу	Социальный педагог, медицинский работник, классные руководители, психолог (по запросу родителей, классных руководителей)	Повышение качества воспитательной работы, своевременная коррекция межличностных отношений
5	Скрининговое обследование школьников, выявление детей с отклонениями в развитии и несложными депрессивными невротическими состояниями	Сентябрь - октябрь каждого года	Психолог, специальный психолог (ежегодно)	Оперативность принятия мер помощи детям в вопросах охраны их психического здоровья и анализ ситуации в школе
6	Углубленная диагностика школьников с ОВЗ	Ноябрь - декабрь ежегодно	Специальный психолог (ежегодно)	Совершенствование организации системы адаптированного образования (разработка адаптированных программ, индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуализация воспитания коррекционной помощи детям с ОВЗ)
7	Углубленная диагностика детей с	По запросу	Специальный психолог с	Повышения качества адресной психолого -

	СДВГ		привлечением детских неврологов по согласованию с родителями	педагогической помощи детям в системе психолого - педагогического сопровождения образовательной деятельности в начальной школе
8	Углубленная диагностика детей с несложными невротическими и депрессивными состояниями и выявление их причин	По запросу	Специальный психолог с привлечением детских неврологов по согласованию с родителями и школьниками	Профилактика неврозов и депрессий детей, оперативность оказания помощи для предупреждения серьезных психических расстройств
9	Углубленная диагностика обучающихся "группы риска" для своевременного определения акцентуации характера	Декабрь ежегодно	Психолог, специальный психолог	Совершенствование системы индивидуального воспитания, коррекционной работы, профилактика психических заболеваний в подростковом и юношеском возрасте
10	Углубленная диагностика несложных невротических и депрессивных состояний подростков и их причин	По запросу	Психолог, специальный психолог	Профилактика неврозов и депрессий детей, оперативность оказания помощи для предупреждения серьезных психических расстройств. Профилактика вредных привычек и аддиктивного поведения подростков
11	Выявление «групп риска» среди детей и подростков: вредных привычек и склонностей к алкоголизму, наркомании, суициду, игровой и компьютерной зависимости, уходу из дома, наличия экстраординарных,	В течение каждого учебного года	Психолог, специальный психолог, социальный педагог, учителя (ежегодно)	Разработка и реализация профилактических программ, своевременное адресное оказание помощи в профилактике вредных привычек, деликвентного

	опасных для жизни увлечений, возможности примыкания к экстремистским группам и сектам			поведения
12	Диагностика личностных особенностей детей, которые могут оказать влияние на формирование аддиктивного поведения (повышенная тревожность, низкая стрессоустойчивость, неустойчивая я - концепция, низкий уровень самооценки, неспособность к эмпатии, некоммуникабельность, повышенный эгоцентризм, низкое восприятие социальной поддержки, стратегия избегания при преодолении стрессовых ситуаций, агрессивное поведение, направленность на поиск ощущений и др.)	Ноябрь ежегодно	Специальный психолог	Эффективность диагностико - прогностической работы по предупреждению отклонений в развитии и поведении обучающихся в школе и семье
13	Анонимное анкетирование школьников для выявления удовлетворенности отношений «родители - обучающийся», «учитель обучающийся»	Ежегодно	Администрация школы, психолог, социальный педагог	Оперативное принятие мер по устранению факторов, вредных психическому здоровью школьников
14	Анонимное анкетирование по изучению сфер интересов школьников при использовании информационных технологий во время досуга обучающихся	Ежегодно	Классные руководители	Профилактика вреда для психического здоровья школьников, которое может нанести асоциальная группа лиц с помощью информационно - психологических технологий,

				оперативность принятия мер по отношению к детям и подросткам, попавшим в пагубную информационную зависимость
15	Анонимное анкетирование детей и подростков для выявления в школе детей и подростков со склонностью к химической и нехимической зависимостей	Ежегодно	Администрация школы, психолог, социальный педагог	Эффективность планирования и реализации профилактических программ аддиктивного поведения
16	Анкетирование, беседы с детьми и родителями семей мигрантов по проблемам неблагополучной социализации	Ежегодно	Психолог, специальный психолог, классные руководители, специалисты ЦППМС	Оптимизация социальной адаптации детей мигрантов

Прогнозируемый результат: обеспечение качества психопрофилактической работы на диагностико - прогностической основе; оздоровление условий воспитания в семье и школе как фактора успешной психопрофилактики. Обеспечение высокого качества использования стандартизированного валидного современного, научно обоснованного диагностического инструментария для повышения качества воспитательной, психопрофилактической, психокоррекционной работы с детьми и подростками, в том числе и с ОВЗ.

5. Психопрофилактическая, психокоррекционная работа с детьми и подростками, в том числе с ОВЗ

Цель: оказание помощи детям с целью профилактики отклонений в развитии и психических нарушений, формирование стрессоустойчивой и успешной личности. Оказание помощи в осознании механизмов формирования их собственного поведения, развитие ресурсов подростков: формирование у них адекватного представления о себе, социальной компетентности, умения принимать на себя ответственность за свою жизнь, адекватно оценивать степень риска от того или иного действия, умения общаться с окружающими, сопереживать им, находить и оказывать поддержку.

№ п/п	Мероприятия	Сроки	Ответственные	Планируемый результат
1	Первичная психопрофилактика и психотерапевтическая	Ежегодная диспансеризация детей,	Комиссия по диспансеризации с участием	Своевременная организация коррекционной работы с

	помощь детям с отклонениями в развитии на основе ранней диагностики отклонений в развитии и психических расстройств у детей. Психологическое сопровождение формирования личности с ОВЗ в соответствии с основными и адаптированными образовательными программами школы	обследование при приеме в школу	в работе психолога на базе детской поликлиники, специалистов центра психопрофилактики ГБУЗ «ОПБ» №5, школьный психолог, специальный психолог	детьми с отклонениями развития, доразвитие высших психических функций в сензитивные периоды жизни ребенка, эффективность лечения психических расстройств
2	Первичная психопрофилактика, первичная психотерапевтическая помощь на основе диагностики отклонений в развитии и психических расстройств у подростков. Психологическое сопровождение образовательной деятельности в основной школе в соответствии с основными и адаптированными образовательными программами школы	Ежегодная диспансеризация подростков,	Комиссия по диспансеризации на базе детской поликлиники, специалисты центра психопрофилактики ГБУЗ «ОПБ» №5, школьный психолог, специальный психолог	Своевременная организация коррекционной работы с подростками с отклонениями развития в пубертатный период, эффективность психологической коррекции делинквентного поведения
3	Индивидуальное консультирование детей, подростков, в том числе и с ОВЗ, с разными формами депрессий и отклонений в поведении и их родителей (лиц, их заменяющих)(при условии отсутствии депрессии как болезни)	По запросу	Специалисты детской поликлиники, специалисты ЦППМС, психолог школы	Обеспечение повышения адаптационных возможностей организма человека, регуляции депрессивных состояний
4	Адресная помощь по психопрофилактике, оказанию психотерапевтической помощи в острых стрессовых, посттравматических ситуациях, при депрессивных состояниях	По запросу	Специалисты детской поликлиники, специалисты ЦППМС, специалисты городского кризисного центра	Обеспечение комплексной психологической и психотерапевтической помощи детям, подросткам и членам их семей на основе межведомственного взаимодействия специалистов системы

	детей и подростков школы (психологическая помощь, педагогическая поддержка педагогов и родителей) (в том числе специальная помощь детям - мигрантам)		психопрофилатки, специальный психолог	здравоохранения и образования
5	Психокоррекционная работа по обучению социальным навыкам и умениям преодоления стресса детей и подростков, в том числе и с ОВЗ, при помощи методов групповой когнитивно - поведенческой, семейной психотерапии, психотерапии межличностных отношений	По запросу	Психолог, специальный психолог, педагоги - тренеры для организации и проведения обучения детей и подростков основам здорового образа жизни	Обеспечение своевременной и эффективной профилактики невротического и патопсихопатического формирования личности обучающихся, делинквентного поведения
6	Профилактика психических нарушений в режиме работы школы, коррекция болезненных состояний детей и подростков в щадящем режиме, включение обучающихся в учебно - познавательную (урочную) и развивающую, творческую (послеурочную) деятельность с применением методов арттерапии, здоровьесберегающих технологий	Ежегодно по плану работы школы	Администрация, специальный психолог, педколлектив, учителя физической культуры	Эффективность мероприятий по профилактике психических и поведенческих расстройств обучающихся в образовательной деятельности
7	Осуществление оперативной психологической помощи обучающимся в состоянии депрессии, со склонностью к суицидальным действиям по рекомендованному психиатрами алгоритму.	По запросу педагогов и родителей	Психолог школы, специальный психолог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной психопрофилатки среди детей и подростков ГБУЗ №ОПБ № 5»,	Устранение факторов и случаев суицида

			специалисты ЦППМС, социальный педагог, специалисты телефона доверия	
8	Информирование о суицидальных намерениях узкого круга лиц (администрация, классный руководитель, родители) и комплексная адресная помощь (при необходимости согласование своих действий с соответствующими специалистами)	При необходимости	Психолог	Стабилизация ситуации по предотвращению суицидов несовершеннолетних
9	Индивидуальная работа с совершившим суицидальную попытку в постсуицидальный период (индивидуальное консультирование обучающегося, членов семьи), индивидуальная работа по оказанию психиатрической, психотерапевтической помощи при необходимости	По запросу	Специальный психолог школы, социальный педагог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной психопрофилактики среди детей и подростков ГБУЗ №ОПБ № 5»	Устранение факторов и случаев суицида
10	Мероприятия, направленные на стабилизацию ситуации (встреча с классом, в котором произошёл суицид, выявление детей, нуждающихся в психологической помощи, приглашение их на индивидуальные консультации; проведение тренингов по саморегуляции для педагогов и школьников, тренингов активной	По запросу	Психолог школы, специалисты психологических центров, социальный педагог	Предотвращение повторных попыток суицида или суицидальных действий сверстников

	стратегии по решению проблем)			
11	Коррекционная работа по развитию когнитивной сферы детей с нарушениями в развитии различного генеза (групповая и индивидуальная)	По особому плану	Специальный психолог, логопед, специалисты ЦППМС	Оптимизация развития детей и подростков, развивающихся по типу ретардации (отставания в развитии)
12	Коррекционная работа с гиперстениками и гипостениками (лечебно-оздоровительные мероприятия с индивидуальной организацией режима дня, занятий, коррекция СДВГ, эмоционально - поведенческой сферы на психологических тренингах, на занятиях общей и адаптивной физической культуры)	По особому плану	Специалисты детской поликлиники, специалисты ЦППМС, специальный психолог, учитель физической культуры	Устранение симптомов СДВГ, коррекция эмоционального состояния и поведения таких детей, предупреждение развития психопатизации личности
13	Профилактика и коррекция детских неврозов (лечебно - оздоровительные мероприятия, щадящий режим дня, устранение невротизирующих факторов, педагогическая поддержка со стороны педагогов и родителей с единой стратегией воспитания, выполнения рекомендаций психолога, тренинги семейной психотерапии коррекции детско - родительских отношений, тренинги эмоционально - личностной сферы, поведенческие тренинги, применение методов арттерапии)	По особому плану	Специалисты детской поликлиники, специалисты ЦППМС, специальный психолог, социальный педагог	Эффективность профилактики и коррекции неврозов, устранения факторов развития невротической личности, предупреждение и коррекция девиантного поведения детей и подростков с целью их успешной социальной адаптации
14	Профилактика безнадзорности, алкоголизации, наркоманизации и криминализации детей и подростков, психических	Воспитательная, досугово - развивающая, коррекционная работа в бесплатных	Специальный психолог, социальный педагог, классные руководители,	Повышение качества профилактической и воспитательной работы с детьми и подростками "группы риска"

	отклонений детей из семей «группы риска» с адресной помощью, организация бесплатных групп сопровождения в школе для детей семей «группы риска»	группах сопровождения по особому плану	тьюторы	
15	Профилактика аутизации, игровой и интернет - зависимости	По особому плану	Зам. директора школы по информатизации, учителя, специальный психолог, классные руководители, тьюторы	Повышение эффективности работы по предупреждению и коррекции игровой и компьютерной зависимости детей и подростков.
16	Профилактика вовлечения подростков «группы риска» в тоталитарные секты		Специальный психолог, социальный педагог, классные руководители, тьюторы	Предупреждение пагубного влияния асоциальных лиц на школьников
17	Формирование критического мышления, адекватного реагирования на негативное влияние молодежной субкультуры и определенной рода информацию на сайтах интернет - пространства, литературным источникам экстремистского характера	Постоянно в образовательной деятельности	Зам. директора школы по информатизации, учителя, специальный психолог, классные руководители, тьюторы, родители	Повышение эффективности работы по предупреждению и коррекции игровой и компьютерной зависимости детей и подростков. Предупреждение экстремизма.
18	Организация работы по самообразованию и самовоспитанию с помощью информационных технологий	По индивидуальным планам самообразования и самовоспитания	Зам. директора школы по информатизации, учителя, классные руководители	Формирование творческой самоактуализирующейся личности школьника как фактор эффективной психопрофилактики
20	Тренинги личностного роста, профсамоопределения личности, эффективной коммуникации и профилактики стресса с обучением навыков самопознания, самовоспитания, психологической	По особым программам	Учителя - тренеры для организации и проведения обучения детей и подростков основам здорового	Повышение уровня знаний в области психологии стресса, поиск и развитие скрытых ресурсов организма, актуализация адаптационных и физиологических ресурсов личности

	самопомощи.		образа жизни, психолог	обучающегося
21	Психологическая коррекция и помощь в социальной адаптации детям и подросткам мигрантам, в том числе лицам с ОВЗ	По особым программам	Психолог, специальный психолог, социальный педагог, учителя	
22	Проведение тренингов с мигрантами по обучению навыкам поведения в новых социальнокультурных условиях, в том числе лиц с ОВЗ	По особым программам	Психолог,	Оптимизация социальной адаптации с детьми мигрантов, в том числе и лиц с ОВЗ
23	Групповые и индивидуальные сеансы психологической реабилитации на основе комплексной психофизиологической диагностики состояния человека с целью снижения и коррекция негативных последствий любого стресса и психологической напряженности в умиротворяющей атмосфере сенсорной комнаты (цветотерапия, музыкотерапия, изотерапия).	По запросу	Специальный психолог	Обеспечение повышения адаптационных возможностей организма человека, регуляции, психовегетативных процессов, повышение стрессоустойчивости. Эмоциональная разгрузка человека, развитие коммуникативных функций, гармонизация общего состояния. Обучение расслаблению с антидепрессивным эффектом, снижение утомляемости, уменьшение раздражительности и тревоги, расслабление скелетной мускулатуры, что улучшает общее психофизиологическое состояние, способствует нормализации сна.

