**Мониторинг здоровья педагогов и учащихся, его влияние на результаты деятельности и успеваемости**

**Ижетникова В.В., педагог-психолог МБОУ «Зиминский лицей»**

*Однажды по лесу шёл мудрец. Он увидел лесоруба, пилившего огромное дерево старой тупой пилой. Было ясно, что работает тот уже давно, сильно устал, а результат был очень невелик. “Что ты делаешь?” – спросил мудрец. “Не видишь, я работаю!” – сердито ответил лесоруб. “Если ты заточишь свой инструмент, дело пойдёт гораздо быстрее”, – посоветовал мудрец. “Не мешай, мне некогда, мне работать надо”, – ответил упрямый лесоруб.*

Ситуация, представленная в данной метафоре, хорошо знакома всем, кто работает в школе учителем. Зачастую, проводя до тысячи уроков за один только учебный год, сталкиваемся с проблемой лесоруба.

**Мониторинг здоровья педагогов и учащихся** – это система информационного сопровождения образовательного процесса, обеспечивает информацией, необходимой для оценки соответствия педагогических технологий и образовательной среды целям обучения и индивидуальным особенностям ученика.

Он нацелен на максимально раннее выявление тенденций развития исследуемого процесса и прогнозирование его результатов. Мониторинг является важнейшим инструментом проверки оценки эффективности внедряемого содержания образования, используемых методик, служит основой для основных путей устранения недостатков учебного процесса в школе.

**Задачи мониторинга:**

* формирование базы данных о физическом, соматическом, психологическом здоровье педагогов, учащихся в различные возрастные периоды;
* оценка адаптационных возможностей детского организма и физического состояния;
* анализ факторов, которые позитивно и негативно влияют на здоровье;
* прогнозирование дальнейшего развития лицея, корректировка его здоровьеформирующей и здоровьесберегающей деятельности;
* оценка эффективности использования здоровьесберегающих педагогических технологий.

С целью отслеживания влияния процесса обучения на качество образования мониторинг должен осуществляться по следующим показателям:

* 1. **Мониторинг здоровья учащихся включает в себя:**
* состояние здоровья школьников (использование данных мониторинга состояния здоровья учащихся, проводимого медицинскими работниками);

**Карта динамического наблюдения за состоянием здоровья учащихся**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Группа здоровья | Наличие хронических заболеваний | Уровень физической подготовки |
| 7 класс | 8 класс | 9 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс | 7 класс | 8 класс | 9 класс |
| 1 |  | I | I | I | здоров | здоров | здоров | основная | основная | основная |
| 2 |  | II | II | II | нарушение осанки | нарушение осанки | нарушение осанки | основная | основная | основная |
| 3 |  | III | III | III | вр. миопия выс. степени | вр.миопия выс. степени | вр.миопия выс. степени | освобожд. | освобожд. | освобожд. |

* пропуски уроков по болезни;
* результаты обученности (использование данных мониторинга зам. директора по УВР);
* занятия в спортивных секциях;
* психологический мониторинг (использование данных мониторинга педагога-психолога).

Необходимость психологического мониторинга обосновывается возможностями получения такой информации об ученике, которая требуется учителю для успешной работы. Объектом психологического мониторинга выступает ребёнок, ситуация его развития, отношений с окружающим миром. Индивидуализация обучения означает, что оно ориентированно на индивидуально-психологические особенности ребёнка и построено с их учётом.

**Психологический мониторинг в классах ведётся по следующим направлениям:**

1. определение личностных особенностей (*эмоциональный фон, уровень тревожности, мотивация, межличностные отношения*);
2. определение степени адаптации учащихся 7 класса в переходный период.

*Используемые методики:*

**Методика «САН».** Методика направлена на выявление общего эмоционального фона (самочувствие, активность, настроение) у учащихся.

Отмечено, что к концу учебного года уровень напряженно­сти возрастает во всех классах. Это часто приводит учащих­ся к ощущению дискомфорта, неврозам и возникновению психосоматических заболеваний. Отслеживается и анализируется количество пропущенных уроков, что позволяет получить важную информацию о социально-психологическом здоровье класса.

**Тест школьной тревожности Филлипса** проводится среди учащихся 7-8 классов. *Цель:* выявление условия тревожности в различных сферах внутришкольных отношений.

Тест включает следующие виды тревожности:

1. *Общая тревожность в школе* – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.
2. *Переживания социального стресса* – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).
3. *Фрустрация потребности в достижении успеха* – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.
4. *Страх самовыражения* – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью раскрытия, предъявления себя другим, демонстрации возможностей.
5. *Страх ситуации проверки знаний* – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно – публичной) знаний, достижений, возможностей.
6. *Страх не соответствовать ожиданиям окружающих* – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок.
7. *Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу* – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.
8. *Проблемы и страхи в отношении с учителями* – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

**Диагностика тревожности Костина Л.М.** проводится среди учащихся 9-11 классов.

*Методика включает оценивание ситуаций трех типов:*

1. ситуации, связанные со школой, общением с учителем (школьная);
2. ситуации, актуализирующие представления о себе (само­оценочная);
3. ситуации общения (межличностная).

