

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ПРОЦЕССЕ

Сеимова Р.С.

Костанайский государственный педагогический институт

Проблема здоровья сегодня, как никогда, актуальна. В настоящее время можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Состояние здоровья современного человека зависит не только от внешних условий, но и от его собственного отношения к здоровью. В течение многих лет вопросами профилактики болезней и укрепления здоровья занималась медицина. Но её усилия оказались тщетными, по существу медицина так и не выработала методологии формирования правильного отношения к здоровью, именно поэтому в педагогике и родилось новое научное направление – валеология.

Валеология (*valeologia* – лат. здравствовать, быть здоровым) – наука о здоровье. Впервые термин, предложенный проф. И.И. Брехманом в 1980 г., оказался довольно актуальным, емким и в настоящее время оформляется в науку – науку фундаментальную и необходимую, в первую очередь, своей нужностью для людей, которые хотят посвятить себя обучению, воспитанию, профилактической работе, лечению и психофизической реабилитации подрастающего поколения. Для этого «надо поменять поток сознания людей...» говорил Порфирий Корнеевич Иванов, известный народный мыслитель, один из пионеров природного оздоровления человека. Он же в своих «Детках» завещал: «Зачем болезнь лечить, если можно ее в тело не пускать?» (12 сводов). Это, в первую очередь, относится к студентам педагогических вузов, ибо будущая трудовая деятельность педагога – это проблема научить, обучить, привить навыки и умения своим ученикам, как правильно, вернее, как нужно и необходимо сохранить свое здоровье.

Главное направление в валеологии – педагогическое, поэтому термин «педагогическая валеология» в значительной мере исчерпывает содержание самого понятия «валеология».

Педагогическая валеология – это новое направление в педагогической науке, возникшее на стыке наук о человеке, инициирующее вопросы сохранения, укрепления и формирования культуры здоровья средствами образования, которое развивается на основе системного, антропологического, акмеологического и диалектического подходов.

Функционально педагогическая валеология характеризуется следующим образом:

- информационно-коммуникативная функция, обеспечивающая трансляцию опыта развития педагогической валеологии (как науки) и валеологии (как системы знаний об индивидуальном здоровье), преемственность традиций, ценностных ориентаций, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью;

- интегративная функция, объединяющая отрасли научных знаний о человеке, его жизнедеятельности;

- диагностическая функция, раскрывающая сущностные характеристики среды обитания во взаимосвязи со всем комплексом личностно-средовых взаимодействий;

- прогностическая функция, обеспечивающая анализ предпосылок и факторов перспективного развития педагогического процесса, индивидуальное прохождение образовательного маршрута каждым ребёнком.

В системе педагогической валеологии существует понятие «валеологизация образовательного пространства», которая рассматривается как процесс и результат проектирования педагогической деятельности и предполагает целый ряд особенностей:

- валеологическая (знания, образование, культура) – подготовка к коммуникативному взаимодействию (учитель – ученик, учитель – класс, учитель – родители);

- организация учебного процесса на валеологической основе;

- организация валеологической службы заведения;

- валеологическое сопровождение индивидуального образовательного маршрута ребёнка.

Валеологизация образовательного пространства – это цель современной школы. Достижение названной цели в сегодняшней школе может быть достигнуто с помощью здоровьесберегающих образовательных технологий.

Здоровьесберегающие образовательные технологии можно рассматривать и как технологическую основу здоровьесберегающей педагогики – одной из самых перспективных образовательных систем XXI века, и как совокупность приемов, форм и методов организации обучения школьников, без ущерба для их здоровья, и как

качественную характеристику любой педагогической технологии по критерию ее воздействия на здоровье учащихся и педагогов.

Понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» (ЗОТ) появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Это свидетельствует об искаженном понимании термина «здоровьесберегающие образовательные технологии», примитивных представлениях о содержании работы, которую должна проводить школа для осуществления своей важнейшей задачи - сохранения и укрепления здоровья учащихся. Некоторые считают, что ЗОТ (здоровьесберегающие образовательные технологии) – это одна или несколько новых педагогических технологий, альтернативных всем другим, и поэтому можно выбирать: работать, например, по технологиям С. Френе, В. Зайцева, М. Монтессори и т.д. или по «технологии здоровьесбережения». Другой вариант понимания можно обозначить как «мифологизацию представления о здоровьесберегающих технологиях»: будто никогда в школах невиданное и обладающее чудодейственной эффективностью.