Прогнозируемый результат: повышение уровня психосоматического здоровья обучающихся в условиях общего и инклюзивного образования; улучшение психологического и физиологического состояний, снижения количества развившихся в период школьного обучения психических заболеваний, профилактика формирования девиантного, делинквентного, суицидального и аддиктивного поведения детей и подростков.

6. Работа с родителями по здоровьесбережению школьников, устранение вредных воздействий на психическое здоровье в семье

Цель: укрепление психического здоровья семьи, повышение компетентности родителей в вопросах охраны здоровья детей; психопрофилактика, организация сотрудничества семьи и школы, формирование благоприятной атмосферы воспитания духовно, физически и психически здоровой личности в семье, помощь в гармонизации межличностных семейных отношений.

№п/п	Мероприятия	Ответственные	Планируемый результат
1	Просветительская и профилактическая работа с родителями по проблеме здоровьесбережения, охраны психосоматического здоровья детей и подростков в формах родительского университета, родительских собраний, конференций	Администрация, педагогический коллектив	Повышение уровня педагогической культуры родителей, компетентности в вопросах здоровьесбережения, в том числе и лиц с ОВЗ
2	Организация лектория для родителей со специалистами: педиатрами, психиатрами, наркологами, экологами, психологами, сотрудниками ИДН, кризисных центров и т.п.	Социальный педагог, психолог, учителя, медицинский работник	Повышение компетентности родителей по вопросам психопрофилактики, профилактики вредных привычек, асоциальных действий детей и подростков
3	Брифинги «вопрос - ответ», рекомендации специалистов на сайте школы	Социальный педагог, психолог, учителя, медицинский работник	Индивидуальная помощь родителям по вопросам воспитания детей в семье, решения актуальных проблем
4	Круглые столы по пропаганде передового опыта семейного воспитания, здоровьесбережения школьников	Социальный педагог, психолог, специальный психолог учителя, медицинский работник	Овладение родителями практическими способами и методами здоровьесбережения обучающихся, в том числе с ОВЗ, в условиях семейного воспитания
5	Групповые тренинги и семинары по оказанию психологической помощи по проблематике семейного консультирования	Психолог, специальный психолог	Выработка позитивных установок, навыков бесконфликтного общения, решения семейных проблем
6	Адресная помощь с выездом на дом к неблагополучным, нуждающимся в материальной и психологической помощи семьям с привлечением	Социальный педагог, психолог, специальный психолог	Обеспечение качества адресной помощи неблагополучным семьям, профилактика

	социальных служб и специалистов органов опеки и ЦППМС		нездорового образа жизни, аддиктивного поведения, дромомании, правонарушения детей и подростков
7	Психолого - педагогическое сопровождение семей с неблагоприятным микроклиматом для здоровьесбережения детей и подростков	Социальный педагог, психолог, специальный психолог, классные руководители, учителя	Профилактика психических нарушений обучающихся, эффективность своевременной поддержки в кризисных ситуациях
8	Индивидуальные консультации родителей по проблемам воспитания детей и подростков с девиантным поведением в семье. Коррекция межличностных отношений, устранение последствий психотравм, профилактика суицида, химических и психологических зависимостей, адаптация семей мигрантов к сложным условиям	Психолог, специальный психолог, социальный педагог (с привлечением специалистов ЦППМС)	Повышение эффективности взаимодействия семьи и школы, семьи и медицинских, общественных организаций
9	Участие родителей в психопрофилактических акциях, мероприятиях школы, класса	Зам. директора по ВР., педагог - организатор, классные руководители	Активизация работы по психопрофилактике всех участников образовательной деятельности
10	Тренинги, ролевые игры по проблеме коррекции детско - родительских отношений, обучению воспитательного воздействия с партнерских позиций	Психолог, учителя	Выработка позитивных установок, навыков бесконфликтного общения
11	Привлечение родителей в Совет школы, к деятельности родительских комитетов, к организации мероприятий по охране психосоматического здоровья	Директор, классные руководители	Повышение роли органов самоуправления, родительской общественности в создании здоровьесберегающей инфраструктуры
12	Организация микрокружков по организации оздоровительных мероприятий, занятий по интересам с целью вовлечения безнадзорных детей, школьников из неполных, неблагополучных семей в досугово - развивающую деятельность в условиях семейного воспитания	Зам. директора по ВР, педагог - организатор, учителя физической культуры, классные руководители	Создание здоровьесберегающей среды, профилактика детской безнадзорности как фактора профилактики правонарушений, преступности, психических нарушений

13	Обеспечение активного участия родителей в спортивно - оздоровительных мероприятиях школы, участия в походах и экспедициях	Зам. директора по ВР, педагог - организатор, классные руководители	Активизация работы по психопрофилактике всех участников образовательной деятельности
14	Совместная работа семьи и школы по организации месячников и дней здоровья с выездом за город и с включением техник психопрофилактики в эту работу	Зам. директора по ВР, педагог - организатор, классные руководители	Активизация работы по психопрофилактике всех участников образовательной деятельности
15	Организация клуба активистов «Здоровая семья - успешный ребенок», пропагандирующего в школе и микрорайоне ценности культуры ЗОЖ, методы охраны психосоматического здоровья	Зам. директора по ВР., педагог - организатор, классные руководители	Создание здоровьесберегающей среды в микрорайоне
16	Активное участие членов клуба и других родителей в интернет - конференциях, веб - семинарах и конкурсах по вопросам здоровьесбережения детей и подростков	Зам. директора по НМР, зам. директора по информатизации, психолог, специальный психолог, учителя	Активизация работы по пропаганде передового опыта по психопрофилактике для всех участников образовательной деятельности
17	Активное участие членов родительского комитета в работе Совета профилактики безнадзорности и правонарушений, в организации рейдов и акциях по проблеме здоровьесбережения, охраны здоровья детей, страдающих от насилия и жестокости взрослых	Зам. директора по ВР, социальный педагог, сотрудники ИДН	Повышение эффективности деятельности родительской общественности совместно со школой, правоохранительными органами по профилактике детской безнадзорности и преступности, психических расстройств вследствие жестокости взрослых по отношению к детям
18	Вовлечение родителей в психопрофилактическую работу по охране детей и подростков от влияния вредных факторов информационного пространства, от вовлечения школьников в социально - опасные движения (суицид, криминал и др.)	Зам. директора по ВР, информатизации, психолог, специальный психолог, учителя	Повышение эффективности психопрофилактической работы средствами противодействия вредным информационным влияниям на детей и подростков

Прогнозируемый результат: достижение высокого, оптимального, приемлемого уровня компетентности разной категории родителей в вопросах охраны психосоматического здоровья ребенка; отсутствие случаев суицида, правонарушений и преступлений, травматизма детей и подростков

7. Финансово - экономическое обеспечение реализации Программы

Цель: обеспечение материально - технических условий реализации Программы

№ п/п	Мероприятия	Сумма финансирования	Ответственные
1	Введение 1 ставки заместителя директора по научно - методической работе с целью планомерной и комплексной реализации программы, апробаций инноваций в образовательной деятельности без угрозы психофизическому здоровью обучающихся	По тарификации	Директор школы
2	Введение 1 ставки специального психолога для работы с детьми с ОВЗ, детьми с пограничными состояниями с целью предотвращения нарушений психического здоровья обучающихся	По тарификации	Директор школы
3	Введение 2 ставок тьюторов для групп сопровождения обучающихся «группы риска» с целью профилактики безнадзорности, вредных привычек, девиантного поведения, правонарушений и преступности	По тарификации	Директор школы
4	Оплата работы в школе логопеда (по совместительству)	По тарификации	Директор школы
5	Оплата курсов повышения квалификации педагогов - тренеров по здоровьесбережению, психолога, специального психолога, учителей физкультуры (обучение технологиям адаптивной физкультуры, передовым методам физкультурно - оздоровительной работы)	По мере необходимости и при наличии средств	Директор школы
6	Оплата курсов повышения квалификации педагогов по изучению передового опыта по охране психического здоровья школьников	По мере необходимости и наличия средств	Директор школы
7	Научно - методических публикации работников школы по данной проблеме	По мере необходимости и наличия средств	Директор школы
8	Публикация материалов научно - практической конференции	50 тысяч	Внебюджетные средства
9	Оснащение кабинета психолога, специального	242340 рублей	Средства

	психолога арсеналом средств для качественного выполнения работы (приобретение литературы, техники, прикладных программ для компьютеризированных диагностических обследований обучающихся, пакетов диагностических методик и стимульных материалов, игрового и арт-оборудования для проведения психокоррекционных занятий)		гранта
10	Оснащение кабинета логопеда оборудованием для диагностической и коррекционно-развивающей деятельности	119450 рублей	Средства гранта
11	Оборудование сенсорной комнаты для быстрой нормализации психоэмоционального состояния, стимулирующего процессы саморегуляции с использованием программ психологической реабилитации	58000 рублей	Средства гранта

Планируемый результат: повышение уровня материально-технического оснащения школы для обеспечения условий охраны психофизического здоровья обучающихся в системе общего и инклюзивного образования.

8. Прогноз результатов работы по реализации Программы

В работе по сохранению и укреплению здоровья обучающихся примут участие педагогический коллектив школы, медицинский работник, социально-психологическая служба сопровождения образовательной деятельности, родители обучающихся (лиц, их заменяющих). В результате совместной работы ожидается:

- Создание активной здоровьесберегающей инфраструктуры школы, способствующей сохранению психофизического здоровья педагогов и обучающихся и формированию ценностей, мотивации участников образовательной деятельности на здоровый образ жизни.
- 100% реализация содержания программы с целью обеспечения условий полноценного развития, психопрофилактики в системе общего и инклюзивного образования.
- Внедрение научно - методических подходов к организации здоровьесбережения в условиях общего и инклюзивного образования и формирование мотивации педагогического коллектива к повышению профессионального уровня в овладении и использовании здоровьесберегающих технологий.
- Снижение уровня заболеваемости среди детей и подростков. Предупреждение развития нервно - психических расстройств в период обучения в школе.
- Устранение случаев суицида, химической и нехимической зависимости, правонарушений и преступлений детей и подростков.
- Создание благоприятного морально-психологического климата в семье и школе, реализация принципов педагогики сотрудничества с целью охраны психического здоровья детей.
- 90% удовлетворенность обучающихся системой отношений «ребенок - взрослый» в семье и школе, «обучающийся - обучающийся» в школьном коллективе.

Высокий уровень организации взаимодействия работников образования, культуры, здравоохранения, правоохранительных органов, соцзащиты, СМИ и общественных организаций, способствующий достижению оптимального качества общего и инклюзивного образования, охраны психического здоровья обучающихся в образовательной деятельности.

Анализ результативности реализации программы достигается в процессе самоанализа деятельности по вышеуказанным индикаторам и на основе независимой экспертной оценки деятельности школы по разработанным для «школ здоровья» критериям и показателям эффективности деятельности школы по формированию психически здоровой личности обучающихся, который приведен ниже.

9. Мониторинг здоровьесберегающей и здоровьесозидающей деятельности школы

Основу мониторинга составляет модель психофизиологического мониторинга. Участие в мониторинге дает возможность соотнести работу конкретного образовательного учреждения: с общегородскими данными; с данными образовательных учреждений, участвующих в реализации программы по обеспечению здоровья участников образовательного процесса; с гигиеническими нормативами (частично).

- Решаемые задачи: сбор и анализ первичной информации, выявляющей результативность деятельности образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья; повышение культуры здоровья участников образовательного процесса.
- Объекты мониторинга: внутришкольная образовательная среда (инфраструктура и кадровый потенциал школы, организация учебного процесса, организация медицинских, физкультурных и педагогических мероприятий по охране и укреплению здоровья обучающихся); деятельность педагогов по сохранению и укреплению здоровья обучающихся, повышению культуры здоровья; образ жизни обучающихся (социальные условия, режим дня, питание, досуговая деятельность, социальные риски); функциональное состояние обучающихся и состояние их здоровья.
- Субъекты мониторинга: обучающиеся всех возрастных групп, педагоги, семьи обучающихся «группы риска».

