

## ИЗУЧЕНИЕ МНЕНИЯ ВЫПУСКНИКОВ О МЕРАХ ПО СОЗДАНИЮ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ В ШКОЛЕ

С 26 по 30 декабря 2016 года в рамках решения задач исследования проводилось анкетирование выпускников общеобразовательных учреждений с целью определения мероприятий, которые осуществлялись в их школах для создания здоровьесберегающей среды.

Исследование проводилось в он-лайн режиме на Интернет-ресурсе <http://www.ianketa.ru>. В опросе принял участие 71 человек, из них: 29 юношей и 42 девушки. Средний возраст респондентов – 24 года. Из всего числа опрошиваемых 57,7% окончили школы Санкт-Петербурга, 42,3% - школы других городов и населенных пунктов России (Апатиты, Бегуницы, Белгород, Великий Новгород, Выборг, Кинешма, Ковдор, Колтуши, Кушва, Луга, Лучшево, Москва, Невель, Новосибирск, Новочеркасск, Павлово, Петрозаводск, Снежинск, Ставрополь, Хасавюрт, Чайковский, Эссойла).

Результаты исследования (рис. 1) показали, что большинство выпускников оценивают уровень здоровья учителей своей школы как «средний» (67,6%) и «низкий» (9,9%). В то же время, около пятой части респондентов считают, что уровень здоровья их учителей можно охарактеризовать как «высокий» (19,7%) и «очень высокий» (2,8%).

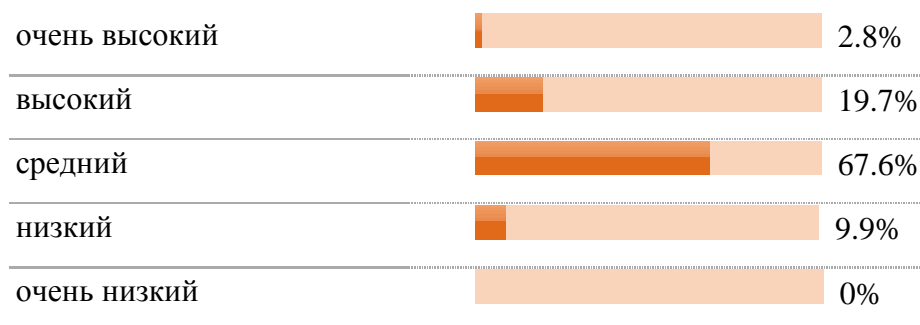
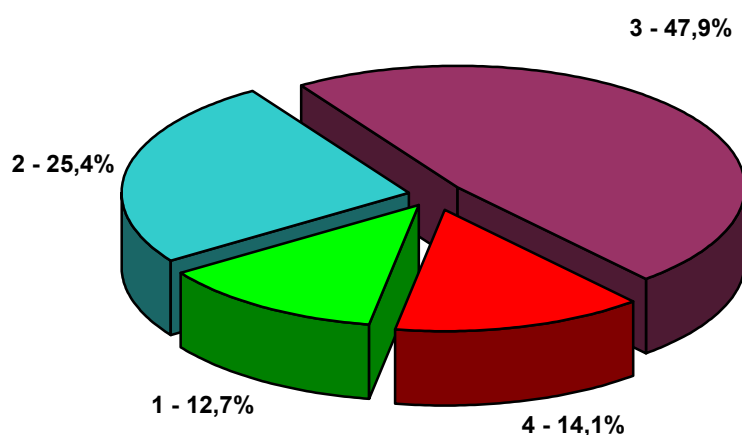


Рис. 1. Оценка выпускниками школ уровня здоровья их учителей

Характеризуя образ жизни учителей (рис. 2), большинство респондентов (62 %) считают, что только часть из них ведут здоровый образ жизни, а остальные его не придерживаются. В то же время, в ряде школ учителя не только включаются в мероприятия, организованные в районе и городе (25,4%), но сами являются инициаторами оздоровительной работы и вовлекают в нее школьников (12,7%).



