

*Элеонора Александровна МУЛЯВИНА —
старший преподаватель кафедры общей
и социальной педагогики*

РЕАЛИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩЕГО ПОТЕНЦИАЛА СОДЕРЖАНИЯ ЕСТЕСТВЕННО-НАУЧНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

АННОТАЦИЯ. Школа должна помочь каждому ребенку занять активную позицию по отношению к формированию собственного здоровья. Курс естествознания обладает большими возможностями для этого. Мы разработали систему мер по актуализации заложенного в нем здоровьесформирующего потенциала.

The Life and The Health have a great value in the current society. It is very important when the matter concerns children. The School should help every kid to take an enterprising position against prophylaxis his own health and a school course of natural science has favorable conditions to do that. We elaborated a system of measures for an actualization of that potential. The experimental results of the system which has been put into practice at some schools in Tyumen acknowledged the efficiency of the offered set of actions for development students' healthy life-style.

На современном этапе развития человеческого общества такие ценности, как жизнь и здоровье человека, приобретают особое значение, поскольку они являются «структурообразующими факторами социальности» (О. В. Сайко). Парадоксально, но при абсолютности и универсальности для человечества в целом, их значимость для отдельной личности возрастает по мере того, как они исчерпываются в процессе онтогенеза. Молодой, здоровый человек редко дорожит своим состоянием, принимая его как должное. Более того, обыденным явлением нашей жизни стала особая жестокость подростков, которые, собравшись в группы, утрачивают всякое ощущение ценности чужой жизни и здоровья, избивая и убивая только за то, что кто-то имеет не такой, как у них, цвет кожи, разрез глаз, говорит не на таком языке. Добавим к этому чудовищное пренебрежение друг к другу на наших дорогах и в общественных местах, огромное число суицидов среди молодежи. При кажущейся разнородности этих явлений, их причина одна — отсутствие какого бы то ни было уважения к чужому и своему собственному здоровью и жизни. Быть может, у современных, выросших на компьютерных играх и западных боевиках ребят утрачивается чувство реальности и уникальности жизни, складывается иллюзорное ощущение того, что у каждого человека, как у компьютерных героев, много жизней и всегда можно начать все сначала?!

Как привить иммунитет против этого заблуждения? Как найти ту золотую середину, чтобы воспитать у подрастающего поколения адекватное отношение к своему собственному здоровью и здоровью других людей?

На наш взгляд, ответы на эти вопросы поможет найти арсенал традиционных для школы средств, имеющих большой здоровьесформирующий потенциал. Среди них особо выделим содержание естественно-научного образования. Оно является тем полем, на котором выстраивается процесс формирования ЗОЖ, возвращается личность и создаются здоровьесформирующие образовательные технологии.

Формирование ЗОЖ как педагогическая проблема рассматривается в трудах многих отечественных педагогов (Г. К. Зайцев, В. В. Колбанов, З. А. Тюмасаева, Л. Г. Татарникова и др.). Особое значение для ее решения имеют философские и

гуманистические идеи о ценности здоровья и путях его сохранения (И. И. Брехман, А. М. Амосов), теоретические основы оздоровительных технологий, разрабатываемые В. В. Матовым, Б. С. Толкачевым, концепции становления начальных знаний о сохранении здоровья у младших школьников (Л. В. Баль, В. В. Ветрова, М. Л. Лазарев).

Известные ученые, методисты, педагоги-практики разработали и внедряют в образовательный процесс разнообразные системы средств, стимулирующих устремления школьников к ЗОЖ (Н. Ф. Виноградова, Г. К. Зайцев, М. Л. Лазарев, В. В. Колбанов, З. И. Тюмасева и др.).

Но, несмотря на ведущиеся исследования, в современной науке и практике до сих пор не сложились целостная система и технология обучения здоровому образу жизни как форме и способу повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют генетически детерминированные возможности организма.

В исследованиях НИИ Гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья РАМН отмечается, что за последние 10 лет заболеваемость детей в разных регионах России увеличилась на 89%. Причем, ситуация обостряется с переходом детей из класса в класс. В связи с этим существует потребность в теоретическом обосновании и разработке педагогических условий и средств, обеспечивающих формирование мотивации к сохранению и укреплению индивидуального здоровья, стремление к ЗОЖ, осознание ценности здоровья как важнейшего элемента общей культуры человека уже на самых первых этапах обучения в школе.