В целом, здоровьесберегающая образовательная технология должна представляться как функциональная система организационных способов управления учебно-познавательной и практической творческой деятельностью учащихся, научно и инструментально обеспечивающая сохранение и укрепление их здоровья. Она должна иметь научно обоснованную концепцию, которая указывала бы способ построения здоровьесберегающих условий, средств обучения и воспитания на основе целостного понимания психолого-физиологических процессов их реализации. Логически выстроенная концепция обеспечит перевод деятельности в системе образования в режим творческого производства собственных замыслов и опыта отдельного учителя, преподавателя и коллектива учебного заведения в целом. Она обеспечит также понимание необходимости технологического и комплексного подхода к образованию и здоровью как реально гуманно-нравственной деятельности.

Здоровьесберегающие педагогические технологии должны обеспечить развитие природных способностей ребенка: его ума, нравственных и эстетических чувств, потребности в деятельности, овладении первоначальным опытом общения с людьми, природой, искусством.

Здоровьеформирующие образовательные технологии, по определению Н.К. Смирнова, – это все те психолого-педагогические технологии, программы, методы, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

Следует отметить, что здоровьесберегающие технологии реализуются на основе личностно-ориентированного подхода, и их можно разделить на три основные группы:

- 1) технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;
- 2) технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;
- 3) разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

В рамках личностно-ориентированных (антропоцентрических) технологий, которые в центр образовательной системы ставят личность ребёнка, обеспечение безопасных, комфортных условий её развития и реализации природных возможностей, в качестве самостоятельных направлений выделяются гуманно-личностные технологии, технологии поддержки и сотрудничества, технологии свободного воспитания. Рассмотрим некоторые группы здоровьесберегающих технологий.

Педагогическая поддержка – это естественный акт СО-действия, содружества, сотрудничества. Это такая организация, которая полностью основывается на обращении к внутренним силам и способностям ребёнка.

Под педагогической поддержкой понимается деятельность профессиональных педагогов по оказанию превентивной и оперативной помощи детям в решении их индивидуальных проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, общением, с успешным продвижением в обучении и, наконец, с жизненным и профессиональным самоопределением.

Педагогический смысл «поддержки»: помочь другому обрести уверенность, подкрепить то положительное, что есть в личности, удержать от того, что мешает развитию.

Педагогическая поддержка особенно необходима, когда надо прийти на помощь ребёнку в критических ситуациях. Это физическая либо моральная защита от неблаго-

приятных моральных условий или психологического стресса, это создание условий для самостоятельного противостояния жизненным ситуациям.

По мнению Л.И. Новиковой, Н.Л. Селивановой, Е.И. Соколовой, суть поддержки состоит в том, чтобы помочь учащемуся преодолеть то или иное препятствие, трудность, ориентируясь на имеющиеся у него реальные и потенциальные возможности и способности, развивая потребность в успешности самостоятельных действий.

Технологию педагогики сотрудничества также можно рассматривать как создающую все условия для реализации задач сохранения и укрепления здоровья учащихся и педагогов.

Цель школы, реализующей педагогику сотрудничества, – разбудить, вызвать к жизни внутренние силы и возможности ребёнка, использовать их для более полного развития личности. Это в полной мере совпадает с механизмами формирования и укрепления здоровья путём наращивания адаптационных ресурсов человека, потенциала его психологической адаптации. Важнейшая черта этой педагогики – приоритет воспитания над обучением – позволяет в рамках формирования общей культуры личности последовательно воспитывать культуру здоровья школьника. Проявления гуманного отношения к детям, перечисленные в качестве факторов учебно-воспитательного процесса, такие как любовь к детям и оптимистичная вера в них, отсутствие прямого принуждения, приоритет положительного стимулирования, терпимости к детским недостаткам, в сочетании с проявлениями демократизации отношений – правом ребёнка на свободный выбор, на ошибку, на собственную точку зрения – оказывают благоприятное воздействие на психику учащихся и способствуют формированию здоровой психики, и как следствие, высокого уровня психологического здоровья. Этому же способствует решение одной из задач педагогики сотрудничества – формирование положительной Я-концепции личности подростка.