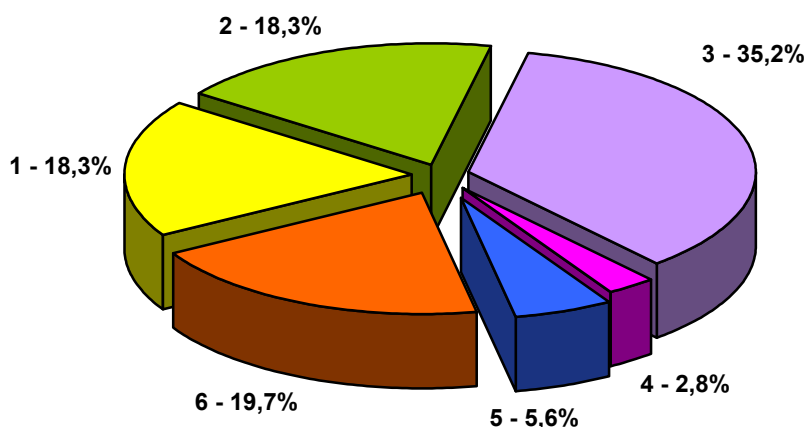
- 1 - Большинство учителей являются инициаторами различных мероприятий, направленных на укрепление здоровья и вовлекают в оздоровительные мероприятия школьников.
- 2 - Большинство учителей ведут здоровый образ жизни, включаются в мероприятия, организованные в районе и городе.
- 3 - Только часть учителей ведет здоровый образ жизни, остальные достаточно пассивны.
- 4 - Большинство учителей не соблюдают принципы здорового образа жизни.

Рис. 2. Варианты, характеризующие, по мнению выпускников, образ жизни их учителей.

Результаты, свидетельствующие о достаточно большом количестве школ, где учителя заботятся о своем здоровье, можно объяснить тем, что в анкетировании участвовали студенты педагогического университета, в том числе и те, кто планирует в будущем стать специалистом по физической культуре. Можно предположить, что именно хорошая организация физ-

культурно-оздоровительной работы в школах, где они учились, повлияла на их выбор профессии.

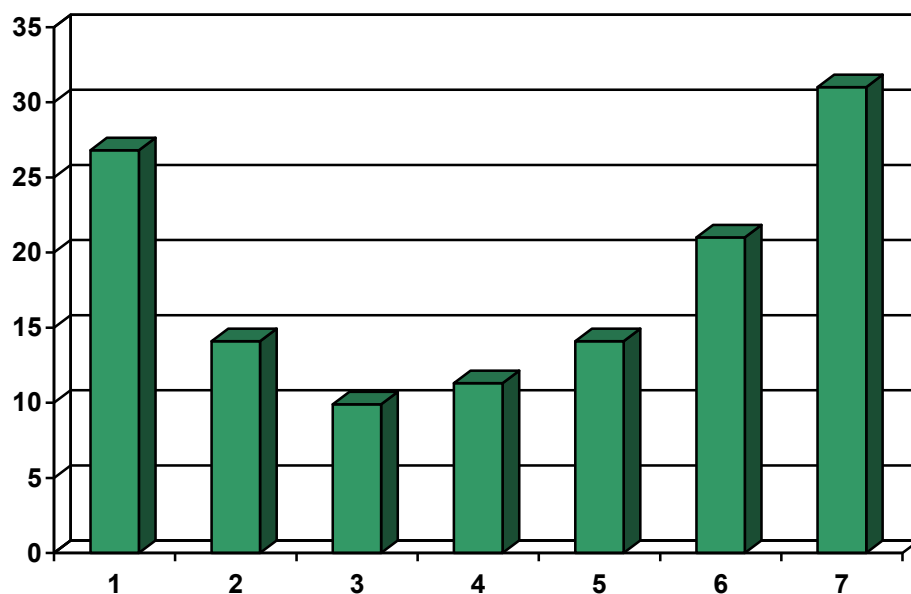
Оценка выпускниками оздоровительной работы, проводимой в школе, показала, что эффективная система формированию у обучающихся и учителей основ здорового образа жизни реализуется в 18,3% случаев, что коррелирует с ответами выпускников на предыдущий вопрос. Так же часто в ходе опроса встречался и ответ «Школа успешно реализует отдельные разделы оздоровительной программы». В большинстве остальных случаев, школы ограничиваются обязательной работой, входящей в учебный процесс (19,7%) или эпизодически организуемыми мероприятиями по этой теме (35,2%).