Традиция гигиенического обучения и воспитания детей в отечественной педагогике зародилась еще в XVIII в. [2], однако, с тех времен по настоящее время в России доминирует превентивно-профилактическая модель обучения ЗОЖ, дающая детям информацию о факторах риска для здоровья, болезнях, вызванных вредными привычками и т.д. Она не приводит к желаемому результату, поскольку является когнитивной, формирующей лишь знания.

Современные исследования связывают эффективность укрепления здоровья детей с формированием мировоззренческой, социальной и двигательной активности, мотивационно-потребностной сферы, обуславливающей формирование установки на ЗОЖ и воспитание ответственности за собственное здоровье и здоровье близких людей. Эти проблемы сегодня в школьной практике наименее разработаны.

Осознание противоречий, возникающих на современном этапе решения проблемы обучения детей здоровьесбережению, ведет к выделению двух ее аспектов: организационного и методического.

Организационный включает в себя создание здоровьесформирующей образовательной среды. Образовательная среда — тип среды, состоящей из элементов, оказывающих жизненно значимые влияния на школьников в процессе получения ими образования [1]. Социальные и пространственно-предметные компоненты этой среды создают условия для формирования и развития личности [6]. Здоровьесформирующая среда школы — это совокупность условий, организуемых администрацией школы и педагогическим коллективом при обязательном участии учащихся и их родителей с целью обеспечения охраны и укрепления здоровья школьников [5]. Для создания такой среды в школе необходимо выполнение ряда условий: принятие задачи формирования здоровья всеми участниками образовательного процесса; благоприятное педагогическое и психологическое воздействие каждого учителя на своих учеников; обеспечение необходимого уровня грамотности школьников и педагогов в вопросах охраны здоровья. Отсюда вытекает методический аспект обозначенной нами

проблемы, который состоит в повышении здоровьесформирующего потенциала традиционного образования, создании факультативных курсов, ориентированных на формирование ЗОЖ, использовании специальных методов и приемов преподавания, сочетании теоретических аспектов с практической деятельностью детей, расширении возможностей естественно-научного образования в воспитании ЗОЖ, обновлении его содержания.

Подходы к его моделированию отражены в теоретических работах В. С. Леднева [3], И. Я. Лернера [4] и др. Высказанные в них идеи могут быть использованы в качестве основы для проектирования поддерживающих курсов, ориентированных на формирование потребности в ведении ЗОЖ, интегрированных естественно-научных факультативов, обеспечивающих повышение эффективности здоровьесформирующего потенциала содержания естественно-научного образования.

Анализ образовательных стандартов, программ, учебников и школьной практики показывает, что в подавляющем большинстве современных учебно-методических комплексов для начальной школы тема «Человек и его здоровье» в курсе «Окружающий мир» занимает весьма скромное место. В ней изучается преимущественно телесная сущность человека, знания даются на уровне эмпирических представлений. Работе над изучением этой важнейшей темы авторы большинства программ отводят слишком мало учебного времени.

Как отмечает Н. Ф. Виноградова, в программах начальной школы человек до сих пор представлен не системой физиологических, психологических социальных свойств и качеств, а чаще всего «суммой» органов его тела. При таком характере обучения не учитывается, что «если изучается одно только строение, то разница между живым и мертвым упускается из виду» (И. И. Полянский). Таким образом, очевидно, что изучение темы «Человек и его здоровье» в курсе «Окружающий мир» нуждается в специальной поддержке и связана она, на наш взгляд, с более полной реализацией системного подхода в образовании. Можно выделить несколько ее направлений.

Во-первых, это интеграция курса «Окружающий мир» с другими общеобразовательными предметами федерального компонента Базисного учебного плана, прежде всего, с курсом «Физическая культура» и предметами гуманитарного цикла. Такая интеграция позволяет активизировать предметные знания учащихся, заложить позиции признания ценности здоровья, ответственности за его сохранение и укрепление благодаря воздействию на эмоционально-образную сферу ребенка, гармонизировать физическое развитие через осознанное выполнение системы физических упражнений, нацеленных на повышение работоспособности органов дыхания, опоры и движения, о строении и функциях которых дети узнают из естествознания.