Количество показателей

1. Среда для реализации образовательного процесса и гармоничного развития обучающихся в соответствии с возрастными закономерностями роста и развития, включая условия для повышения двигательной активности и улучшения качества питания обучающихся.
2. Социально-психологический климат в школе.
3. Формирование устойчивой мотивации вести здоровый образ жизни и обучение соответствующим навыкам и умениям.
4. Связи школы с общественностью.
5. Медицинское обеспечение, показатели здоровья обучающихся всей школы.
6. Количественная оценка эффективности деятельности.

Критерии и показатели эффективности деятельности школы по формированию психически здоровой личности обучающихся

Результатом оценки эффективности модели является причисление образовательного учреждения к одной из групп:

- ОО в своей практической деятельности мало ориентируется на сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- ОО организует здоровьесберегающую деятельность, в которой отсутствует системность и последовательность;
- минимально достаточный уровень организации здоровьесберегающей деятельности ОУ;
- высокий уровень организации здоровьесберегающей деятельности ОУ;
- ОО достигло уровня «школы-территории здоровья».

Для повышения объективности экспертизы системности и последовательности здоровьесберегающей деятельности школы проводить её должны независимые эксперты.

Инструкция: каждый показатель оценивается экспертом по трехбалльной системе: 0- показатель отсутствует; 1- школой ведётся определённая работа по данному критерию; 2- школой полностью выполняются требования критерия.

1. Материально – технические условия школы

1.1. Здание и оборудование школы соответствует требованиям СанПиН, включая классные помещения, рекреации, туалеты, школьную мебель и т.д.

1.2. Спортивные залы оборудованы минимально необходимым спортивным инвентарём в соответствии с требованиями к оснащению образовательного процесса по учебному предмету «Физическая культура».

1.3. Количество спортивных залов обеспечивает возможность проведения занятий 3 часа в неделю для каждого класса.

1.4. Наличие дополнительного физкультурного оборудования (для занятий адаптивной физической культурой).

1.5. На пришкольном участке оборудована спортивная площадка для занятий на свежем воздухе.

1.6. Школьная столовая соответствует требованиям СанПиН и обеспечивает для всех учеников возможность получения горячих завтраков и обедов.

1.7. Школьное здание и школьная территория, учебные кабинеты соответствуют требованиям техники безопасности.

2. Кадровое обеспечение школы

2.1. В школе есть медико-психолого-педагогическая служба, объединяющая усилия специалистов (школьный медик, педагог-психолог, социальный педагог, учитель ОБЖ, педагог-организатор).

2.2. В администрации школы есть специалист, непосредственно отвечающий за организацию здоровьесберегающей деятельности ОУ.

2.3. Педагог-психолог и социальный педагог прошли обучение и имеют сертификат на проведение тренинговой работы с обучающимися (коммуникативные тренинги, тренинги личностного роста, антинаркотические тренинги, другие).

2.4. Учитель физкультуры или медицинский работник имеют сертификат на организацию с обучающимися занятий ЛФК (адаптивной физкультуры).

2.5. Не менее 50% педагогов школы прошли курсы повышения квалификации, включая охрану здоровья школьников в процессе обучения, оказание первой помощи, особенности организации образовательной деятельности для обучающихся с ОВЗ.

3. Медицинское обслуживание в школе

3.1. В школе есть медицинский кабинет, оснащённый стандартным комплектом оборудования.

3.2. В медицинском кабинете есть дополнительное оборудование, позволяющее проводить профилактические и лечебные процедуры (ингаляции, кварцевание и другие).

3.3. В школе есть постоянная медицинская сестра.

3.4. К школе прикреплен постоянный врач-педиатр.

3.5. На каждого ребёнка заведена медицинская карта.

3.6. В школе проводятся регулярные профилактические осмотры в соответствии с декретированными сроками.

3.7. В школе существует картотека детей, подлежащих диспансерному наблюдению.

3.8. В школе проводятся мероприятия по профилактике инфекционных заболеваний (гигиенические, санитарно-просветительские и другие).

3.9. В школе всем детям обеспечена возможность получения профилактических прививок в соответствии с национальным календарем прививок.

3.10. Врач-педиатр (медицинская сестра) регулярно выступает перед педагогическим коллективом по вопросам здоровья школьников.

4. Двигательная активность и физическое развитие детей

4.1. В школе введён спортивно-оздоровительный час (не менее 1 раза в месяц).

4.2. В школе проводятся динамические перемены на свежем воздухе (после 3-го урока).

4.3. Во время уроков проводятся динамические паузы.

4.4. В школе работают спортивные секции.

4.5. В школе организованы команды по различным видам спорта, которые участвуют в районных (городских) соревнованиях.

5. Организация питания в школе

5.1. Все учащиеся школы получают горячее питание.

5.2. В школьном буфете продаются только те продукты, которые имеют сертификаты качества.

5.3. В школьной столовой организована сезонная дотация витаминов (регулярно присутствуют свежие овощи, фрукты, витаминизированные напитки).

6. Политика содействия здоровью в школе

6.1. Учебные нагрузки в школе не превышают возрастных нормативов, оговоренных в СанПин.

6.2. В ОУ разработана программа «Здоровье и здоровый образ жизни», включающая следующие разделы:

А) охрана и совершенствование физического здоровья школьников;

Б) охрана психического здоровья школьников и профилактика девиантных форм поведения;

В) формирование социальных установок на здоровый образ жизни и профилактика употребления ПАВ и наркотиков;

Г) взаимодействие ОУ с другими учреждениями и организациями по формированию здоровья школьников во всех его проявлениях;

Д) просветительско-информационная работа с обучающимися и родителями по пропаганде ЗОЖ.

6.3. В школе существует долгосрочный план (не менее на 2 года) по реализации стратегии содействия здоровью школьников.

6.4. Опыт работы школы распространяется среди других образовательных учреждений (организация и выступление на конференциях, семинарах, печатные и веб-публикации по проблемам здоровьесбережения).

7. Обучение здоровью в школе

7.1. В школе в рамках учебной программы ведётся курс обучения здоровью (в виде отдельного предмета или интегрированного курса) – не менее 1 часа в неделю в каждой параллели.

7.2. Во внеурочное время проводятся факультативы (или другие формы занятий – лектории, круглые столы и т. д.) для девочек и мальчиков по половому просвещению, профилактике ВИЧ/СПИД и ИППП.

7.3. Проводятся тренинговые занятия для детей «группы риска» по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма или другим актуальным для территории проблемам.

7.4. В школе действует группа волонтеров из старшеклассников, которая проводит занятия с обучающимися по предупреждению рискованных для здоровья форм поведения и активно пропагандирует среди обучающихся ЗОЖ.

7.5. В ОУ не реже одного раза в четверть проводятся встречи обучающихся и их родителей со специалистами, посвященные различным аспектам ЗОЖ и профилактике асоциальных форм поведения.

7.6. ОУ систематически участвует в мероприятиях по пропаганде ЗОЖ и профилактике наркомании и ВИЧ-инфекции среди молодежи на уровне района, муниципалитета.

8. Превентивные меры в школе

8.1. В школе запрещено курение для обучающихся, педагогов и посетителей.

8.2. На территории школы, включая пришкольный участок, не курят.

8.3. В районе школы (не менее 200 м от пришкольного участка) нет торговых точек, продающих табак и спиртное.

8.4. Все случаи пропусков занятий контролируются школой.

8.5. В школе существует специальный орган для обсуждения конфликтов (конфликтная комиссия), в котором представлены педагоги, обучающиеся, родители.

8.6. За последние три года из школы не отчислялись ученики по причине пропусков занятий или отклоняющегося поведения.

8.8. За истекший год в школе не было происшествий, повлекших за собой обращение за медицинской помощью.

8.9. В школе нет учеников, состоящих на учёте в комиссии по делам несовершеннолетних (с учётом выбывших из школы за последние три года).

8.10. В школе нет учеников, привлекавшиеся к уголовной ответственности (за последние три года с учётом выбывших из школы).

8.11. В школе есть наглядная информация по безопасности детей на дорогах.

8.12. За последние три года ни один ребёнок из школы не стал виновником ДТП.

8.13. За последние три года ни один ребёнок из школы не попал в ДТП по собственной неосмотрительности.

9. Сотрудники школы

9.1. Все сотрудники школы регулярно проходят профилактические осмотры (1 раз в год).

9.2. Сотрудники школы получают медицинскую помощь наравне с обучающимися.

9.3. Сотрудники школы проходят оздоровительные мероприятия наравне с обучающимися.

9.4. Каждый сотрудник школы участвует хотя бы в одном мероприятии, запланированном школой по линии содействия здоровью.

9.5. Для сотрудников школы организованы занятия физической культурой в группе «Здоровье»

9.6. В школе есть спортивная команда, состоящая из сотрудников, которая принимает активное участие в соревнованиях, туристических слетах, других спортивных мероприятиях для педагогических работников.

9.7. Коллектив школы в полном составе принимает участие в реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

10. Взаимодействие школы и родителей

10.1. В школе систематически проводятся занятия с родителями, посвященные проблеме охраны и укрепления здоровья школьников.

10.2. Родители участвуют в реализации планов школы по содействию здоровью школьников.

10.3. По инициативе родителей в школе проходят мероприятия, направленные на содействие здоровью школьников.

10.4. В школе регулярно проходят совместные с родителями мероприятия, направленные на содействие здоровью школьников.

11. Внешние связи школы

11.1. Школа активно сотрудничает с другими школами территории по вопросам содействия здоровью.

11.2. Школа принимает участие в территориальных программах содействия здоровью.

11.3. В школе регулярно проводятся открытые уроки, посвященные охране и укреплению здоровья школьников.

Интерпретация результатов: максимальная сумма баллов, которую может набрать ОУ - 144.

До 72 баллов – ОУ в своей практической деятельности мало ориентируется на сохранение и укрепление здоровья школьников.

От 73 до 101 балла – ОУ организует здоровьесберегающую деятельность, в которой отсутствует системность и последовательность.

От 102 до 115 баллов - минимально достаточный уровень организации здоровьесберегающей деятельности ОУ,

От 116 до 129 баллов – высокий уровень организации здоровьесберегающей деятельности ОУ.

От 130 до 144 - ОУ достигло уровня «Школа – территория здоровья». [15]

Выводы:

Одним из важнейшим критерием оценки качества образования является состояние здоровья обучающихся.

Для создания здоровьесберегающей образовательной среды необходим системный комплексный подход, учитывающий все аспекты образовательной деятельности.

Для построения реальной здоровьесберегающей образовательной среды необходимо активное взаимодействие обучающихся, учителей, родителей, представителей местного сообщества с учетом интересов всех заинтересованных сторон.

Мониторинг сформированности качеств психически здоровой личности обучающегося и определения уровня

Мониторинг - процесс систематического или непрерывного сбора информации о параметрах сложного объекта или процесса.

Мониторинг психического здоровья – это процесс систематического непрерывного отслеживания здоровья ребенка. Разработка и внедрение мониторинговых технологий – одно из обязательных условий создания благоприятных условий психофизического здоровья субъектов образовательной деятельности в системе общего и инклюзивного образования.

Цель: создание системы непрерывного наблюдения, измерения и оценки психического состояния здоровья субъектов образовательной деятельности.

Задачи:

Разработать оптимальную структуру мониторинга.

Разработать механизм взаимодействия структурных подразделений по оценке состояния психосоматического здоровья.

Разработать диагностический инструментарий.

Мониторинг рассматривается как средство управления здоровьем. С помощью мониторинга ведется отслеживание эффективности реализации разработанной программы. Он позволяет на основе сравнительных характеристик установить причинно-следственные связи различных медико - психолого - педагогических действий и динамики состояния психофизического здоровья обучающихся. Эффективность мониторинга достигается при соблюдении принципов, основанных на методическом единстве: системности, целостности, повторяемости, репрезентативности. Он ориентирован на критерии психического здоровья личности.

Критерии психического здоровья:

- психическое равновесие
- гармоничность организации психики и ее адаптивные возможности
- способность адекватного восприятия окружающей среды и осознанного совершения поступков
- целеустремленность, работоспособность, активность
- полноценность семейной жизни
- способность управлять поведением в соответствии с общественными нормами
- чувство ответственности за членов семьи и детей
- критически подход к обстоятельствам жизни
- автономность личности, самоактуализация, уверенность в себе
- независимость, естественность поведения
- чувство юмора, доброжелательность, способность к адекватной самооценке
- самообладание, способность наслаждаться жизнью

Мониторинг психического здоровья является компонентом изучения всех характеристик здоровья школьников, ибо организм - это целостная система и его надо изучать комплексно, включая всех его параметров.

Соматическое здоровье (заложенные генетические признаки, заболеваемость до школы) это – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального здоровья.

Физическое здоровье – это характеристика физического развития обучающихся. На основе анализа динамики физического развития обучающихся производится анализ влияния здоровьесберегающей инфраструктуры, физкультурно - оздоровительной деятельности на состояние здоровья. Определяются специалистами в соответствии с общепринятыми параметрами и критериями оценки 5 групп здоровья, 3 физкультурных группы – их выделение сопровождается рекомендациями педагогам и родителям по дозировке и режиму двигательной активности, по использованию оздоровительных технологий на уроках, переменах, во внеурочной деятельности, что способствует поддержанию здоровья, снижению утомляемости, повышению физической, интеллектуальной работоспособности.

