

«Утверждаю»

Первый проректор



Д.п.н., профессор
В.Ю. Питюков

**Рекомендации по созданию условий реализации
модели пропаганды здорового образа жизни
у молодежи и студентов средствами туризма.**

**Организация информационного образовательного пространства
«Мы за ЗОЖ».**

Разработаны в рамках реализации проекта «Разработка модели пропаганды здорового образа жизни у молодежи и студентов средствами туризма» с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного Фондом президентских грантов

Автор-составитель: к.г.н., доцент Рассохина Т.В

г. Химки, 2018 г.

Общие положения

Информационное образовательное пространство «Мы за ЗОЖ» формируется в рамках воспитательной системы образовательного учреждения как дополнительный инструмент формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни.

Сегодня проблема здоровья человека становится не только индивидуальной проблемой, но и проблемой государственной, от ее успешного решения зависит здоровье общества в целом. Поэтому здоровьесбережением необходимо заниматься на всех уровнях: личном, семейном, общественном.

Проблема здорового образа жизни приобретает глобальный масштаб, и ее актуальность с течением времени только возрастает. Это объясняется рядом причин, и самая главная из них: высокий уровень развития цивилизации, повлекший за собой такие проблемы, как гиподинамия с последствиями в виде хронических болезней, неправильное питание, перегруженность информацией, что истощает нервную систему и вызывает склонность не только к вредным привычкам, но и к суициду. Сдвиги в состоянии здоровья провоцируют в немалой степени неблагоприятные экологические условия, а также нестабильность экономической и политической ситуации.

В решении этой проблемы большая роль отводится пропаганде, популяризации здорового образа жизни, особенно среди молодежи.

Для этого, используя разнообразные информационные и медийные средства, предполагается вовлечь учащихся в социально и личностно значимую деятельность, позволяющую им осваивать как естественные для человека нормы поведения, обеспечивающие им сохранение и укрепление здоровья. Содержание системы мероприятий представлено системной работой по пропаганде ЗОЖ и формированию знаний, умений и ценностных отношений к здоровому образу жизни у молодежи и студентов путем

информирования, повышения мотивации и вовлечения их в исследовательскую, образовательную, спортивно-оздоровительную, художественно-эстетическую, ценностно-ориентированную деятельность в процессе реализации экологического, спортивного, культурно-познавательного, лечебно-оздоровительного, приключенческого и других видов туризма.

Учебные заведения, являясь интеллектуальными, культурными, образовательными центрами, играют важную роль в формировании здоровья участников образовательного процесса, в обучении и воспитании навыков ЗОЖ, в увеличении трудового потенциала общества в целом.

Технология создания информационной образовательной среды «Мы за ЗОЖ»

1. Определение целей создания

Процесс выработки целей может включать в себя:

- диагностику состояния или анализ исходной ситуации;
- моделирование целей, задач и возможных результатов;
- коллективное целеполагание на основе совместной деятельности преподавателей\учителей, учащихся и родителей;
- уточнение целей и задач, внесение корректив в первоначальные замыслы.

2. Определение набора компонентов или элементов системы исходя из определенной цели.

Под пропагандой здорового образа жизни понимают широкий спектр деятельности – от просветительских и выездных программ работы с населением до использования средств массовой информации, – направленной на то, чтобы люди ответственнее относились к своему здоровью и располагали необходимой информацией для его сохранения и укрепления. Сегодня

накоплен немалый опыт в этом направлении, используются самые различные методы:

- метод устной пропаганды (беседы, лекции, дискуссии, конференции);
- метод печатной пропаганды (статьи, листовки, стенные газеты, буклеты, брошюры, санитарные бюллетени и т.д.);
- наглядный метод, куда входят и натуральные объекты (например, образцы растительного и животного мира, продукты), и изобразительные средства (объемные: макет, модель, скульптура; плоскостные: плакат, рисунок, фотография);
- интернет-технологии как новое слово в популяризации здорового образа жизни.

Известен комбинированный метод, при котором происходит одновременное воздействие на слуховой и зрительный анализаторы: к нему относятся театральные постановки, санитарно-просветительские фильмы, телевизионные и эстрадные действия. Каждый из методов имеет свои достоинства.

Дорожная карта реализации информационного образовательного пространства «Мы за ЗОЖ»:

Обязательным условием эффективности этой работы являются ее целенаправленность, плановость и непрерывность проведения.