Во-вторых, более эффективное использование регионального компонента «Здоровье», который до сих пор реализуется лишь в отдельных школах.

В-третьих, это более действенное использование школьного компонента через введение факультативных практико-ориентированных поддерживающих курсов. Их основная цель — воспитание у детей потребности грамотно заботиться о своем здоровье, формирование практических навыков ЗОЖ.

Для реализации этой цели нами была выстроена система, позволяющая актуализировать здоровьесформирующий потенциал содержания естественно-научного образования младших школьников. Структурными компонентами этой системы выступали элементы образовательно-воспитательной среды. Их можно разделить на несколько блоков.

1. Факторы, обеспечивающие экологическую комфортность условий обучения (природосообразная организация учебного процесса, соответствие пространства, в котором пребывает ребенок, санитарно-гигиеническим нормам, наличие

в нем аэрофитомодуля — комплекса неприхотливых комнатных растений, выделяющих фитонциды).

2. Факторы, обеспечивающие социальную комфортность (субъект — субъектные отношения в системе учитель — ученик, соблюдение принципов взаимного уважения в системе ученик — ученик, родитель — ученик, учитель — родитель).

3. Интеграция федерального, регионального и школьного компонентов учебного плана.

4. Специальные технологии образовательного процесса, способствующие актуализации знаний, полученных в процессе обучения.

5. Внеклассная работа с детьми

6. Работа учителя с семьей ребенка.

Теоретическая разработка и практическое построение данной системы явилось предметом нашего исследования. Особое внимание мы уделяли отбору материала, дополняющего содержание основного образования по предмету «Окружающий мир», формам и методам его преподавания.

Нами были разработаны и внедрены курсы «Если хочешь быть здоров», «Ты и твоё здоровье», «Будь здоров» и модули для инвариантной части предмета «Окружающий мир»: «Человек и его здоровье», «Здоровое питание», «Наши зеленые помощники», «Оздоровительная роль природы в жизни человека» и другие, центральная идея которых — «Здоровье — категория динамичная».

При разработке содержания программ и раскрывающего их комплекса занятий мы руководствовались значимостью материала для детей и возможностью организации практических занятий. Отбор фактического материала, иллюстрирующего содержание курсов, производился в соответствии с общепедagogическими (связь обучения с жизнью, научности, систематичности и последовательности) и специфическими для курсов эколого-валеологической направленности (краеведческий, сезонности, комплементарности) принципами. Для примера приведем фрагмент модуля «Человек и его здоровье» для 3 класса (табл.1).

Таблица 1

Фрагмент модуля «Человек его здоровье»

Темы уроков	Изучаемые вопросы	Методы, формы и краткое описание содержания работы
Питание и здоровье	1. Зачем человек ест? 2. Продукты полезные и неполезные. 3. Составь меню. 4. Здоровье в продуктовом магазине.	Чтение и обсуждение рассказов Н. Раковской, А. Дорохова, А. Якубенко, И. Зверева. Демонстрация содержания сахара и жира в различных продуктах, составление «Справочника Неболейки». Настольно-печатная дидактическая игра «Выбирай полезные продукты» Ролевая игра «Поезд здоровья»
Здоровье и окружающая среда	1. Что такое окружающая среда. 2. Гигиена помещения. 3. Комнатные растения в помещении. 4. Домашние животные в квартире.	Чтение и обсуждение книги В. А. Игнатовой, Н. Я. Прокопьева «Если хочешь быть здоров». Практическая работа – генеральная уборка в классе. Ролевая игра «Цветочный магазин», составление справочника «Что любят наши друзья». Конференция любителей домашних животных, выставка фотографий «Наши питомцы».
Природа нашей области и здоровье	1. Климат, погода и здоровье. 2. История медицины в Тюменской области. 3. Секреты народной медицины.	Практическая работа «Определение температуры воздуха и направления ветра». Экскурсия в музей «История здравоохранения Тюменской области». Чтение книги В. А. Игнатовой, Н. Я. Прокопьева «Если хочешь быть здоров».

