

# Технология подсчета физического здоровья и психологического благополучия класса или отдельного ученика

Поцула Ольга Германовна, учитель математики МБОУ "СОШ №14"

В 1979 году Всемирной организацией здоровья был введен термин «психическое здоровье». Нарушение психического здоровья связаны как с соматическими заболеваниями, так и с различными неблагоприятными факторами и стрессами, обусловленными условиями воздействующими на психику.

Школьные стрессы — разновидность школьных болезней—традиционно актуальны для системы образования. Существующая организация образовательного процесса в обычной школе не оставляет большинству детей шансов окончить школу без нарушений нервно-психической сферы.

В современном образовательном учреждении, в наибольшей степени должен быть реализован процесс обучения и управления, обеспечивающий сохранение здоровья всех участников воспитательно-образовательного процесса.

Положительная учебная мотивация, учет индивидуальных особенностей и функционального состояния ребенка, создание возможности для выполнения заданий в индивидуальном пространственно-временном режиме, включение в урок времени для отдыха (активного или пассивного, индивидуально — по предпочтению), удовлетворение потребностей ребенка в движении, снятие статистического напряжения за счет обязательного включения в урок динамической паузы—признаки валеологического урока.

Самозащитой организма от перегрузок, дискомфорта являются, так называемые, «беспричинные» пропуски.

Традиционная информация о пропусках дает важный показатель о социально-психологическом «здоровье» класса. По формулам  $(1-B:U) \cdot 100\%$ ,  $(1-(O-B):U) \cdot 100\%$  можно подсчитываем уровень физического здоровья и психологического благополучия класса или отдельно ребенка.

Технология подсчета такова:

1. подсчитываем количество уроков, которые все ученики класса обязаны посетить за какой-либо учебный период по формуле:

$$U=N \cdot n \cdot K$$

U—количество уроков –учеников

N—количество недель

n—количество часов в неделю по учебному плану

K—число учащихся в классе

2.подсчитываем общее O— количество пропусков и B—количество пропусков по болезни

3. Определяется величина, отражающая состояние здоровья учащихся в классе.

$$(1-B:U) \cdot 100\%$$

4. определяется степень психологического благополучия

$$(1-(O-B):U) \cdot 100\%$$

Если психологическое благополучие ниже физического здоровья, то в классе есть тенденция к психологическому неблагополучию.

психологическое благополучие класса

Учебный год \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Классный руководитель \_\_\_\_\_

	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	Год
Учащихся в классе <b>K</b>					
Общее число пропущенных уроков <b>O</b>					
Количество уроков, пропущенных без причин <b>O-Б</b>					
Количество недель <b>n</b>					
Количество часов в неделю по учебному плану <b>N</b>					
Количество уроков – учеников $U=N \cdot n \cdot K$					
Физическое здоровье учащихся в классе <b>(1-Б:U) · 100%</b>					
Психологическое благополучие учащихся класса <b>(1-(O-Б):U) · 100%</b>					