Мониторинг соматического и физического здоровья обучающихся как фактора профилактики нарушения психологического и психического здоровья личности

Параметры	Методы диагностики	Ответственные
Диагностика факторов здорового / нездорового образа жизни	1. Опросник качества жизни ВОЗКЖ-100 (версия ВОЗ) 2. Тест "Здорово ли я живу?" 3. Тест "Здоровое поведение" 4. Методика распределения реального и желательного времени (Рубинштейн С. Я.) 5. Тест "Ваш образ жизни" 6. Тест "Оценка образа жизни" 7. Анкета для изучения факторов риска неинфекционных заболеваний 8. Опросник общего здоровья Д. Голдберга	Учителя - тренеры здорового образа жизни
Диагностика двигательной активности Оценка физического состояния Оценка физических качеств	1. Тест Купера 2. Гарвардский степ-тест 3. Проверка на гибкость (Е. Егунова) 4. Тест для определения равновесия 5. Тест "Здоровы ли вы физически?" 6. Тест "Динамичны ли вы?" 7. Показатели физического развития (по тестам на уроках физической культуры и выполнения норм ГТО)	Учителя физической культуры
Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы (ССС)	1. Индекс Руффье 2. Проба Руффье 3. Тест Кверга 4. Проба Мартине 5. Уровень регрессии	Врач - педиатр
Оценка функционального состояния дыхательной системы	1. Проба Штанге 2. Проба Генчи 3. Проба Серкина 4. Проба Клиппеля	Врач - педиатр

Оценка питания. Расчет нормальной, идеальной массы тела, индекса массы тела	<ol style="list-style-type: none"> 1. Показатель Брока 2. Показатель Брока-Брукшта 3. Индекс массы тела 4. Опросник для определения частоты потребления жиров, углеводов, овощей и фруктов 5. Опросник для определения частоты потребления жиров 6. Опросник для определения частоты потребления зерновых продуктов, овощей и фруктов 	Врач - педиатр
Тесты, определяющие количество микроэлементов в организме	<ol style="list-style-type: none"> 1. Тест, определяющий количество калия в организме 2. Тест, определяющий количество магния в организме 3. Тест "Правильна ли ваша диета?" 4. Тест "Правильно ли вы едите?" 5. Экспресс-анализ предрасположенности к нарушениям питания 	Врач - педиатр
Диагностика сна	<ol style="list-style-type: none"> 1. Анкета Остберга (определение суточного хронотипа человека) 2. Тест Хильдебранта (определение суточного хронотипа человека) 3. Тест "Сова" или "Жаворонок" 4. Дневник сна на неделю 	Психолог

Психологическое здоровье обучающихся связано с развитием индивидуально-психологических особенностей личности, способствующих успешной социальной адаптации. Изучение уровня психических функций (внимание, память, мышление), диагностика сформированности навыков учебной деятельности, выявление учебной мотивации, выявление уровня тревожности. Определяются 3 уровня психологического здоровья:

- креативный уровень - дети устойчиво адаптированы к любой среде, обладают резервом для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности;

- адаптивный уровень - дети адаптированы к социуму, но проявляют отдельные признаки дезадаптации, обладают повышенной тревожностью. Такие дети не имеют достаточного запаса прочности психологического здоровья и нуждаются в групповых занятиях профилактически – развивающей направленности;

- ассимилятивно–аккомодативный уровень - к нему относятся дети с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации, то есть либо неспособные к гармоничному взаимодействию с окружающими, либо проявляющие глубинную зависимость от фактора внешнего воздействия, не владея механизмами защиты, отделения себя от травмирующих влияний среды.

Психическое здоровье определяет эмоциональное, поведенческое и социальное самочувствие личности. Эксперты ВОЗ определили психическое здоровье как

определенный резерв сил человека, благодаря которому он может преодолевать неожиданные стрессы или затруднения, возникающие в исключительных обстоятельствах. Психическое здоровье рассматривается также как состояние, которое способствует наиболее полному физическому, умственному и эмоциональному развитию человека, связано с соматическим, физическим и психологическим здоровьем, ибо только всесторонне здоровый человек полно реализовать себя в учебно - познавательной, затем в трудовой деятельности, гармонично функционировать в социуме.

Обследование детей и подростков проводится в 2 этапа:

Этап допсихиатрической помощи. Ежегодный врачебный (осмотр педиатром и врачами-специалистами, входящими в бригаду, проводящую медицинский осмотр во время диспансеризации) сочетается с проведением скрининг - обследований обучающихся на разных уровнях основного образования (при поступлении в начальную школу и в 4 классе при переходе в основную школу, в 5 классе, в 9 классе по окончании школы, в 10 классе при поступлении в среднюю школу и в 11 классе по ее окончании).

На основе данных ПМПК или МСЭ определяются группы детей с отклонениями в развитии, нуждающиеся в психологическом сопровождении (включая обучение по адаптированной образовательной программе для обучающихся с ОВЗ). Скрининг - обследование детей и подростков с ОВЗ в условиях инклюзивного образования проводится ежегодно.

По результатам скрининг – обследования дается комплексная оценка состояния здоровья, в том числе, психического здоровья и развития каждого ребенка, что отражается в «Паспортах здоровья» обучающихся и класса. Этот этап реализуется на основе анкет-опросников для родителей, детей и педагогов, экспресс-методов диагностики и позволяет осуществлять раннее выявление нарушений нервно-психического здоровья. Анализ данных анкетирования и тестирования дает возможность получить представление об имеющихся симптомах и о степени их выраженности в различные моменты социального функционирования ребенка, оценить особенности его индивидуально-личностного развития, в т.ч. уровень зрелости основных психофизиологических функций, эмоциональное благополучие и успешность социальной адаптации. Выявляются дети и подростки, нуждающиеся в психологическом сопровождении и коррекции, обращении к другим специалистам.

При необходимости, в случае выявления выраженных нарушений, ребенку (подростку) рекомендуется пройти дополнительный (специализированный) этап обследования в условиях специализированного кабинета, диспансера (ПНД) или стационара, где применяются современные диагностические методы, позволяющие выявить психические заболевания.

1 этап. Мониторинг ежегодной оценки состояния нервно - психического здоровья и уровня социально - психологической адаптации в контексте развития личности в период школьного образования

Сроки	Мероприятия	Методики	Ответственные
Сентябрь	Выявление среди первоклассников детей с отклонениями в развитии с целью предотвращения дезадаптации,	1.Индивидуальная диагностика готовности детей к школе, когнитивного развития младших школьников. 2.Методика	Психолог, учителя начальной школы

	своевременность обучения по адаптированной образовательной программе в условиях инклюзивного образования.	«Адаптация к обучению и воспитанию первоклассников»	
Сентябрь - октябрь	Выявление детей с педагогической запущенностью с целью профилактики учебной и социальной дезадаптации как фактора психического неблагополучия детей в 1, 5, 9 классах в период изучения их адаптации и психолого - педагогической коррекции дезадаптации	1. Обследование условий проживания ребенка в семье, 2.Методики адаптации к школе обучающихся в 1,5,9 классах «Адаптация к обучению и воспитанию пятиклассников, девятиклассников», 3.Экспертный опрос учителей «Адаптация к обучению и воспитанию пятиклассников, девятиклассников», 4. Социометрия и др.	Социальный педагог, классный руководитель
В течение года	Выявление дезадаптантов среди вновь прибывших обучающихся 5- 11 классов	1.Экспертный опрос учителей 2. Анкета «Адаптация к обучению и воспитанию школьников» для 5-11 классов, социометрия и др.	
Ноябрь	Разработка индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных программ психолого - педагогического сопровождения в рамках основного и инклюзивного образования	Методика разработки индивидуальных образовательных маршрутов, индивидуальных программ психолого - педагогического сопровождения в	Психолог, социальный психолог, учителя
По особому графику	Углубленная диагностика детей с отклонениями в развитии с выработкой рекомендаций	Диагностика развития	ПМПК
По графику диспансеризации детей и подростков	Мониторинг ежегодной оценки состояния нервно - психического здоровья и уровня социально - психологической адаптации на первом этапе профилактического осмотра с наблюдениями педагогов.	Стандарты медицинской диспансеризации	Администрация школы, медицинский работник школы, учителя (обеспечивают своевременное прохождение)
Сентябрь - октябрь	Скрининговая диагностика уровня дезадаптации (1- признаки адаптации отсутствуют; 2 - несколько	1.Анкеты учителей, родителей, обучающихся. 2.Рисуночный тест «Я в школе», «Я дома».	Психолог, учителя

	<p>признаков дезадаптации; 3 - ярко выраженная дезадаптация)</p>	<p>3. Опросник диагностики психофизиологической дезадаптации (О.Н. Родина) и др. 4. Методика экспресс-диагностики психоэмоционального напряжения (ПЭН) и его источников (О.С. Копина, Е.А. Сулова, Е.В. Заикин)</p>	
<p>Ноябрь - декабрь</p>	<p>Углубленная диагностика детей и подростков с целью своевременного выявления обучающихся с аномалиями психологического здоровья (с пограничными состояниями) для профилактики нервно - психических заболеваний в течение образовательной деятельности</p>	<p>1. Наблюдение за адаптацией ребенка к социуму (в школе и семье), проявлением повышенной тревожности. 2. Определение факторов и степени тревожности с помощью групповых, диагностических методик: методики рисуночной диагностики, проективной методики. 3. Тест «Шкала тревожности ребенка (Г.Я. Кудрина)» и др. 4. Шкала радости/депрессии М. Аргайла 5. Опросник "Уровень депрессии" А. Бека 6. Шкала оценки уровня ситуативной тревожности Ч. Спилбергера и Ю. Ханина 7. Тест акцентуации характера для подростков Личко и др. 8. Методика диагностики самооценки психических состояний (по Г. Айзенку) 9. Опросник для самооценки эмоциональных состояний (А. Уэссман, Д. Рикс) 11. «Мультимодальный интегративный опросник- (МИО) для подростков и др. 12. Адаптированный опросник Шмишека или методика аутоидентификации акцентуаций характера (Э.Г. Эйдемиллер)</p>	<p>Специальный психолог с привлечением специалистов ЦППМС</p>

<p>Ноябрь, март</p>	<p>Выявление доминирующего психического состояния, адекватности реагирования на ситуации по причине тревожности, страхов, фрустрации, агрессивности, ригидности как факторов блокирования сохранности психического здоровья школьников, выбора правильной стратегии обучения и воспитания, коррекции, абилитации, сопровождения школьников с высоким уровнем тревожности.</p>	<p>1.Определение уровней тревожности, фрустрации, агрессивности, ригидности с помощью теста «Самооценка психических состояний» (Г. Айзенк). 2. Торонтская алекситимическая шкала (TAS.); 3.Опросник выраженности психопатологической симптоматики (SCL-90-R). 4. Методика определения доминирующего состояния (Л.В. Куликов).</p>	
<p>Январь</p>	<p>Определение конкретного варианта нарушения психологического здоровья</p>	<p>1.Анализ поведенческих признаков, полученных методом наблюдения. 2.Проективные рисуночные тесты («Несуществующее животное», «Рисунок семьи», «Дом, дерево, человек»,«Где живут чувства?»). 3. Вербальные методики (рассказ о несуществующем животном, методика Гарднера, описание раннего воспоминания и т. п.). 4. Методика САН (самочувствие, активность, настроение) 5.Шкала агрессии Спилбергера 6.Опросник агрессивности Басса-Дарки. 7.Шкала оценки риска суицида у детей и подростков (А. Н. Волкова)</p>	<p>Специальный психолог</p>
<p>Октябрь, март</p>	<p>Скрининговый анализ утомляемости (истощаемости) школьников 1 - 11 классов, силы их нервной системы и распределения работоспособности в течение недели с целью устранения факторов перегрузки в образовательной деятельности,</p>	<p>Тепинг-тесты Тесты «Тип функциональной конституции школьников», «Индивидуальная минута» (В.И. Хаснулин и др.) 3.Опросник нервно-психического напряжения (НПН) (Т.А. Немчин).</p>	<p>Психолог, специальный психолог, учителя</p>

	коррекции режима жизнедеятельности обучающихся в семье и школе, их состояний как средства профилактики психических нарушений обучающихся в течение школьного обучения		
Октябрь	Методики диагностики психологического уровня личности. Диагностика аттенционных процессов с целью развития, коррекции внимания как основного условия успешной учебно - познавательной деятельности, выявление невротиков и детей с отклонениями в развитии по показателям нарушения объема, концентрации внимания.	Таблицы Горбова-Шульте "Тест-объект" Тест "Избирательность внимания" Тест "Концентрация внимания»	Учителя
Ноябрь	Изучение памяти с целью развития, коррекции мнемических процессов, выявления категории одаренных детей и детей с отставанием в развитии.	1.Изучение кратковременной памяти. 2.Методика «10 слов».	Учителя
Декабрь	Изучение мышления с целью прогноза учебной адаптации, выявления категории детей с опережением развития и отставанием в развитии. Определение профиля латеральной организации мозга (мануальную, слухоречевую и зрительную) с целью выбора стратегий успешности обучения и выявления шизоидного и психопатического формирования личности (по определенным) показателям	1.Методика "Сложная фигура" 2.Методика "Исключение слов" 3.Методики диагностики степени сформированности мыслительных процессов (Л.Ф. Тихомирова) 4. Методики «Определение стиля обработки информации». 5. Опросник определения типов мышления и уровня креативности	Учителя
Декабрь	Определение уровня интеллектуального развития одаренных детей и отстающих в развитии с целью	Батареи тестов интеллекта Д.Векслера (методика WISC)	Психолог, социальный психолог