Ещё одной из здоровьесберегающих технологий является технология психологического сопровождения учебной группы, разработанная М.Ю. Громовым и Н.К. Смирновым как модель внедрения в работу школы принципов психологии здоровья и педагогической психотерапии. В её основе – активное участие психологов в образовательном процессе школы, превращение школьного психолога в одну из ключевых фигур учебно-воспитательного процесса, основанного на принципах здоровьесбережения. Именно психогенные нарушения здоровья являются наиболее распространёнными среди школьников и служат в дальнейшем основой развития большого числа разных заболеваний. Учителям, освоившим эту технологию, становится легче и интереснее работать, поскольку исчезает проблема учебной дисциплины и происходит раскрепощение учителя, открывается простор для его педагогического творчества. Следует заметить, что в обстановке психологического комфорта и эмоциональной приподнятости работоспособность класса заметно повышается, что в конечном итоге приводит и к более качественному усвоению знаний и, как следствие, к более высоким результатам.

Технологии развивающего обучения (ТРО) строятся на плодотворных идеях Л.С. Выготского, в частности – на его гипотезе о том, что знания являются не конечной целью обучения, а лишь средством развития учащихся. Классификационные характеристики технологии РО, разработанной Д.Б. Элькониним и В.В. Давыдовым, в определённой части отвечают принципам здоровьесберегающей педагогики: антропоцентрическая философская основа, признание основным фактором развития психогенного, развивающая концепция усвоения и т. д. Ориентация на «зону ближайшего развития» ученика при построении его индивидуальной образовательной программы позволяет в максимальной степени учесть его способности, возможности, темпы развития, влияние окружающей среды и условий. Важным моментом, положительно влияющим на психологическое состояние ученика, а в динамике – и на его здоровье, является принятый в ТРО характер оценки учебной деятельности.

А вообще необходимо заметить, что нет какой-то одной единственной или новой уникальной технологии здоровья. Если технологии должны отвечать принципам здоровьесбережения, которые сформулировал Н.К. Смирнов, то их можно отнести к таковым.

- «Не навреди!» – все применяемые методы, приемы, используемые средства должны быть обоснованными, проверенными на практике, не наносящими вреда здоровью ученика и учителя.

- Приоритет заботы о здоровье учителя и учащегося – все используемое должно быть оценено с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса.

- Непрерывность и преемственность – работа ведется не от случая к случаю, а каждый день и на каждом уроке.

- Субъект-субъектные взаимоотношения – учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий и в содержательном, и в процессуальном аспектах.

- Соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся – объем учебной нагрузки, сложность материала должны соответствовать возрасту учащихся.

- Комплексный, междисциплинарный подход – единство в действиях педагогов, психологов и врачей.

- Успех порождает успех – акцент делается только на хорошее; в любом поступке, действии сначала выделяют положительное, а только потом отмечают недостатки.

- Активность – активное включение, а любой процесс снижает риск переутомления.

Следует отметить, что все здоровьесберегающие технологии, применяемые в учебно-воспитательном процессе, можно разделить на три основные группы:

- технологии, обеспечивающие гигиенически оптимальные условия образовательного процесса;

- технологии оптимальной организации учебного процесса и физической активности школьников;

- разнообразные психолого-педагогические технологии, используемые на уроках и во внеурочной деятельности педагогами и воспитателями.

Здоровьесбережение сегодня должно выступать как одна из приоритетных задач школы. Необходимо заметить, что задача школы не «дотянуть» ребенка до последнего звонка, радуясь, что за эти годы с ним не случилось ничего плохого, а полноценно подготовить подростка к самостоятельной жизни, создав все предпосылки для того, чтобы эта жизнь сложилась счастливо. И здоровье здесь играет не последнюю роль. Это может быть образовательный процесс медико-гигиенической направленности (осуществляется при тесном контакте педагог – медицинский работник – ученик); физкультурно-оздоровительный (отдается приоритет занятиям физкультурной направленности); экологический (создание гармоничных взаимоотношений с природой) и др. Только благодаря комплексному подходу к обучению школьников могут быть решены задачи формирования и укрепления здоровья учащихся.

В системной последовательности приобщение школы и каждого учителя к здоровьесберегающим технологиям выглядит так:

- осознание проблемы негативного воздействия школы на здоровье учащихся и необходимости ее незамедлительного разрешения;

- признание педагогами школы своей солидарной ответственности за неблагоприятные состояния здоровья школьников;

- овладение необходимыми здоровьесберегающими технологиями (обретение компетенций);

- реализация полученной подготовки на практике, в тесном взаимодействии друг с другом, с медиками, с самими учащимися и их родителями.

Программа здравоохранения в школе может включать семь основных направлений:

- 1) образование детей в сфере здоровья;

- 2) программы и практические руководства по физической активности;

- 3) школьное питание;

- 4) медицинские услуги в школе;

- 5) психологическое и социальное консультирование;

- 6) повышение квалификации работников школ в области здравоохранения;

- 7) активное участие семьи и общества.