В организации учебно-воспитательного процесса мы пошли по пути формирования соматического и психического статуса личности. Для этого создавались:

а) оптимальные условия двигательного режима учащихся: подвижные перемены, динамические часы, музыкальные физические минутки на уроках, глазодвигательная гимнастика;

б) формировались навыки здоровьесберегающего поведения: заботливое отношение к одноклассникам, педагогам и родителям, исключающие травматизм, игры на переменах и после занятий, осуждение привычки к курению и алкоголю.

Оздоровление среды осуществлялось с помощью фитоароматерапии, фиточая, создания в классе аэрофитомодуля — комплекса выделяющих фитонциды неприхотливых комнатных растений, направленно воздействующих на функциональное состояние дыхательной, нервной, иммунной системы человека. Взаимодействие с этим комплексом не только оздоравливает детей, но и мотивирует их практическую здоровьесформирующую деятельность, способствует накоплению знаний о приемах самооздоровления.

Для выявления уровня сформированности компонентов ЗОЖ применялся комплекс показателей, представленный в табл. 2.

Таблица 2

Компоненты ЗОЖ и показатели их сформированности

Компоненты	Показатели
Мотивационный	Преобладающий характер потребностей, предпочтение активным видам отдыха, экскурсиям и походам, выбор для внеклассного чтения книг об организме человека и его здоровье, просмотр передач о здоровом образе жизни.
Ценностный	Осознание места здоровья в иерархии ценностей
Когнитивный	Знания об организме человека, работе органов и систем, факторах, полезных и вредных для здоровья, успеваемость по предмету «Окружающий мир».
Деятельностный	Сформированность навыков ведения ЗОЖ: соблюдение режима дня, рациональное питание, занятость в спортивных секциях и кружках, соблюдение правил личной гигиены, закаливание, отказ от вредных привычек.

На основании совокупности всех показателей были выделены три уровня сформированности компонентов ЗОЖ: высокий, низкий и средний. Динамика формирования компонентов ЗОЖ у учащихся под влиянием вводимых новаций оценивалась на протяжении нескольких лет в контрольных и экспериментальных классах. Полученные нами данные представлены на рис. 1 и 2.



Рис. 1. Суммарная динамика уровня сформированности компонентов ЗОЖ в ЭК в % (1 столбец — низкий уровень, 2 — средний уровень, 3 — высокий уровень)



Рис. 2. Суммарная динамика уровня сформированности компонентов ЗОЖ в КК в % (1 столбец — низкий уровень, 2 — средний уровень, 3 — высокий уровень)

Как видно из гистограмм, в изменении диагностируемых показателей наблюдалась положительная тенденция, однако, уровень их сформированности в экспериментальных классах повышался быстрее и достиг более высоких значений. Дети прочно овладели необходимыми умениями и навыками. Этому способствовало то, что в преподавании факультативных курсов постоянно обращалось внимание на разумную организацию жизни, соблюдение режима дня, правил здорового питания, личной гигиены и т.д.

Таким образом, обновляя содержание естественно-научного образования, создавая специальные условия для актуализации его здоровьесформирующего потенциала, мы добились повышения уровня знаний детей о здоровье и здоровьесформирующих факторах, сформировали мотивацию к ведению здорового образа жизни самими детьми и их родителями, повысили уровень практических умений и навыков ведения ЗОЖ. Хочется верить, что, научившись ценить и беречь свое собственное здоровье, эти дети будут внимательнее относиться к окружающим их близким и даже незнакомым людям, никогда не пройдут мимо человека, попавшего в беду, и будут твердо убеждены в неприкосновенности чужого достоинства, комфорта и благополучия.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дыхан Л. Б. Педагогические условия валеологизации образовательной среды младших школьников: Автореф. дис. ... канд. пед. н. Ростов-на-Дону, 2001. 22 с.
2. Козина Е. Ф. Степанян Е. Н. Методика преподавания естествознания. М.: Издательский центр «Академия», 2004. 496 с.
3. Леднев В. С. Содержание образования: сущность, структура, перспективы. М.: Высшая школа, 1991. 224 с.
4. Лернер И. Я. Процесс обучения и его закономерности. М.: Знание, 1980. 96 с.
5. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.: Аркти, 2005. 320 с.
6. Ясвин В.А. Экспертиза школьной образовательной среды // Библиотека журнала «ДШ». 2000. № 2. 75 с.