**Тест-опросник «Шкала оценки потребности в достижении».** *Цель*: выявление преобладающего типа мотивации учащегося — то есть тот мотивационный механизм, который является доминирующим именно для него в его учебной деятельности. Эти типы представлены 12 шкалами опросника.

**Мотивационная анкета Лускановой.** *Цель:* определение уровня школьной мотивации и учебной активности.

*Методика включает оценивание 5 уровней мотивации.*

**Первый уровень** – высокий уровень школьной мотивации, учебной активности.

**Второй уровень** – хорошая школьная мотивация.

**Третий уровень** – положительное отношение к школе, но школа привлекает таких детей внеучебной деятельностью.

**Четвертый уровень** – низкая школьная мотивация.

**Пятый уровень** – негативное отношение к школе, школьная дезадаптация.

Отслеживается динамика школьной мотивации учащихся 7-11 классов. Отмечено, что высокий уровень мотивации преобладает в начале учебного года во всех классах, а затем он изменяется:

- в 5-9 классах снижается до среднего уровня к середине учеб­ного года и остается на этом уровне до конца учебного года;

- в старшей школе уровень мотивации снижается к середине и вновь возрастает к концу учебного года.

 **Социометрическая методика Дж. Морено.** *Цель:*  определение статуса обучающихся в системе межличностных отношений.Ирешает следующие задачи:

а) измерение степени сплоченности-разобщенности в группе;

б) выявление соотносительного авторитета членов групп по признакам симпатии-антипатии (лидеры, звезды, от­вергнутые);

в) обнаружение внутригрупповых сплоченных образований во главе с неформальными лидерами.

 **Шкала трудности учебных предметов**. *Цель*: определение степени трудности учебного предмета для учащихся. Ранг трудности (от 1-6 баллов) указывается учащимся напротив каждого предмета.

Полученные данные можно использовать при составлении расписания с учетом каждой возрастной группы.

|  |  |
| --- | --- |
|  **Учебные предметы** | **Классы** |
| ***7*** | ***8*** | **9** | **10** | **11** |
| **Количество баллов (ранг трудности)** |
| **Иностранный язык** |  |  |  |  |  |
| **История** |  |  |  |  |  |
| **Обществознание** |  |  |  |  |  |
| **Русский язык** |  |  |  |  |  |
| **Литература** |  |  |  |  |  |
| **География** |  |  |  |  |  |
| **Физкультура** |  |  |  |  |  |
| **ИЗО** |  |  |  |  |  |
| **Химия** |  |  |  |  |  |
| **Геометрия** |  |  |  |  |  |
| **Физика** |  |  |  |  |  |
| **Алгебра** |  |  |  |  |  |
| **Экономика** |  |  |  |  |  |
| **Черчение** |  |  |  |  |  |
| **Биология** |  |  |  |  |  |
| **ОБЖ** |  |  |  |  |  |
| **Информатика** |  |  |  |  |  |

Данный мониторинг психологического здоровья учащихся проводится в декабре, так как в этот период большинство детей проходят первичную адаптацию к обучению и активно занимаются на уроках и участвуют во внеурочной деятельности. Кроме того, декабрь – это приблизительно середина учебного года, и психологическое состояние детей в этот период является наиболее показательным.

Мониторинг степени адаптации учащихся 7 класса проводится с сентября по октябрь. При изучении индивидуальных особенностей учащихся, поступивших в лицей, используется комплекс методик.

* Анкета определения ведущей модальности;
* Тест школьной тревожности Филипса;
* Тип мышления;
* Изучение уровня мотивации достижения и одобрения;
* Экспресс-диагностика характерологических особенностей личности тест Айзенка.

**Психологические особенности учащихся 7 класса**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Ф.И.** | **Тип****мышления** | **Уровень мотивации** | **Веду****щая****модаль****ность** | **Уровень****шк. тревож****ности/ страхи** | **Тип темперамента** | **Рекомендации** |
| **дости****жения** | **одоб****рения** |
| 1 | ***А.А.***  | **Абстрактно-символическое**Креативность  | **Н**  | **Н** | **Кинестетик**  | **Нормальный**  | **Холерик**  | Дать возможность занять лидерское положение, однако при этом следует выбрать пост, на котором он больше внимания уделял бы бумагам, чем людям.  |
| 2 | ***Б.Д.*** | **Наглядно-образное**  | **Н**  | **С** | **Визуал-кинестетик** | **Нормальный** Страх не соответствовать ожиданиям окружающих | **Сангвиник**  | Не допускать зазнайства. Поддерживать в позитивных усилиях.  |

По результатам исследования проводятся индивидуальные консультации с классным руководителем и учителями-предметниками по отдельным учащимся. А также результаты озвучиваются на психолого-педагогическом консилиуме «Результаты адаптации учащихся 7 класса». Учителям-предметникам даются рекомендации, как учитывать индивидуальные особенности учащихся при организации урока. Даются рекомендации по снижению тревожности детей. С учащимися проводятся занятия на преодоление школьной тревожности.