Таким образом, можно с уверенностью утверждать, что именно учитель, педагог в состоянии сделать для здоровья современного ученика больше, чем врач. Это не значит, что педагог должен выполнять обязанности медицинского работника. Просто учитель должен работать так, чтобы обучение детей в школе не наносило ущерба здоровью школьников, а значит начинать надо решать эту проблему в вузе. Необходимо заметить, что первичная профилактика, сохранение, накопление и сбережение уровня здоровья должны стоять на первом месте в образовательном процессе вуза. Так, в вузах необходимо разработать комплексные вузовские программы «Образование и здоровье», создающие условия здоровьесохраняющего образования, включающие просветительскую работу в области культуры здоровья. Также создание в каждом вузе центров содействия укреплению здоровья субъектов образования, укомплектование их квалифицированными кадрами и современным диагностическим оборудованием; создание и открытие кафедр по адаптации и оздоровительным технологиям; внесение в учебные планы курсов лекций

по культуре здоровья. Намеченные мероприятия предполагают обеспечение системы общего образования кадрами, обладающими научными знаниями, умениями и навыками в области здоровьесберегающих образовательных технологий.

Таким образом, включение в систему профессиональной подготовки комплексных мер по сохранению здоровья, специально организованная двигательная деятельность будущего специалиста способствуют управлению саморазвитием студента, накоплению его психофизического и профессионального потенциала. Развитие системы сохранения здоровья студентов в вузе должно иметь долгосрочную перспективу и продуктивно входить в единую систему государственного управления состоянием здоровья человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Менчинская Е.А. Основы здоровьесберегающего обучения в начальной школе. – М., 2008.
2. Мынбаева А.К., Садвакасова З.М. Инновационные методы обучения. – Алматы, 2009.
3. Нагавкина Л.С., Татарникова Л.Г. Валеологические основы педагогической деятельности. – С-Пб., 2005.
4. Сальникова Т.П. Педагогические технологии. – М., 2007.
5. Садвакасова З.М. В помощь классному руководителю. Алматы, 2009.
6. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. – М., 2002.
7. <http://www.shkolnymir.info/>. Соколова О.А. Здоровьесберегающие образовательные технологии.
8. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии в начальной школе. 1-4 классы. – М., 2004.
9. Кукушин В.С. Теория и методика обучения. – Ростов на-Дону: Феникс, 2005.
10. Чумаков Б.Н. Валеология: Учеб. пос. – 2-е изд., испр. и доп. – М., 2000.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ ОБУЧЕНИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Семакина А.Н.

ГУ «Физико-математический лицей...»

Современное состояние экономики, экологии, условий развития детей во всем мире неблагоприятно отражается на их здоровье. Растет число детей, которым необходима специализированная медицинская и психологическая помощь. Многочисленные исследования показывают, что в течение последних лет наблюдается устойчивая тенденция ухудшения здоровья детей

Многоаспектность выделенной проблемы не позволяет рассмотреть ее в рамках как одной науки, так и в одном психологическом измерении. Наиболее эффективное решение проблемы укрепления здоровья детей в образовательной среде возможно при анализе проблемы с точек зрения психологии, педагогики, школоведения, медицины, физиологии.

В связи с концепцией здоровьесбережения понятие здоровья рассматривается с различных сторон. Педагогика здоровья как самоценная область научных знаний в настоящее время оказалась особенно актуальной. Общественная потребность найти способы защиты учащихся от агрессивной для человеческого организма сложившейся системы обучения становится все очевидней.

Проблема укрепления здоровья детей в образовательных учреждениях не может оставаться вне нашего внимания, поскольку именно здоровье человека выступает в качестве индикатора устойчивого развития нации, а с психологической точки зрения – фактором саморазвития общества. Образовательное учреждение сегодня должно и может стать важнейшим звеном в формировании и укреплении здоровья учащихся.

Здоровьесберегающая педагогика не является альтернативной всем другим педагогическим системам и подходам. Ее главная отличительная особенность – приоритет здоровья, т.е. грамотная забота о здоровье как обязательное условие образовательного процесса. Основными принципами здоровьесберегающей педагогики являются:

- Принцип не нанесения вреда – одинаково первостепенен и для медиков, и для педагогов, и для родителей. На его соблюдении строятся профессиональная этика любой человеческой профессии, основы педагогики и дидактики.

- Принцип приоритета действенной заботы о здоровье учащихся и педагогов предполагает, что все происходящее в образовательном учреждении – от разработки планов,