- 1 - В школе создана эффективная система оздоровления, в которую включены все участники образовательного процесса.
- 2 - Школа успешно реализует отдельные разделы оздоровительной программы.
- 3 - В школе работа ведется фрагментарно, в основном организуется несколько мероприятий по этой теме.
- 4 - Активно создается имидж Школы Здоровья, но на деле ничего не происходит.
- 5 - Школа делает много для оздоровления школьников и учителей, но не умеет себя представить.
- 6 - Специальная оздоровительная работа не проводится, организуются только мероприятия, которые входят в обязательный учебный процесс.

Рис. 3. Оценка выпускниками работы, проводимой в школе, по формированию у обучающихся и учителей основ здорового образа жизни

При оценке факторов, мешающих учителям вести здоровый образ жизни, респондентам предлагалось оценить влияние каждого из них по пятибалльной системе (1 - почти не влияет; 5 - очень сильно влияет). Соотношение ответов выпускников, оценивших различные факторы, как оказывающие наиболее сильное влияние, представлены на рисунке 4.



- 1 - недостаток времени;
- 2 - отсутствие интереса к этим мероприятиям;
- 3 - недостаток знаний, как это делать правильно ;
- 4 - отсутствие условий;
- 5 - непонимание важности укрепления здоровья;
- 6 - отсутствие стимулирования администрацией такого поведения;
- 7 – лень.

Рис. 4. Значимость факторов, мешающих учителям вести здоровый образ жизни

По мнению респондентов, все оцениваемые факторы, так или иначе, препятствуют формированию здорового образа жизни их учителей. Однако на первое место (31%) они поставили отсутствие у учителей желания это делать (или попросту – лень). Достаточно высоко (в качестве препятствия) выпускники оценили и такие условия, как недостаток времени (26,8%) и

отсутствие стимулирования администрацией такого поведения (21%). Факторы «отсутствие интереса к этим мероприятиям» и «непонимание важности укрепления здоровья» (по 14,1% каждый) респонденты оценили как имеющие средний уровень влияния. Самыми незначительными опрашиваемые посчитали факторы: «отсутствие условий» (11,3%) и «недостаток знаний, как это делать правильно» (9,9%).

Таким образом, по мнению выпускников, основным препятствием в сохранении и укреплении здоровья учителей является низкий уровень мотивации к ведению здорового образа жизни.

В этой связи в исследовании определялось отношение самих респондентов к здоровому образу жизни (табл.).

*Таблица*

**Рейтинг компонентов здорового образа жизни выпускников\***

<b>Компоненты здорового образа жизни</b>	<b>место</b>	<b>рейтинг</b>
Правильное питание	1	357
Двигательная активность	2	362
Четкий режим жизнедеятельности	3	392
Обеспечение психического здоровья	4	393
Закаливание и тренировка иммунитета	5	425
Отказ от вредных привычек	6	426
Полноценный отдых	7	431
Благоприятная окружающая природная среда	8	446
Гармоничные сексуальные отношения	9	482
Выполнение требований гигиены	10	485
Культура межличностного общения	11	487

\* Место показывает значение варианта ответа. Самое высокое место занимает наиболее важный вариант ответа. Пункты показывают сумму всех ответов в этом варианте ответа. Наиболее важный вариант ответа имеет самое низкое количество пунктов. Наименее важный вариант ответа имеет самое высокое количество пунктов.

Рейтинг компонентов здорового образа жизни показал, что наиболее важным выпускники считают правильное питание и оптимальный уровень двигательной активности. Можно предположить, что «правильное питание» стало лидером опроса в связи с активным обсуждением этой темы в средствах массовой информации, а также определенными проблемами в реализации этого компонента здорового образа жизни в условиях студенческой жизни.

Достаточно высоко ими было оценены четкий режим жизнедеятельности, обеспечение психического здоровья и тренировка иммунитета. Наименее важными для сохранения и укрепления здоровья респонденты считают выполнение требований гигиены и культуру межличностного общения.