	совершенствования дифференциации обучения в условиях общего и дифференцированного образования		
Январь	Диагностика мотивации и успешности деятельности с целью анализа отношения обучающихся в школе, выбора направлений образовательных маршрутов в соответствии с интересами обучающихся, своевременного реагирования на проблемы, выявления снижения или отсутствия мотивации к школьному обучению как признака девиантного развития личности	1. Анкета «Мотивация учебной деятельности», 2. «Диагностика структуры учебной мотивации школьника» 3. Тест мотивации достижения (ТМД)	Учителя
Октябрь	Изучение мотивации к здоровому образу жизни	1. Наблюдение за образом жизни ребенка, подростка. 2. Сформированность навыков ЗОЖ. 3. Сочинение или беседа «Какую роль играет здоровый образ жизни для развития личности».	Учителя
Ноябрь	Выявления типа и уровня развития способностей с целью дифференциации обучения и воспитания в урочной и внеурочной деятельности, организации коррекционной работы с детьми категории ВОЗ с опорой на сильные, сохраненные свойства личности.	Тесты способностей и вида одаренности	Учителя
Январь	Диагностика профсамоопределения подростков с целью совершенствования предпрофильного, профильного обучения в школе	«Карта интересов» и др. (компьютерная диагностика). 2. «Дифференциально-диагностический опросник» (ДДО). 3. Опросник "Самоопределение в подростковом и юношеском возрасте" (А. А. Сбитнева).	Психолог, специальный психолог
Октябрь, март	Определение уровня самооценки у обучающихся, в	1. «Лесенка» «Самооценка» (1-5 кл.)	Психолог, социальный

	том числе с ВОЗ, с целью формирования адекватной самооценки, коррекции, абилитации школьников с заниженной самооценкой	2. Шкала самооценки (Спилбергера-Ханина) (6 - 11 кл.) 3. Проективные методики «Несуществующее животное» (1-5кл.), «Человек» (6-11 кл.) 4. Методика Дембо-Рубинштейн (мод. А.М. Прихожан) 5. Опросник Г.Н. Казанцевой	психолог, учителя
Октябрь, апрель	Выявление вредных привычек, пагубных пристрастий у школьников как фактора угрозы их психическому здоровью с целью совершенствования просвещения, профилактики химических и нехимических зависимостей, коррекции, абилитации, сопровождения школьников, имеющих вредные привычки, пагубные пристрастия (по особым программам)	1. Анкетирование, экспертный опрос 2. Диагностика никотиновой зависимости: -Тест Фагерстрема. (1 вариант) -Тест Фагерстрема. (2 вариант) -Анкета Хорна "Почему вы курите?" -Анкета "Как бросить курить?" 3. Диагностика алкогольной зависимости: -Стандартизованный опросник "А-тест" -Тест на алкоголизм университета штата Мичиган (MAST) - Краткий Мичиганский тест AUDIT -Скринирующая методика для выявления алкоголизма (СМА) (В. И. Полтавец) Влияет ли алкоголь на ваше здоровье -Тест "Не пора ли завязывать" 4. Диагностика употребления наркотиков: -Опросник склонности к отклоняющемуся поведению (А. Н. Орел). -Методика диагностики употребления наркотиков. -Тест для определения предрасположенности подростка к потреблению одурманивающих веществ -Анкета для родителей «Ваш ребенок и наркотики». -Анкета для определения	Социальный педагог, классные руководители, инспектор ИДН, специалисты центров психологической и психиатрической помощи детям и подросткам

		подростковой наркомании	
Февраль	<p>Диагностика социального уровня развития, способностей к межличностной коммуникации обучающихся (в том числе лиц с ОВЗ), проблем социализации: определение психологического климата в школе, классе, определение статуса ребенка, подростка в коллективе для совершенствования воспитания личности в коллективе, своевременной диагностики социальной дезадаптации и коррекции, абилитации, психологического сопровождения обучающихся как фактора охраны их психического здоровья в условиях общего и инклюзивного образования</p>	<p>1. Различные варианты социометрии 2. Оценка отношений подростка с классом коллективе. 3. Диагностика суицидального поведения подростков (С.А. Беличева, модификация опросника Айзенка). 4. Комплексная экспресс-диагностика социально-педагогической запущенности 5. Методика для оценки уровня развития адаптационных способностей личности (МЛО А. Г. Маклакова и С. В. Чермянина) 6. Шкала социально-психологической адаптированности К. Роджерса в адаптации А. К. Осницкого. 7. Опросник уровня самораскрытия (опросник С. Джуларда в модификации Н. В. Амяга) 8. Шкала социального самоконтроля (М. Снайдер) 9. Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана в модификации В. В. Бойко 10. Методика "Личностная агрессивность и конфликтность" (Е.П. Ильин, П.А. Ковалёв)</p>	
По запросу	<p>Диагностика нарушений развития и их причин с помощью родителей</p>	<p>1. Опросник выраженности психопатологической симптоматики 2. Анкета анамнестических сведений «МИО для родителей». 3. Опросник "Развитие ребенка" (А. Н. Волкова, Е. В. Воронцова) 4. Опросник "Личностные конфликты"</p>	

Апрель - май	Анализ диагностических материалов (в динамике) с целью обобщения результатов исследований, определения эффективности психопрофилактической работы в школе, с определенными категориями лиц и индивидуальной работы	Психолог, специальный психолог	Повышение качества работы по профилактике психических нарушений, коррекционной работы с лицами с отклонениями в развитии или поведении в контексте образовательной деятельности.
--------------	--	--------------------------------	--

2 этап. Углубленная диагностика личности с нервно - психическими заболеваниями по запросу педагогов, родителей, врачей - психиатров

№ п/п	Мероприятия	Методики	Ответственные
По запросу	Изучение психических свойств личности с целью определения стратегии обучения и воспитания с опорой на сильные, сохраненные свойства личности	<ol style="list-style-type: none"> 1. Многофакторный опросник FPI (форма В) 2. Оценка уровня самоактуализации личности Э. Шостром 3. Метод исследования нравственной сферы личности (Е.К. Веселова) 4. Методика "Друг-советчик-1" (ДС-1) 5. Методика "Друг-советчик-2" (ДС-2) 6. Методика определения индекса жизненной удовлетворенности 7. Шкала субъективного благополучия (М.В. Соколова) 8. Диагностика самооценки личности 9. Метод диагностики уровня субъективного контроля (локус контроля) (Дж. Роттер, ад. Е.Ф. Бажин, Е.А. Голынкина, А.М. Эткинд) 10. Шкала оптимизма-активности личности 11. Диагностика степени уверенности в себе (Н.Н. Обозов) 12. Опросник "Отношение к здоровью" (автор Р. А. Березовская) 13. Методика "Индекс отношения к здоровью" (С. Дерябо, В. Ясвин) 14. Тест здоровья Дж. Озавы 15. Личностная шкала проявлений 	Специальный психолог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной профилактики среди детей и подростков на базе ГБУЗ ОПБ №5 г. Магнитогорска

		тревоги Дж. Тейлор (в модификации В. Г. Норакидзе) 16. Диагностика характера и уровня агрессивности (опросник Ч. Д. Спилбергера) 17. Тип личности "А" и "В"	
По запросу	Методики для диагностики стресса педагогов с целью профилактики эмоционального выгорания обучающихся с целью определения психических аномалий	1. Методика для определения вероятности развития стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору) 2. Тест на профессиональный стресс (Т. Д. Азарных, И. М. Тыртышников) Методика для определения чувствительности к кризису (Т. Д. Азарных, И. М. Тыртышников) Шкала нервно-психического напряжения (Т. А. Немчин) 5. Методика для диагностики состояния стресса (К. Шрайнер) 5. Тест "Степень напряженности" (Н. А. Литвинцев) 6. Методика определения социальной неудовлетворенности (Л. Ю. Субботина) 7. Методика для диагностики склонности к срывам в стрессовой ситуации "Прогноз" (В. А. Баранов) Вариант 2 Методика для оценки стратегий и моделей преодолевающего поведения (Н. Е. Водопьянова, Е. С. Старченкова) Методика для оценки синдрома "выгорания" в профессиях системы "человек-человек" (Н. Е. Водопьянова) 10. Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В. В. Бойко	Специальный психолог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной психопрофилактики среди детей и подростков на базе ГБУЗ ОПБ №5 г. Магнитогорска
По запросу	Выявление риска и характера нервно-психических заболеваний с целью коррекции эмоционального реагирования на ситуации и выработки форм бесконфликтного общения, поведения,	1. Опросник Дженкинса 2. Гиссенский опросник 3. Методика экспресс-диагностики невроза (К. Хека и Х. Хеса) 4. Методика диагностики уровня невротизации Л. И. Вассермана 5. Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний Зунге (адаптация Т. И. Балашовой) 6. Методика дифференциальной диагностики депрессивных состояний	Специальный психолог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной психопрофилактики среди детей и

	способствующих преодолению пограничных состояний и блокирующих прогрессирование заболеваний	В. А. Жмурова 7. Торонтская алекситимическая шкала	подростков на базе ГБУЗ ОПБ №5 г. Магнитогорска
По запросу	Выявление проблем семьи для профилактики и успешного лечения нервно - психических заболеваний	1. Анкета обследования семьи (А. Н. Волкова) 2. Шкала ДОО: "Дифференциальная оценка отношений" (А. Н. Волкова) 3. Опросник "Ценностные ориентации в области семейных отношений". 4. Тест "Распределение ролей в семье" (Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, Е.М. Дубровская) 5. Методики исследования детско-родительских отношений 6. Опросник "Анализ семейной тревоги" (АСТ) (Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицких) 7. Опросник родительского отношения к детям (ОРО) (А. Я. Варга, В. В. Столин, 1995) Рисуночные методики в семейной диагностике 8. Тест "Рисунок семьи" (Р. Бернс и С. Кауфман) 9. Методика "Кинетический рисунок семьи" (Р. Бернс и С. Кауфман)	Специальный психолог, специалисты центра психотерапевтической помощи и первичной профилактики среди детей и подростков на базе ГБУЗ ОПБ №5 г. Магнитогорска

Данные диагностики предлагаются на выбор психологов.

Математическая обработка полученных результатов осуществляется с использованием общепотребительных методов параметрической и непараметрической статистики.

Выводы:

Важнейшим критерием качества образования является состояние психофизического здоровья обучающихся.

Для создания здоровьесберегающей среды необходим системный, комплексный подход, учитывающий все аспекты образовательной деятельности.

Для эффективной здоровьесберегающей деятельности необходимо активное участие всех субъектов образовательной деятельности, взаимодействие работников образования, здравоохранения, культуры, СМИ, правоохранительных органов, соцобеспечения и представителей городского сообщества.

Используемая литература:

1. Ананьев В.А. Психология здоровья: пути становления новой отрасли человекознания. С-П. 2000.
2. Антонова Л.Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях/ Л.Н. Антонова, Т.И. Шульга, К.Г. Эрдынеева. - М.: Изд-во МГОУ, 2004.
3. Антонюк С.Д. Формирование культуры здоровья у детей с особыми образовательными потребностями / С.Д. Антонюк, Е.Ю. Мукина, В.Н. Яковлев, Д.В. Ивинский, М.А. Шуть // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. - № 4.
4. Антропова М.В., Манке Г.Г., Бородкина Г.В. и др. Факторы риска и состояние здоровья обучающихся. // Здоровоохранение Российской Федерации. – 2008. - № 3.
5. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке / Под ред. Д. В. Колесова. – М., 2013.
6. Борисова И.П. Обеспечение здоровьесберегающих технологий в школе//Справочник руководителя образовательного учреждения.-2005.-№10
7. Базарный В.Ф.Здоровье и развитие ребенка: экспресс-контроль в школе и дома. М., АРКТИ, 2005.
8. Березовский А.Э. Некоторые социально-психологические особенности аддиктивного поведения. www.psycheya.ru. - 2007.
9. Баскаев, Р. Мониторинг в образовании: определение показателей/ Р. Баскаев // Учитель – 2006 –№ 6
10. Безруких М.М., Здоровьесберегающие технологии в образовании. М., 2008
11. Велитченко В.К. Физкультура для ослабленных детей: методическое пособие / В.К.Велитченко. – М., 2008.
12. Виленская Т.Е. Принципы формирования и организация физического воспитания в специальных медицинских группах / Т.Е.Виленская, Э.А.Кудаев // Теория и практика физической культуры. – 2008. - № 1.
13. Вишневский В.А. Здоровьесбережение в школе (педагогические стратегии и технологии). – М., 20012.
14. Вульфов Б.З., Синягина Н.Ю. К проблеме сохранения и укрепления здоровья школьников/ Мир образования - №3.-2007..
15. Гулина МА Терапевтическая и консультативная психология - СПб, 2014.
16. Зайцев Г.К. Валеология в школе. – Спб., 2001.
17. Здоровьесберегающее образование / Научно-практический журнал. – М., 2009. - № 2.
18. Иванцова А. О работе с проблемными семьями. Воспитание школьников – 2000 - №10.
19. Ирхин В.Н. Здоровьеориентированная дидактическая система учителя физической культуры / В.Н.Ирхин, Ф.И.Собянин, И.В.Ирхина // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2008. - № 4.
20. Ирхин В. Н. Эксперимент в школе здоровья (из опыта работы школ здоровья Белгородской области): методическое пособие. - Федеральное агентство по образованию, Упр. образования и науки Белгородской обл., ГОУ ВПО «Белгородский государственный университет». Белгород, 2016.
21. Каргин А.Н., Фокин Ю.Н. Медицинское обеспечение безопасности в образовательных учреждениях.- М.: Айрис – пресс, 2006.
22. Касаткина Н.А. Формы взаимодействия учителя с родителями в начальной школе. – Волгоград; 2005.

