

Н. Н. МАЛЯРЧУК

Тюменский государственный университет

РОЛЬ ПЕДАГОГА В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У УЧАЩИХСЯ

Неблагополучие состояния здоровья детей, подростков, молодежи общеизвестно. Более половины из них страдают хроническими заболеваниями, причем часто несколькими, треть имеют функциональные расстройства. Лишь один из десяти может быть признан здоровым до первого серьезного обследования, так как результаты последней диспансеризации нельзя считать соответствующими действительности в силу многих как объективных, так и субъективных причин (Чимаров В. М., 2004). Очевидно, что школа наряду с управленческими структурами государства несет свою долю ответственности за эту неутешительную статистику.

На наш взгляд, проблема не столько в недостатках организации условий обучения и медицинского обеспечения школьников, сколько в характере воздействия на учащихся их учителей, которые постоянно общаясь со своими учениками либо благоприятно влияют на их физическое и психическое самочувствие, либо оказывают здоровьеразрушающее воздействие.

Личность учителя оказывает существенное воздействие на формирование самооценки школьника, процессы его самоидентификации, самопознания, становления отношений со сверстниками и взрослыми, выбор профессии и выработку жизненных смыслов и планов, т. е. на все важнейшие процессы жизнедеятельности, определяющие его личную и профессиональную судьбу. Все это, как указывает А. А. Орлов (1999), позволяет характеризовать учительство как профессиональную группу, имеющую очень серьезное влияние с весьма длительной протяженностью его воздействия на развивающуюся личность.

С целью выявления влияния учителя на эмоциональное состояние учащихся и его роли в формировании здорового образа жизни как технологии сохранения здоровья учащихся в сентябре-ноябре 2003 года было проведено анкетирование 848 жителей г. Тюмени и Тюменской области в возрасте от 9 до 85 лет. В качестве респондентов выступили как учащиеся общеобразовательных школ и студенты выс-

ших учебных заведений города так и работающие лица различных профессий и специальностей государственных и частных предприятий, и пенсионеры.

Отвечая на вопрос «Уважаете ли Вы учителей?» (табл. 1) утвердительно ответили 100% младших школьников и 90% пенсионеров в возрасте 71-85 лет. Каждый третий школьник в возрасте от 10 до 17 лет (30-32%) и каждый пятый респондент в возрасте 21-30 лет ответили отрицательно. В основном преобладал ответ «не всех»: в 18-20 лет — в 67% случаев, в 41-50 лет — в 59%, с 10 до 16 лет — в 41-46%, в 61-70 лет — в 46%.

Таблица 1

Ответы на вопрос «Уважаете ли Вы учителей?»

Ответ	Возраст респондентов									
	мл. шк.	ср. шк.	ст. шк.	18-20 лет	21-30 лет	31-40 лет	31-50 лет	51-60 лет	61-70 лет	71-85 лет
Да	100%	27%	30%	14%	41%	46%	34%	85%	54%	90%
Не всех	—	41%	46%	67%	37%	36%	59%	15%	46%	10%
Нет	—	32%	30%	19%	22%	18%	7%	—	—	—
Всего:	6	90	57	201	261	83	78	34	24	14

Среди причин негативного отношения к учителю участники опроса указывали на несправедливость, придирчивость, грубость, агрессивность, жестокость учителей, игнорирование ими индивидуальных особенностей школьников, низкий профессиональный уровень, наличие «любимчиков» и «нелюбимчиков», отсутствие любви к детям.

Еще В. А. Сухомлинский в своей книге «Сердце отдаю людям» отмечал: «С болью видишь, как даже у знающих свой предмет учителей воспитание иногда превращается в отечественную войну только потому, что никакие духовные нити не связывают педагога и учеников и душа ребенка — застегнутая на все пуговицы рубашка. Главная причина уродливых, недопустимых отношений между наставником и питомцем, имеющих место в отдельных школах, — это взаимное недоверие и подозрительность: иногда учитель не чувствует сокровенных движений детской души, не переживает детских радостей и горечей, не стремится мысленно поставить себя на место ребенка... Беда многих учителей (дети и особенно подростки называют их «сухарями») заключается в том, что они забывают, ученик — это прежде всего живой человек, вступающий в мир познания, творчества, человеческих взаимоотношений».

Наше исследование подтверждает этот факт: учителя не умеют управлять своим эмоциональным состоянием, слабо владеют приемами эффективной коммуникации, не знают основ современной практической психологии, что приводит к повышенной стрессированности и утомляемости школьников, к росту числа дидактогений. Но следует иметь в виду, что авторитарный стиль преподавания, используемый до сих пор учителями как единственная возможность поддерживать дисциплину в классе, формирует у детей нежелательные черты характера, склонность к зависимому поведению, что создает предпосылки к развитию социальной дезадаптации, алкоголизма, наркозависимости. Следовательно, можно утверждать, что школьники устают, переутомляются и болеют не столько от неправильной организации обучения, сколько от психотравмирующих воздействий педагогов.

Неблагополучно и здоровье самих учителей как профессиональной группы. По нашим данным, до 85% учителей имеют хронические соматические заболевания, у 88% педагогов — встречаются признаки невротичности разной степени выраженности, каждый четвертый учитель имеет симптомы эмоционального выгорания.