Определены средства распространения информации в рамках информационного образовательного пространства «Мы за ЗОЖ»:

1. информационные стенды образовательных учреждений;
2. теле и радио-сети образовательных учреждений ;
3. официальные сайты образовательных учреждений;
4. личные кабинеты в Электронной образовательной среде;
5. социальные сети;

3. Определение функционала каждого компонента и проверка их на дублирование. Функционал – это целевое предназначение компонента воспитательной системы, характеризующееся содержанием, формами и методами деятельности (т. е. что и как делать?).

Определение функций каждого компонента предполагает:

- определение роли этого компонента в общей структуре управления (для чего он необходим?);
- формулирование целей его деятельности (что будет делать?);
- систематизацию и обобщение всех целей деятельности компонента;
- непосредственное определение функций (как этот компонент системы сможет достичь поставленных перед ним целей?), т. е. направлений деятельности.

Определить формат предоставления информации:

1. Визуальный и текстовый материал в виде 10 слайдов в формате пауэрпойнт, размером А-4 (в утвержденном едином дизайне с упоминанием Гранта) предоставляется в электронном виде ответственным подразделением (должностным лицом) и направляется всем участникам проекта.

Визуальный и текстовый материал должен соответствовать заявленной тематике и подчиняться основной цели мероприятия (графические работы, интервью с известными личностями, результаты научных исследований, эссе), видео ролики, клипы и радио записи

Примерная программа создания информационной образовательной среды «Мы за ЗОЖ»

Определить тематику контента в рамках организации информационного образовательного пространства «Мы за ЗОЖ»:

1. О вреде табака. Культурно-познавательный туризм.
2. О вреде алкоголя. Экологический туризм.
3. О вреде наркотиков. Приключенческий туризм.

4. Здоровое питание – как основа здорового образа жизни. Гастрономический туризм.
5. О пользе физических упражнений, спорта и туризма. Спортивный туризм.
6. О профилактике заболеваний. Санаторно-курортный туризм.
7. Здоровые родители – здоровые дети. Семейный туризм.

Критерии и показатели оценки результатов:

- продуктивность (уровни мотивированности учащихся, уровни сформированности у них адекватного отношения к ЗОЖ);
- адаптационная способность информационной образовательной среды (своевременная идентификация новых проблем и обеспечение эффективной работы в меняющихся условиях);
- удовлетворенность участников образовательного процесса своей и совместной деятельностью, содержанием и организацией воспитательного процесса.

Ожидаемые результаты реализации Информационной образовательной среды «Мы за ЗОЖ»

Мониторинг мотивированности учащихся к ЗОЖ, сформированности у них социально-ценностных отношений к объектам окружающей действительности, изучение удовлетворенности всех участников образовательного процесса деятельностью свидетельствуют о том, что разработанная информационная образовательная среда позволяет создать условия, обеспечивающие формирование у учащихся здорового образа жизни.

Библиографический список

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп.).

2. Абрамова Е.С. Источники информации подростков о здоровом образе жизни // Концепт. 2015. № 1 (январь). URL: <http://e-koncept.ru/2015/15012.htm>.

3. Андрющенко О.Е. Здоровье в системе жизненных ценностей молодежи: опыт регионального исследования // Вестн. Волгогр. гос. ун-та. Сер. 7. Филос. 2015. № 4 (30).

4. Белинская Т.В. Ценностное отношение к здоровью: структура и развитие. URL: https://superinf.ru/view_helpstud.php?id=1519 (дата обращения: 22.05.2018).

5. Гордеева И.В. Современное состояние и проблемы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2017. № 11 (153).

6. Зубкова А.Н. Повышение мотивационной ценности здорового образа жизни // Гуманитарные научные исследования. 2016. № 10. URL: <http://human.snauka.ru/2016/10/16548> (дата обращения: 11.01.2018).

7. Зубова Л.В. Обоснование системы критериев, способствующих определению уровней сформированности ценностных ориентаций личности // Вестн. ОГУ. 2002. № 8. С. 120–125.

8. Извекова М.Н. Влияние информационно-коммуникативной среды на становление молодежи как социальной группы // Теория и практика общественного развития. 2010. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/> (дата обращения: 11.01.2018).

9. Лоншакова Н.А., Багин В.В. Здоровый образ жизни как фактор качества человеческих ресурсов // Теория и практика управления человеческими ресурсами: V Междунар. очно-заочная науч.-практ. конф. Чита: ЗабГУ, 2018. С. 89–94.

10. От здорового образа жизни – к культуре здоровья : монография / Фонд президентских грантов; Российская международная академия туризма. – М. : Логос, 2018. – 327, [1] с

11. URL: <http://kremlin.ru/events/president/news/56957> (Послание Президента Федеральному Собранию).