23. Кучма В. Школы здоровья – эффективная модель формирования здорового образа жизни детей Научно-исследовательский институт гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБНУ «Научный центр здоровья детей Йёэнсуу, Финляндия 2014.
24. Личностно ориентированное обучение детей и подростков: проблемы и пути решения/ Вирабова А.Р., Кучма В.Р., Степанова М.И. и др. – М.: Пробел-2008, 2006.
25. Макарова В.И., Дегтева Г.Н., Афанасенкова Н.В. и др. Подходы к сохранению здоровья детей в условиях интенсификации образовательного процесса // Российский педиатрический журнал. – 2008. - № 3.
26. Мысина Т.Ю. Формирование ценностного отношения к здоровью // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. 2011. №2.
27. Майоров А. Н. Мониторинг в образовании.- 3-е изд., испр. и доп. М., 2005.
28. Никифоров Г. С. Психология здоровья. Учебное пособие - СПб, 2012.
29. Назарова Е.Н. Здоровый образ жизни и его составляющие. - М.: «Академия» 2011.
30. Новикова А.А. Психологическая профилактика аддиктивного поведения подростков в условиях образовательного учреждения // Молодой ученый. - 2009. - №5.
31. Основные направления программы «Оздоровительная модель общеобразовательного учреждения / В.А. Балашова, В.П. Степаненко, Л.М. Бекетова // Завуч. – 2000. – №4.
32. Пахальян В.. Развитие и психическое здоровье: Дошкольный и школьный возраст - СПб, 2006.
33. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия - М, 2006.
34. Попова А.И. Здоровьесохраняющая среда в школе // Образование. – 2002. – №4.
35. Проектирование здоровьесберегающего пространства общеобразовательной школы средствами личностно-ориентированного образования: автореферат дис. канд.пед.наук / О.Е. Подгорная. – Ростов-на-Дону, 2005.
36. Рабочая книга практического психолога / Под ред Болалева АА -М,2013
37. Ратенко С.Е. К проблеме моделирования и формирования муниципальной системы здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений // Социально-педагогическая помощь детям: теория и опыт. Сб. науч. статей / Отв. ред. А.В. Репринцев. – Курск: Изд-во КГУ, 2006.
38. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности - СПб, 2006.
39. Ресурсная модель профилактики злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. / Под ред. Афанасьевой Н.В. – Вологда: ВИРО, 2007.
40. Руководство по профилактике злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними и молодежью./ Под науч. ред. заслуж. деят. науки РФ, д.б.н., проф. Л.М. Шипицыной, д.м.н., проф. Л.С. Шпилени.- М., 2003.
41. Сайков Б.П. Организация информационного пространства образовательного учреждения: практическое руководство / Б.П. Сайков. М., 2005.
42. Сирота Н.А. Профилактика наркомании и алкоголизма / Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский. – 2-е изд. – М.: Академия, 2007.
43. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: АРКТИ, 2003.
44. Создание здоровьесберегающего образовательного пространства как условие повышения качества образования / Юсупова Н.П., Плетнева Е.Ю. // Сибирский учитель – научно-методический журнал. – 2005.
45. Сохранение и укрепление здоровья участников образовательного процесса: Методическое пособие / под общей редакцией Сиваковой Н.Н.. – ГБОУ ДПО СКИРО ПК и ПРО, 2012.

46. Сухарев А.Г. Концепция укрепления здоровья детского и подросткового населения России / Здоровые дети России в XXI веке. М. – 2000.
47. Султанова Т.А. Работа с неблагополучными семьями. Методическое пособие -Уфа; 2005.
48. Управление развитием здоровьесберегающей среды в школе. Сборник материалов факультета повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования МГПУ Под.ред. Шамовой Т.И. - М., 2008 г.
49. Халемский Г.А. Школа – территория здоровья// Педагогика.-2005.-№3.
50. Хасан Б. И. и др. Образование в области профилактики наркозависимости и других аддикций. Организационно-методическое пособие. – М.: 2003.
51. Яковлева Т.В. О проблемах сохранения и укрепления здоровья школьников/ Здоровьесберегающее образование. М., 2009. - № 2.

Приложение 1

Система критериев оценки здоровьесберегающей деятельности образовательных учреждений

Оценка проводится по шести критериальным блокам:

- I блок – здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения;
- II блок – рациональная организация образовательного процесса;
- III блок – организация физкультурно–оздоровительной работы;
- IV блок – просветительско–воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- V блок – организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями;
- VI блок – медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья

Блок I - здоровьесберегающая инфраструктура образовательного учреждения

В этом блоке оцениваются:

- состояние и содержание здания и помещений школы в соответствии с гигиеническими нормативами;
- оснащённость кабинетов, спортивного зала, спортплощадок необходимым оборудованием и инвентарем;
- наличие и оснащение медицинского кабинета;
- наличие и оснащение школьной столовой;
- организация и качество питания;
- наличие необходимого (в расчёте на количество обучающихся) состава и уровень квалификации специалистов, обеспечивающих работу с воспитанниками (медицинские работники, учителя физической культуры, психологи, логопеды и т.п.).

Блок II - рациональная организация образовательного процесса

- соблюдение гигиенических норм и требований к организации и объёму учебной и внеучебной нагрузки (домашние задания) обучающихся на всех этапах обучения;
- использование методов и методик обучения, адекватных возрастным возможностям и особенностям обучающихся;
- использование в педагогическом процессе методов и методик, прошедших широкую апробацию;
- соблюдение всех требований к использованию технических средств в обучении;
- соответствие требованиям организации уроков физической культуры, а также занятий активно-двигательного характера в начальной школе;
- степень индивидуализации обучения (учёт индивидуальных особенностей развития) в старших классах.

Блок III - организация физкультурно – оздоровительной работы

- полноценность и эффективность работы с обучающимися всех групп здоровья, в том числе организация занятий с обучающимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ);

- организация работы групп корригирующей гимнастики;
- организация часа активных движений («час здоровья»);
- организация динамических перемен, физкультминуток на уроках и физкультпауз при подготовке домашних заданий в ГПД;
- наличие условий и организация работы спортивных секций;
- регулярность проведения спортивно-оздоровительных мероприятий.

Блок IV – просветительско – воспитательная работа с обучающимися, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни

- включение в систему работы образовательного учреждения образовательных программ, направленных на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни;
- лекции (лектории), беседы, консультации по проблемам сохранения и укрепления здоровья, профилактики вредных привычек;
- проведение “Дней здоровья”, конкурсов, праздников;
- наличие общественного совета по здоровью.

Блок V – организация системы просветительской и методической работы с педагогами, специалистами и родителями

- проведение лекций, семинаров, консультаций, курсов по различным вопросам роста и развития ребенка, его здоровья и факторов, положительно и отрицательно влияющих на здоровье, и т.п.;
- приобретение необходимой научно-методической литературы;
- привлечение педагогов и родителей к совместной работе по проведению спортивных соревнований, дней здоровья, занятий по профилактике вредных привычек и т.п.

Блок VI – медицинская профилактика и динамическое наблюдение за состоянием здоровья

- использование рекомендованных и утвержденных методов профилактики заболеваний в детских коллективах;
- регулярный анализ и обсуждение на педсоветах данных о состоянии здоровья школьников, доступность сведений для каждого педагога;
- регулярный анализ результатов динамических наблюдений за состоянием здоровья и их обсуждение с педагогами, родителями, ведение карты здоровья класса (школы);
- создание системы комплексной педагогической, психологической и социальной помощи детям со школьными проблемами;
- привлечение медицинских работников к реализации всех компонентов работы по сохранению и укреплению здоровья школьников, просвещению педагогов и родителей.

Критерии психологического здоровья детей на уроке

Критерии психологического здоровья детей на уроке	Характеристика критерия
Обстановка и гигиенические условия в классе	Температура и свежесть воздуха, освещение класса и доски, монотонные неприятные звуковые раздражители.
Количество видов учебной деятельности	Число видов учебной деятельности, используемых учителем: опрос обучающихся, письмо, чтение, слушание, рассказ, рассматривание наглядных пособий, ответы на вопросы, решение примеров, задач, практические занятия и др. Нормой считается 4–7 видов за урок. Средняя продолжительность и частота чередования различных видов учебной деятельности. Ориентировочная норма – 7–10 минут. Число использованных учителем видов преподавания: словесный, наглядный, аудиовизуальный, самостоятельная работа и др. Норма – не менее трех видов за урок. Чередование видов преподавания не позже чем через 10–15 минут.
Наличие и место методов, способствующих активизации	Использование методов, способствующих активизации инициативы творческого самовыражения обучающихся, которые позволяют им реально превратиться из «потребителей знаний» в субъектов деятельности по их получению и созиданию. К таким методам относятся: – методы свободного выбора (свободная беседа, выбор действия, его способа, выбор приемов взаимодействия, свобода творчества и т. д.); – активные методы (ученики в роли учителя, обучение действием, обсуждение в группах, ролевая игра, дискуссия, семинар, ученик как исследователь и др.); – методы, направленные на самопознание и развитие (интеллекта, эмоций, общения, воображения, самооценки и взаимооценки) и др.
Место и длительность применения ТСО	Длительность применения технических средств обучения в соответствии с гигиеническими нормами.
Поза обучающегося, чередование позы	Позы обучающихся и их чередование в зависимости от характера выполняемой работы.
Наличие, место, содержание и продолжительность на уроке моментов оздоровления	Физкультминутки и физкультпаузы, их содержание и продолжительность (норма – на 15–20 минут урока по 1 минуте из трех легких упражнений с 3–4 повторениями каждого).
Наличие мотивации деятельности	Наличие у обучающихся мотивации к учебной деятельности на уроке: интерес к занятиям, стремление больше узнать, радость от активности, интерес к изучаемому материалу и т. п. Оценивается

обучающихся на уроке	уровень этой мотивации и методы ее повышения, используемые учителем.
Психологический климат на уроке	Благоприятный психологический климат на уроке
Взаимоотношения на уроке: учитель - ученик	Комфорт - напряжение, сотрудничество - авторитарность, учет возрастных особенностей, дружелюбие - враждебность, активность - пассивность, заинтересованность - безразличие.
Эмоциональные разрядки на уроке	Шутка, улыбка, юмористическая или поучительная картинка, поговорка, афоризм, музыкальная минутка, четверостишие Определяется в ходе наблюдения по возрастанию двигательных или пассивных отвлечений в процессе учебной деятельности.
Темп окончания урока	К нежелательным показателям относятся: <ul style="list-style-type: none">– неоправданно быстрый темп заключительной части, ее «скомканность»;– отсутствие времени на вопросы обучающихся;– необходимость торопливой, практически без комментариев, записи домашнего задания.

Приложение 2

Диагностический инструментарий

«Определение утомляемости (истощаемости) школьников»

Возрастная категория: с 1 по 4 класс (5 секунд), 5 - 11 класс (10 секунд).

Время, затрачиваемое на проведение: 10 - 15 минут.

Время на обработку одного класса: 10-15 минут.

На листе бумаги рисуются 6 квадратов. Нумеруются они следующим образом: 1 2 3
6 5 4

(это делается для того, чтобы ребенок не терял времени в процессе выполнения тестового задания при переходе к работе с 3-го в 4-ый квадрат).

Инструкция: «По сигналу как можно быстрее начать ставить точки карандашом в первый квадрат. По сигналу, не останавливаясь, перейти во второй квадрат и продолжить ставить точки во втором квадрате, потом в третьем и т.д.» Сигналы о переходе в следующий квадрат подаются через каждые 5 сек. все время следует подгонять испытуемых. Продолжительность проставления точек в каждом квадрате по 5 секунд.

Интерпретация результатов:

К сильному типу нервной системы относят детей, у которых разница между 1-м и 6-м квадратом отсутствует или же наблюдается увеличение точек в 6-м квадрате. Сильный тип нервной системы характеризуется отсутствием пиков. Пиком считается увеличение более чем на 10% числа точек в одном квадрате по отношению к среднему показателю точек. Средний показатель высчитывается путем сложения числа точек во всех 6 квадратах и делением на число квадратов, т.е. на 6. Эти показатели говорят о том, что у ребенка сохраняется высокая работоспособность без значительных колебаний в течение заданного времени.

Слабый тип нервной системы характеризуется значительным снижением количества точек в последних квадратах и наличием нескольких пиков. Это является показателем того, что период работоспособности ребенка непродолжителен и характеризуется перепадами.

Для оценки степени утомляемости нервной системы служит формула:

(максимум - минимум) : макс x 100% (где макс - максимальное число точек в одном из квадратов, мин - минимальное число точек в одном из квадратов).

Если результат менее 25% - утомляемость нервной системы низкая. Если от 25 до 35% - утомляемость средняя. Если выше 35% - высокая.

Для оценки силы нервной системы следует построить график зависимости: номер квадрата (ось абсцисс) - число точек в квадрате (ось ординат). При этом следует принять соответствие второго квадрата понедельнику, третьего - вторнику, четвертое - среде, пятое - четвергу, шестое - пятнице, то по графику можно определить день с наименьшей работоспособностью (минимальное число точек) и с наибольшей работоспособностью (максимальное число точек).

ТЕМПЕРАМЕНТ

Источник: О.Г.Кондратьева, О.Н. Латышенко. Дневник профессионального самоопределения. Пособие для обучающихся, Иркутск, 2004.-64 с.