*Профессия педагога предъявляет серьезные требования к эмоциональной стороне личности. Это "работа сердца и нервов", где требуется буквально ежедневное и ежечасное расходование огромных душевных сил.* В.А. Сухомлинский

По данным НИИ медицины труда, к неврозам, связанным с профессиональной деятельностью, склонны около 60% учителей.

**2. Мониторинг здоровья педагогов включает в себя:**

* состояние здоровья педагогов;
* диагностика состояния эмоционально-волевой сферы;
* особенности стиля педагогической деятельности.

*Используемые методики:*

**Опросник «САН»** (самочувствие, активность, настроение) – позволяет оперативно оценить состояние эмоционально-волевой сферы педагога, способность к саморегуляции, т.е. к «власти над собой». Основной целью проведения данной диагностики с педагогами, является выявление общего состояния педагогов (самочувствие, активность, настроение) на начало учебного года, что способствует определению наиболее точной стратегии общения педагога и администрации.

**Методика диагностики уровня эмоционального выгорания В.В. Бойко**. Методика позволяет увидеть ведущие симптомы «выгорания», фазы формирования стресса. Измеряемые в них явления разные – реакция на внешние и внутренние факторы, приёмы психологической защиты, состояние нервной системы. По количественным показателям правомерно судить только о том, насколько каждая фаза сформировалась в большей или меньшей степени.

**Анализ особенностей индивидуального стиля педагогической деятельности.** Методика показывает учителю особенности стиля своей педагогической деятельности и дает рекомендации по совершенствованию этого стиля. Выделяют 4 разновидности педагогического стиля.*Эмоционально-импровизационный стиль (ЭИС). Эмоционально-методический стиль (ЭМС). Рассуждающе-импровизационный стиль (РИС). Рассуждающе-методический стиль (РМС)*

**Опросник «Психологический портрет учителя» (Г.В.Резапкина).** Тест позволяет построить "портрет" учителя по следующим шкалам: приоритетные ценности *(отношения с детьми, отношения с коллегами, собственные переживания)*, психоэмоциональное состояние *(неблагополучное*, *нестабильное, благополучное*), самооценка *(позитивная*, *неустойчивая,* *негативная),*  стиль преподавания (*демократический*, *либеральный,*  *авторитарный)* уровень субъективного контроля (*высокий*, *не сформированный,**низкий*).Методика помогает увидеть психологические причины профессиональных затруднений прежде, чем они станут очевидны для учеников и коллег, и принять решение – меняться самому, менять работу или оставить все, как есть.

Итак, мониторинг предполагает:

1.изучение состояния здоровья педагогов и учащихся;

 2.принятие управленческих решений;

 3.организация методической работы;

 4.разработка и проведение индивидуальных и групповых занятий с учащимися и педагогами;

 5.индивидуальные консультации классных руководителей, учителей-предметников;

6.осуществление работы с родителями (родительские собрания, индивидуальные консультации);

7. выбор форм и методов работы с классом, с учетом состояния здоровья и психологических особенностей группы.

**Влияние мониторинга на успеваемость и на результаты деятельности:**

* создание системы комплексной педагогической, психологической, социальной помощи детям, имеющим трудности в обучении и общении;
* снижение заболеваемости или стабилизация здоровья (в зависимости от первоначального диагноза);
* сохранение более высоких адаптационных возможностей в конце учебного года;
* снижение количества случаев повышенной и высокой невротизации и тревожности;
* повышение качества обучения за счет уменьшения негативного воздействия процесса обучения и воспитания на психофизиологический статус подростков;
* увеличение числа подростков, соблюдающих нормы и требования здорового образа жизни;
* разработка рекомендаций для учащихся, родителей, администрации, учителей - предметников, позволяющие систематизировать работу по проблеме здоровьесбережения;
* содействие формированию знаний и умений по охране и укреплению профессионального здоровья педагогов;
* повышение адаптационных возможностей детского организма и стабилизация уровня обученности при переходе учащихся с одной ступени обучения на другую;
* повышение уровня психологической комфортности в системе «ученик – учитель»;
* улучшение взаимоотношений семьи и школы, повышение ответственности родителей за здоровье ребенка;
* выбор наиболее адекватных форм и методов работы по сохранению и укреплению здоровья обучающихся.

Данные мониторинга должны быть востребованы в ходе организации педагогического процесса. Мониторинг, отражающий показатели здоровья детей, их динамику, должен стать основным механизмом оценки педагогических технологий.

Таким образом, систему образования можно считать здоровьесберегающей, если она на каждом этапе созревания обеспечивает удовлетворение возрастных и психологических потребностей участников образовательного процесса.