Эти состояния педагогов не могут не влиять на учебно-воспитательный процесс, поэтому при ответе на вопрос анкеты «Влияет ли состояние здоровья учителя

на эмоциональное состояние учеников?» ответы респондентов распределились следующим образом (табл. 2):

Таблица 2

Ответы на вопрос «Влияет ли состояние здоровья учителя на эмоциональное состояние учеников?»

Ответ	Возраст респондентов									
	мл. шк.	ср. шк.	ст. шк.	18-20 лет	21-30 лет	31-40 лет	41-50 лет	51-60 лет	61-70 лет	71-85 лет
Да, всегда	16%	42%	63%	44%	55%	71%	61%	79%	58%	28%
Да, иногда	66%	34%	24%	40%	34%	18%	15%	15%	37%	72%
Нет, не всегда	16	21%	47%	10%	10%	7%	22%	6%	5%	—
Нет, никогда	—	3%	5%	55%	1%	3%	2%	—	—	—
Всего:	6	90	57	201	261	83	78	34	24	14

Как свидетельствуют данные табл. 2, состояние здоровья учителя влияет на эмоциональную сферу учеников, причем по мнению $\frac{3}{4}$ респондентов от «всегда» до «иногда».

Состояние здоровья в основном (до 70%) (Чимаров В. М., 2003) обусловлено недостаточной заботой о своем здоровье, неправильным образом жизни. Педагог, не стремящийся вести здоровый образ жизни, подавая дурной воспитательный пример наносит вред и здоровью своих воспитанников.

Отвечая на следующий вопрос анкеты «Учитель, ведущий здоровый образ жизни, может ли стать примером для подражания?» (табл. 3), утвердительно ответили: в 100% случаев — учащиеся начальной школы и респонденты 71-85 лет; $\frac{2}{3}$ респондентов в возрасте от 31 до 40 лет и в возрасте старше 40 лет.

Таблица 3

Ответы на вопрос «Учитель, ведущий здоровый образ жизни, может ли стать примером для подражания?»

Ответ	Возраст респондентов									
	мл. шк.	ср. шк.	ст. шк.	18-20 лет	21-30 лет	31-40 лет	41-50 лет	51-60 лет	61-70 лет	71-85 лет
Да	100 %	53%	37%	55%	52%	66%	83%	85%	83%	100%
Нет	—	30%	30%	15%	21%	12%	10%	6%	—	—
Наверяд ли	—	15%	33%	29%	27%	22%	7%	9%	17%	—
Всего:	6	90	57	201	261	83	78	34	24	14

При ответе на вопрос «Значим ли авторитет учителя для пропаганды здорового образа жизни?» (табл. 4), единодушно младшие школьники и пенсионеры 71-85 лет ответили «да», согласны с ними и $\frac{2}{3}$ участников опроса с 18 до 40 лет и более 80% старше 40 лет и каждый второй учащийся среднего и старшего звена школы.

Таблица 4

Ответы на вопрос «Значим ли авторитет учителя для пропаганды здорового образа жизни?»

Ответ	Возраст респондентов									
	мл. шк.	ср. шк.	ст. шк.	18-20 лет	21-30 лет	31-40 лет	41-50 лет	51-60 лет	61-70 лет	71-85 лет
Да	100%	51%	46%	71%	61%	72%	87%	85%	87%	100%
Нет	—	18%	31%	27%	15%	21%	5%	6%	—	—
Наверяд ли	—	31%	23%	1%	24%	6%	8%	9%	13%	—
Всего:	6	90	57	201	261	83	78	34	24	14

Формирование здорового образа жизни — одна из важнейших задач школы. Но как часто учителя затрагивают эту тему в ходе учебно-воспитательного процесса? Отвечая на вопрос «Обращаются ли учителя к теме ЗОЖ на уроках?» (табл. 5), респонденты всех возрастных групп указали, что в 20-50% случаев педагоги не участвуют в этом процессе.

Таблица 5

Ответы на вопрос «Влияет ли состояние здоровья учителя на эмоциональное состояние учеников?»

Ответ	Возраст респондентов									
	мл. шк.	ср. шк.	ст. шк.	18-20 лет	21-30 лет	31-40 лет	41-50 лет	51-60 лет	61-70 лет	71-85 лет
Да	66%	81%	82%	78%	72%	69%	67%	38%	67%	81%
Редко	—	11%	7%	6%	12%	12%	18%	8%	—	—
Нет	34%	8%	11%	15%	15%	19%	15%	54%	33%	9%
Всего:	6	90	57	201	261	83	78	34	24	14

Учитель-предметник давая объем знаний, умений, навыков, определенный программой своей дисциплины несет ответственность за результат обучения на своих уроках. И возможно поэтому у учащихся складывается мозаика предметного содержания, в которой нет места вопросам здоровья, которые могли бы стать связующим звеном между школьной программой и реалиями самостоятельной жизни.

Как еще отмечал В. А. Сухомлинский: «В воспитании нет разрозненных вещей, действующих на человека изолированно. Урок — важнейшая организационная форма процесса познания мира учащимися. От того как дети познают мир, какие убеждения формируются у них, зависит весь строй их духовной жизни».

На наш взгляд проблема заключается не только в нежелании учителя осуществлять процесс формирования культуры здоровья в школе, но и в незнании этих вопросов педагогами (90% учителей считают, что им нужны лекции по ЗОЖ). Но как отмечает В. М. Чимаров (2003), «... этот важный раздел — обучение школьников здоровью в школах упущен».