Сочетание характерных для человека особенностей силы, уравновешенности и подвижности нервных процессов определяет стиль его поведения и называется темпераментом. Свойства темперамента зависят от врожденных качеств нервной системы, их разделяют на четыре типа: холерик, сангвиник, меланхолик и флегматик.

Холерик

Характеризуется высоким уровнем психической активности, энергичностью действий, резкостью, стремительностью, силой движений, их быстрым темпом, порывистостью. Холерик склонен к резким сменам настроения, вспыльчив, нетерпелив, подвержен эмоциональным срывам. При отсутствии надлежащего воспитания недостаточная эмоциональная уравновешенность может привести к неспособности контролировать свои эмоции в трудных жизненных ситуациях. Холерику благоприятнее цикличная работа, в которой чередуются периоды больших усилий и спокойной деятельности.

Сангвиник

Характеризуется высокой психической активностью, работоспособностью, стремительностью и живостью движений, разнообразием и богатством мимики, быстрой речью. Сангвиники стремятся к частой смене впечатлений, легко и быстро отзываются на окружающие события, общительны. Эмоции – преимущественно положительные – быстро возникают и быстро сменяются. При неблагоприятных условиях и отрицательных воспитательных влияниях подвижность может вылиться в отсутствие сосредоточенности, неоправданную поспешность поступков, поверхностность. Сангвинику интереснее заниматься разнообразной работой, где он постоянно получает новые задания. Ему подходят профессии, которые предусматривают частое и интенсивное общение и организацию деятельности других людей.

Меланхолик

Характеризуется низким уровнем психической активности, замедленностью движений, сдержанностью мимики и речи, быстротой утомляемостью. Его отличают высокая эмоциональная чувствительность к происходящим с ним событиям, обычно сопровождающаяся повышенной тревожностью, глубина и устойчивость эмоции при слабом их внешнем проявлении, причем преобладают отрицательные эмоции. При неблагоприятных условиях у меланхолика может развиваться повышенная эмоциональная ранимость, замкнутость, отчужденность, боязнь новых ситуаций, людей и разного рода испытаний. Меланхолику подходит работа, требующая тонких ручных умений. Ему противопоказаны профессии, связанные с неожиданностями и сложностями.

Для того чтобы определить тип своего темперамента, ответьте на вопросы, выбрав один из четырех вариантов. Запишите 1 балл в соответствующий столбик.

Сангвиник

Холерик

Флегматик

Меланхолик

1. Как вы ведете себя в ситуации, когда необходимо быстро действовать?

Легко включаетесь

Действуете со страстью

Спокойно, без лишних слов
Неуверенно, робко

2. Как реагируете на замечания учителя?
Говорите, что больше не будете, а сами – снова возмущаетесь
Выслушиваете спокойно
Молчите, но обижаетесь

3. Как говорите о том, что вас затрагивает?
Быстро, с жаром, но прислушиваетесь к другим
Быстро, не слушая других
Медленно, уверенно
С большим волнением и сомнением

4. Надо сдавать контрольную работу, а она не закончена:
Легко реагируете
Торопитесь закончить
Решаете спокойно, пока не отберут
Сдаёте работу, но неуверенно

5. Трудная задача не получается сразу:
Решаете упорно и настойчиво
Бросите-продолжите - бросите - еще попробуете
Спокойно продолжаете
Проявляете растерянность, неуверенность

6. После уроков вы спешите домой, а учитель предлагает остаться, сделать работу
Быстро соглашаетесь
Возмущаетесь: «почему я?»
Остаетесь, не говоря ни слова
Проявляете растерянность

7. Родители делают вам не совсем справедливое замечание:
Спокойно выслушиваете, спокойно заявляете о своем мнении
Взрываетесь, вступаете в спор, опровергаете обвинение
Не обращаете внимания: «пусть повыступают»
Очень переживаете, плачете

8. Вы получаете плохую оценку; как изменяется ваше настроение:
Внешне незаметно, но внутри есть горечь
Раскаиваетесь, развиваете деятельность по исправлению
«Ну и что? Исправлю»
Приходите в отчаяние, в уныние

9. Ваш друг (подруга) не пришёл на встречу:
Ничего не предпринимаете до выяснения причин
Проклинаете, мечете в его адрес гром и молнии
«Всё, что ни делается, все к лучшему!»

Переживаете, воображаете измену, крах отношений

10. Вы проигрываете в соревновании, в игре:

Продолжаете борьбу, тренировки, готовитесь к будущей победе

Теряете самообладание, обрушиваете обвинения на окружающих «не корову же проигрываем»

Приходите к выводу о своём ничтожестве

Оценка результатов: всего по десяти вопросам вы имеете 10 баллов (это 100%).

Подсчитав количество баллов в каждом из колонок: сангвиник – С, холерик – Х, флегматик – Ф, меланхолик – М, вы можете увидеть, какой у вас темперамент (преобладает тот, по которому вы набрали больше всего баллов). А точное выражение вашего темперамента будет отражать формула:

$T = tC + пX + рФ + кМ$, то есть, на сколько % вы сангвиник, холерик, флегматик и меланхолик (t, п, р, к – сумма баллов по колонкам %).

Мой темперамент:

Сангвиник _____ %

Холерик _____ %

Флегматик _____ %

Меланхолик _____ %

Исходя из этого мне рекомендованы профессии:

Разделите листок на две колонки и напишите в левой колонке сильные стороны своего темперамента, а в правой – те которые вам не нравятся и порой мешают.

Диагностика готовности к школе по Ю. Гильбух

1. Тест фонематического слуха

Цель: Определение уровня развития фонематического слуха

Инструкция: «Давай с тобой задумаем какое-нибудь слово, например, окно. Я буду все-время повторять его. А потом заменю другим словом, например, табуретка. Как только ты услышишь это другое слово, сделай вот так (хлопнуть ладонью по столу). Этим ты укажешь на мою ошибку, а потом назовешь то слово, которое я сказал неправильно. Если я буду все время повторять то слово, которое мы задумали, то в конце ты скажешь, что все правильно».

Далее называем ребенку по одному любому ряду из каждой контрольной фонемы. Задание с фонемой Р – ознакомительное, оно не оценивается. Остальные три – оцениваются.

Контрольная фонема Р:

1 ряд: лама, рама

2 ряд: рампа, лампа

3 ряд: коробок, колобок

4 ряд: оклик, окрик

Контрольная фонема С:

1 ряд: сон, тон

2 ряд: коса, коза

3 ряд: рассвет, расцвет

4 ряд: сытый, шитый

Контрольная фонема Ч:

- 1 ряд: чуб, шуп
- 2 ряд: чадить, щадить
- 3 ряд: чипать, щипать
- 4 ряд: почесть, пошесть

Контрольная фонема Г:

- 1 ряд: гора, кора
- 2 ряд: голос, колос
- 3 ряд: граб, краб
- 4 ряд: пороги, пороки

Если при обычном темпе проговаривания (1 слово за 1 секунду) ребенок не смог выделить лишнее слово, то задание оставляется, а через 1-2 ряда возвращаемся к нему снова и предъявляем слово в замедленном темпе (1 слово за 1,5 секунды). Таким образом, всего ребенку предъявляется 4 ряда – один на фонему Р (не оценивается), один на фонему С, один на фонему Ч, один на фонему Г.

Оценка результатов:

- 3 балла – все три задания выполнил безукоризненно;
- 2 балла – если хотя бы в одном ряду ребенок заметил лишнее слово при обычном темпе, но не хлопнул вовремя ладонью, а лишнее слово назвал после того как прослушал весь ряд;
- 1 балл – если хотя бы в одном ряду ребенок заметил лишнее слово лишь при повторном предъявлении ряда в замедленном темпе;
- 0 баллов – если ребенок хотя бы в одном ряду не смог выделить лишнее слово даже при замедленном предъявлении.

2. Тест словаря.

Цель: Определение уровня словарного развития.

Материал: 5 карточек, на каждой по 10 слов:

- 1. Велосипед, гвоздь, письмо, зонтик, мех, герой, качаться, соединять, кусать, острый
- 2. Самолет, молоток, книжка, плащ, перья, друг, прыгать, разделять, бить, тупой
- 3. Автомобиль, веник, блокнот, сапоги, чешуя, трус, бежать, связывать, щипать, колючий
- 4. Автобус, лопата, альбом, шляпа, пух, ябеда, вертеться, чесать, мягкий, убежать
- 5. Мотоцикл, щетка, тетрадь, ботинки, шкура, враг, спотыкаться, собирать, гладить, шершавый

Ход проведения:

I этап: Предъявляем ребенку рассказ:

Жили были три мальчика: Коля, Петя и Ваня. Коля ниже Пети, Петя ниже Вани.

Повтори.

Если ребенок не может повторить, еще раз читаем ему рассказ. До тех пор, пока ребенок не повторит весь рассказ правильно. У себя фиксируем сколько потребовалось повторений, чтобы ребенок запомнил рассказ.

Уровень развития кратковременной памяти определяем по количеству понадобившихся повторений.

II этап: После того как ребенок повторил весь рассказ правильно, даем второе задание: «Молодец, ты повторил правильно. А теперь подумай и скажи, кто из мальчиков самый высокий?». Если ребенок сразу не может ответить, повторяем: «Коля ниже Пети, Петя ниже Вани.» После того как ответит, задаем второй вопрос: «А кто самый низкий?». Фиксируем каждое повторение, которое понадобилось для того, чтобы ребенок ответил на вопросы.

Уровень развития способности к умозаключениям определяем по количеству всех повторений, зафиксированных на первом и втором этапах.

Способность	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
Фонематический слух	0 баллов	1 балл	2-3 балла
Словарное развитие	Для 6 лет: 6,5 б. Для 7 лет: 7-12 б.	Для 6 лет: 7-12 б. Для 7 лет: 12-15 б.	Для 6 лет 12,5 б. Для 7 лет: 15,5 б.
Развитие саморегуляции	1 балл	2-3 балла	4-5 баллов
Кратковременная память	6 лет: 8 повторений	6 лет: 5-7 повторений	6 лет: 1-4 повторения
	7 лет: 7 повторений	7 лет: 4-6 повторений	7 лет: 1-3 повторения
Логическое мышление	6 лет: 10 повторений	6 лет: 5-9 повторений	6 лет: 1-4 повторения
	7 лет: 8 повторений	7 лет: 4-7 повторений	7 лет: 1-3 повторения

Тест-анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья (методика Н.К. Смирнова)

Тест-анкета заполняется каждым школьником самостоятельно. Приводится форма для юношей. В варианте для девушек исключен вопрос б. на вопросы 1-10 предлагается ответить «да» или «нет»; вопросы 11-15 предусматривают выбор одного из предложенных вариантов ответов.

Я часто сижу, сгорбившись, или лежу с искривленной спиной.

Я ношу сумку (часто тяжелую) обычно в правой руке.

У меня есть привычка сутулиться.

Я чувствую, что мало (недостаточно) двигаюсь.

Я не занимаюсь оздоровительной гимнастикой (физзарядка, участие в спортивных секциях, плавание).

Я занимаюсь тяжелой атлетикой (поднятием тяжестей).

Я пытаюсь нерегулярно, кое-как.

Нередко читаю при плохом освещении лежа

Я не забочусь о своем здоровье

Бывает, я курю.

Помогает ли тебе школа заботиться о здоровье?

А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить.

Помогали ли тебе занятия в школе создать дома полезный для здоровья образ жизни?

А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить.

Какие для тебя состояния наиболее типичны на уроках?

А) безразличие; Б) заинтересованность ; В) усталость; Г) сосредоточенность; Д) волнение; беспокойство; Е) что-то другое.

Как, по твоему мнению, влияют учителя на твое здоровье?

А) заботятся о моем здоровье; б) наносят здоровью вред методами своего преподавания; в) подают хороший пример; г) подают плохой пример; д) учат, как беречь здоровье; е) им безразлично мое здоровье.

Как обстановка в школе влияет, по твоему мнению, на здоровье?

А) не оказывает заметного влияния; б) влияет плохо; в) влияет хорошо; г) затрудняюсь ответить.

Обработка результатов

По вопросам 1-10 по одному баллу начисляется за каждый положительный ответ. По вопросу 13 балл начисляется за ответы «б», «в», «д». По вопросу 14 балл начисляется за ответы «б», «г», «е». По вопросу 15 балл начисляется за ответы «б», «г». Затем полученные баллы суммируются.

Интерпретация результатов

Благополучным считается результат, составляющий более 6 баллов. «Зона риска» - более 12 баллов.

Тесты тревожности

Проективная методика диагностики тревожности (модификация методики Амен, Дорки, Тэмпл).

Экспериментальный материал - комплект рисунков для младших школьников (Приложение 3), на них изображены типичные для детей данного возраста ситуации. Каждая пара рисунков отражает отношения ребенка с педагогом, с родителями, со сверстниками. Рисунки двусмысленны, т. е. могут трактоваться ребенком как эмоционально негативные или эмоционально-позитивные в зависимости от опыта его поведения в аналогичной ситуации.

Рисунки выполнены в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображен мальчик). Лицо ребенка при этом не прорисовано, дан лишь контур головы.

Рисунки предъявляются каждому ребенку поочередно, один за другим. Экспериментатор спрашивает: «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребенка на рисунке, веселое или печальное? Почему ты так думаешь?» Ответы фиксируются. К рисункам даются пояснения.

При обработке методики могут быть проведены количественный и качественный анализы.

