

ВЛИЯНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ПЕДАГОГА НА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКОВ

Под *здоровьесберегающим поведением* понимается система действий человека, направленных на сохранение и укрепление его здоровья, снижение заболеваемости и увеличение продолжительности жизни.

Педагог может формировать здоровьесберегающее поведение обучающихся посредством здоровьесозидающей деятельности, организованной по трем основным направлениям: на себя (сохранение и укрепление собственного здоровья), на обучающихся (забота о их здоровье педагогическими средствами), на учебный предмет (творческое дополнение содержания дисциплины валеологическими ценностями и смыслами) (Н. Н. Малярчук, 2009).

Здоровьесозидающая деятельность входит в состав культуры здоровья педагога как системного образования, которое характеризуется ценностным отношением учителя к здоровью воспитанников, принятием собственного здоровья как профессионального ресурса, а также практическим воплощением потребности и желания вести здоровый образ жизни, заботиться о собственном здоровье и здоровье воспитанников с учетом их возраста и индивидуальных особенностей.

В подростковом возрасте физическое и психическое здоровье учащихся нестабильно. Учитывая их стремление к взрослости, педагогу важно на собственном примере демонстрировать подросткам модели здоровьесберегающего поведения. Таким образом, через собственную культуру здоровья педагог сохраняет и укрепляет здоровье воспитанников.

Для проверки этой гипотезы мы провели опрос студентов ФАЯ МГЛУ (n=38). Ретроспективный анализ респондентами школьного опыта взаимодействия с учителями позволил нам установить, что:

- педагоги оказывали положительное влияние на здоровьесберегающее поведение студентов в подростковом возрасте, но менее значительное (18 %) по сравнению с влиянием семьи (63 %) и друзей (34 %);
- по воспоминаниям студентов, около трети педагогов не проявляли интереса ни к собственному здоровью (26 %), ни к здоровью учащихся (32 %);
- более половины респондентов (58 %) не имели среди школьных учителей педагога, вдохновлявшего их на укрепление здоровья собственным примером. Тех же студентов, которым посчастливилось встретить такого учителя в школе, педагог вдохновлял своей постоянной активностью (29 %), хорошей физической формой (16 %), отсутствием вредных привычек (13 %).

На основе полученных данных можно сделать вывод о том, что культура здоровья педагога оказывает положительное влияние на здоровьесберегающее поведение учащихся. Однако количество педагогов, которым удается успешно стимулировать подростков на укрепление собственного здоровья, меньше, чем тех, кто с этой задачей не справляется.