Количественный анализ представляет собой подсчет эмоционально-негативных выборов (%) по формуле:

$$\text{Индекс тревожности} = \frac{\text{число эмоционально негативных выборов}}{5} * 100\%$$

На основании качественного анализа ответов ребенка делается вывод об эмоциональном опыте, полученном им в подобных ситуациях.

Методика диагностики тревожности, включающая наблюдение (методика Сирса).

Психолог вместе с воспитателем или учителем заполняет следующий лист наблюдений.

Фамилия, имя ребенка	Признаки тревожности
----------------------	----------------------

Иванова Маша	3,6,7
--------------	-------

Петров Саша	1,5,8
-------------	-------

Признаки тревожности.

- Часто напряжен, скован.

- Часто грызет ногти. Сосет палец.
- Легко пугается.
- Сверхчувствителен.
- Плаксив
- Часто агрессивен.
- Обидчив.
- Нетерпелив, не может ждать.
- Легко краснеет, бледнеет.
- Недостаточно сосредоточен, особенно в экстремальной ситуации.
- Суетлив, много лишних жестов.
- Потеют руки.
- При непосредственном общении с трудом включается в работу.
- Чрезмерно громко или чрезмерно тихо отвечает.

Наличие семи и более признаков свидетельствует об очень высокой тревожности, пяти-шести - о высокой, одного-четырех - о слабой.

Шкала тревожности Сирса

Инструкция эксперту

Оцените утверждение одним из следующих баллов: 0- признак отсутствует,

- 1- признак слабо выражен,
- 2- признак достаточно выражен,
- 3- признак резко выражен.

Утверждения

1. Обычно напряжен, скован. 2. Часто грызет ногти. 3. легко пугается. 4. Плаксив. 5. Очень ко всему чувствителен. 6. Часто бывает агрессивным. 7. Обидчив. 8. Нетерпелив, не умеет ждать. 9. Легко краснеет и бледнеет. 10. Испытывает трудности с сосредоточением. 11. Суетлив. 12. Потеют руки. 13. При неожиданном задании с трудом включается в работу. 14. С трудом регулирует громкость голоса при ответе.

Оценка результата

До 20 баллов - низкий уровень тревожности; 20-30 баллов - средний уровень тревожности, более 30 баллов - высокий уровень тревожности.

Методика самооценки школьных ситуаций Кондаша

Инструкция учащемуся

Оцени пожалуйста, каждую ситуацию в баллах в зависимости от того, насколько она может вызвать у тебя тревогу:

- 0-ситуация не волнует;
- 1-ситуация волнует незначительно;
- 2-ситуация достаточно волнует
- 3-ситуация волнует очень сильно.

Ситуации

1. Ответ у доски. 2. Разговор с директором, завучем школы. 3. Учитель решает, кого спросить. 4. Тебя критикуют и в чем-то упрекают взрослые. Выполнение контрольной работы. Учитель называют оценки за контрольную работу. Ожидание родителей с родительского собрания. Сдача экзамена. Участие в соревнованиях:

конкурсах. Непонимание объяснений учителя. Неожиданный вопрос учителя. 12. Не получается домашнее задание. 13. Принятие важного решения. 14. Тебя критикуют товарищи, одноклассники.

Оценка результата

До 20 баллов - низкий уровень тревожности; 20-30 баллов - средний уровень тревожности; более 30 баллов - высокий уровень тревожности.

Изучение мотивации к здоровому образу жизни

Мотивация здорового образа жизни (ЗОЖ). Насущной психолого-педагогической проблемой остается формирование у школьников потребности в сохранении своего здоровья, ответственного отношения не только к собственному здоровью, но и здоровью других людей, а также сохранению среды обитания. Здоровьеориентированные цели воспитания школьников включают:

- развитие природных возможностей;
- сохранение здоровья в младшем школьном возрасте;
- обеспечение интенсивного физического и социального созревания в подростковом возрасте;
- самосовершенствование и социально-психологическую адаптацию в старших классах.

В процессе лично ориентированного обучения наиболее значимой становится комплексная диагностика, используемая не для оценки имеющихся способностей обучающихся или решения вопроса об их пригодности либо непригодности, а для нацеливания школьников на развитие их самых разных возможностей, т.е. на мотивацию ЗОЖ.

Выделяются 4 уровня сформированности мотивации ЗОЖ у школьника:

- 1-й – оптимальный – предполагает положительную мотивацию здорового образа жизни, причем ученик занимает осознанно активную позицию и аргументированно это доказывает;
- 2-й – допустимый – отражает положительное отношение обучающегося к ЗОЖ, однако позиция скорее пассивна;
- 3-й – тревожный – ученик признает необходимость ведения здорового образа жизни, но как второстепенное положение;
- 4-й – критический – мотивация ЗОЖ у школьника не сформирована.

В качестве используемых диагностических процедур обучающимся предлагается написать мини-сочинение на тему «Почему необходимо вести ЗОЖ?».

Отслеживание умений ЗОЖ проводится в соответствии со следующими направлениями здоровьеориентированной деятельности школы:

- 1) обучение на основе здоровьеориентированных принципов организации учебной деятельности;
- 2) коррекция затруднений адаптации к условиям обучения в школе;
- 3) формирование ценностей здоровья и навыков здорового образа жизни;
- 4) профилактика вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков и пр.);
- 5) социально-психологическая адаптация и реабилитация детей и подростков;
- 6) физкультурно-оздоровительная и спортивная работа;
- 7) профессиональная ориентация и профотбор.

Умения ЗОЖ рассматриваются в двух аспектах: навыки здорового образа жизни и отсутствие вредных привычек. Родители и учителя выступают в роли экспертов по

оцениванию умений и навыков ребенка вести здоровый образ жизни, используя четыре уровня:

1. Оптимальный – положительное отношение к идее ведения ЗОЖ сочетается с навыками ЗОЖ; учащийся с вниманием относится к собственному здоровью, негативно – к вредным привычкам не только сам, но и пропагандирует отказ от них среди друзей.

2. Допустимый – навыки ЗОЖ сочетаются с отсутствием вредных привычек, однако забота о здоровье носит эпизодический, нерегулярный характер.

3. Тревожный – понимание необходимости ведения ЗОЖ не сочетается с навыками собственной жизнедеятельности; употребление алкоголя или табакокурение носят эпизодический характер.

4. Критический – отсутствие навыков ЗОЖ.

МЕТОДИКА «ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ»

(автор М. Рокич)

Тест личности, направленный на изучение ценностно-мотивационной сферы человека. Система ценностных ориентаций определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Разработанная М. Рокичем методика, основана на прямом ранжировании списка ценностей. М. Рокич различает два класса ценностей:

1. Терминальные- убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться. Стимульный материал представлен набором из 18 ценностей.

2. Инструментальные - убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации. Стимульный материал также представлен набором из 18 ценностей.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности - цели и ценности-средства.

При анализе полученных ранжировок ценностей, психолог обращает внимание на их группировку испытуемым в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, можно выделить "конкретные" и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации личной жизни и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела; индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности; ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Психолог должен попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или неискренность ответов в ходе обследования.

Достоинством методики является универсальность, удобство и экономичность в проведении обследования и обработке результатов, гибкость - возможность варьировать как стимульный материал (списки ценностей), так и инструкции. Существенным ее недостатком является влияние социальной желательности, возможность неискренности. Поэтому особую роль в данном случае играет мотивация диагностики, добровольный характер тестирования и наличие контакта между психологом и испытуемым. Применение методики в целях отбора, экспертизы должно быть весьма осторожным.

Инструкция.

Респонденту предъявляются два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала дает более надежные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Для преодоления социальной желательности и более глубокого проникновения в систему ценностных ориентаций испытуемого возможны изменения инструкций, которые дают дополнительную диагностическую информацию и позволяют сделать более обоснованные выводы. Так, после основной серии можно попросить испытуемого ранжировать карточки, отвечая на следующие вопросы:

1. «В каком порядке и в какой степени (в процентах) реализованы данные ценности в Вашей жизни?»

2. «Как бы Вы расположили эти ценности, если бы стали таким, каким мечтали?»

3. «Как, на Ваш взгляд, это сделал бы человек, совершенный всех отношениях?»

4. «Как сделало бы это, по Вашему мнению, большинство людей?»

5. «Как это сделали бы Вы 5 или 10 лет назад?»

6. «Как это сделали бы Вы через 5 или 10 лет?»

7. «Как ранжировали бы карточки близкие Вам люди?»

Обследование лучше проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

Инструкция:

«Сейчас Вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей. Ваша задача - разложить их по порядку значимости для Вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в Вашей жизни.

Каждая ценность написана на отдельной карточке. Внимательно изучите карточки и, выбрав ту, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем сделайте то же со всеми оставшимися карточками. Наименее важная останется последней и займет 18 место.

Разработайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы Вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы, поменяв карточки местами. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию».

Стимульный материал.

Список А (терминальные ценности):

1. активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);
2. жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемые жизненным опытом);
3. здоровье (физическое и психическое);
4. интересная работа;
5. красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);
6. любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
7. материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
8. наличие хороших и верных друзей;
9. общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе);
10. познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуальное развитие);

11. продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);
12. развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование);
13. развлечения (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);
14. свобода (самостоятельность, независимость в суждениях поступках);
15. счастливая семейная жизнь;
16. счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);
17. творчество (возможность творческой деятельности);
18. уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений).

Список Б (инструментальные ценности):

1. аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;
2. воспитанность (хорошие манеры);
3. высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);
4. жизнерадостность (чувство юмора);
5. исполнительность (дисциплинированность);
6. независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);
7. непримиримость к недостаткам в себе и других;
8. образованность (широта знаний, высокая общая культура);
9. ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);
10. рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);
11. самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);
12. смелость в отстаиваниях своего мнения, взглядов;
13. твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);
14. терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);
15. широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);
16. честность (правдивость, искренность);
17. эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);
18. чуткость (заботливость).

Метод социометрических измерений (социометрия)

Термин «социометрия» означает измерение межличностных взаимоотношений в группе. Основоположник социометрии - известный американский психиатр и социальный психолог Дж. Морено.

Социометрическая техника применяется для диагностики межличностных и межгрупповых отношений в целях их изменений, улучшения и совершенствования.

Вместе с официальной или формальной структурой общения, отражающей рациональную, нормативную, обязательную сторону человеческих взаимоотношений, в любой социальной группе всегда имеется психологическая структура неофициального или неформального порядка, формирующаяся как система межличностных отношений, симпатий и антипатий. Особенности такой структуры во многом зависят от ценностных ориентаций участников, их восприятия и понимания друг друга, взаимооценок и

самооценок. Как правило, неформальных структур в группе возникает несколько, например, структуры взаимоподдержки, взаимовлияния, популярности, престижа, лидерства и другая неформальная структура зависит от формальной структуры группы в той степени, в которой индивиды подчиняют свое поведение целям и задачам совместной деятельности, правилам ролевого взаимодействия. С помощью социометрии можно оценить это влияние. Социометрические методы позволяют выразить внутригрупповые отношения в виде числовых величин и графиков и таким образом получить ценную информацию о состоянии группы.

Для социометрического исследования важно, чтобы любая структура неформального характера, хотим мы этого или нет, всегда в тех или иных отношениях проецировалась на формальную структуру, т. е. на систему деловых, официальных отношений, и тем самым влияла на сплоченность коллектива, его продуктивность.

Наиболее общей задачей социометрии является изучение неофициальной структуры группы.

Социометрическая процедура может иметь целью:

1. Измерение степени сплоченности-разобщенности;
2. Выявление «социометрических позиций», т. е. соотносительного авторитета членов группы по признакам симпатии-антипатии, где на крайних полюсах оказываются «лидер» группы и «отвергнутый».

3. Обнаружение внутригрупповых подсистем, сплоченных образований, во главе которых могут быть свои неформальные лидеры.

Проведение социометрии

1. Выбор критериев отношения членов группы, класса друг к другу. Например, в отношении учебной деятельности или дружеского общения. Это могут быть вопросы такого рода, как: У кого бы ты из класса попросил помощи, совета при выполнении трудного задания? Если ты выиграл три билета в кино, кого бы ты из учеников класса пригласил в кино?

2. Проведение опроса.

3. Построение социометрии. Результаты выборов разносятся по матрице.

«ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ КЛАССНОГО КОЛЛЕКТИВА» (В.С. Ивашкин, В.В. Онуфриева).

Возрастная категория: с 1 по 11 класс.

Время, затрачиваемое на проведение: 5 -10 минут.

Время на обработку одного класса: 10 - 15 минут.

Методика ориентирована на определение психологического климата по четырем уровням - высокий, средний (близкий к высокому), средний, низкий.

Инструкция: Обучающимся предлагается три вопроса:

А) Всегда ли ребят вашего класса волнуют успехи и неудачи друг друга?

Б) Всегда ли ребята вашего класса помогают друг другу?

В) Все ли ребята вашего класса ответственно относятся к учебе?

По каждому вопросу оцените свой класс, пользуясь пятибалльной шкалой.

Всегда волнует – 5

Часто - 4

Иногда - 3

Редко - 2

Не волнует - 1

Обработка и интерпретация результатов.

Вычисляется средний балл группы:

$(A+B+C)$

Психологический климат класса = ----- x 100 %

№ (№ - 1)

где, А, Б, В, - балльные оценки по вопросам;

№ - число респондентов.

Критерии оценки.

Если:

А) свыше 45% - показатель психологического климата высокий

Б) от 35 - 44% - показатель психологического климата средний.

В) менее 34 % - психологический климат в классе низкий.