

Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева

### Современные подходы к формированию здоровьесберегающей среды образовательного учреждения

Статья посвящена актуальной проблеме формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. Анализируя имеющиеся исследования, авторы описывают современные подходы к формированию здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. Опираясь на идеи здоровьесберегающей педагогики, авторы описывают закономерности и принципы, на которых должна базироваться деятельность по формированию здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении. Авторы также предлагают модель формирования здоровьесберегающей среды образовательного учреждения, описывают ее блоки, такие как теоретический, блок условий, содержательный, результативный. Особое внимание авторы уделяют оценке эффективности деятельности, описывают критерии и показатели работы по формированию здоровьесберегающей среды.

Ключевые слова: здоровьесберегающая среда, закономерности и принципы здоровьесберегающей деятельности, модель формирования здоровьесберегающей среды, критерии и показатели здоровьесберегающей деятельности.

L. F. Tikhomirova, T. V. Makeeva

### Modern Approaches to Form Health Saving Environment of the Educational Institution

The article is devoted to an urgent problem, questions of forming the health saving environment of the educational institution. Analyzing the available researches, authors describe modern approaches to form health saving environment of the educational institution. Relying on the ideas of health saving pedagogics, the authors describe regularities and the principles, activities to form the health saving environment in the educational institution should be based on them. The authors also offer a model of forming of the health saving environment of the educational institution, describe its blocks, such as theoretical, a block of conditions, substantial, productive. The authors draws special attention to evaluation of activity efficiency, describe criteria and indicators of work on forming of the health saving environment.

Keywords: health saving environment, regularities and principles of health saving activities, a model of forming of the health saving environment, criteria and indicators of health saving activities.

Процесс образования вносит значительный вклад в ухудшение состояния здоровья детей: за годы обучения в школе число учащихся с близорукостью, нарушениями опорно-двигательного аппарата возрастает в 5 раз, с психоневрологическими отклонениями – в 1,5–2 раза.

Т. И. Шамова и Т. М. Давыденко выделяют функцию сохранения здоровья как одну из ведущих функций образовательного учреждения [3]. Результатом реализации функции сохранения и укрепления здоровья образовательным учреждением, с нашей точки зрения, должно стать создание здоровьесберегающей среды [8].

Л. Б. Дыхан считает, что для решения проблем сохранения и укрепления здоровья ребенка в школе необходимо рассматривать образовательную систему в виде целостной образовательной среды, понимая под этим термином тип среды, состоящий из элементов, оказывающих жизненно значимые влияния на школьников в процессе получения ими образования [1].

О валеологизации образовательной среды и образовательного пространства писал Н. К. Смирнов. Прежде всего, под валеологиза-

цией образовательного пространства этот ученый понимал «воспитание культуры здоровья и формирование здоровьесберегающих условий в образовательном учреждении» [3].

С нашей точки зрения, ценной является сама идея преобразования педагогической системы в направлении, способствующем сохранению здоровья. Однако данное определение требует уточнения.

Согласно традиционным представлениям решение задач валеологизации должно осуществляться гигиеническими или медицинскими средствами. Однако реалии современной школы и проведенные нами исследования показывают неэффективность использования этих подходов.

С нашей точки зрения, недостаточно информативной является разработанная с позиции комплексного подхода описательная компонентная модель образовательной среды в аспекте сохранения и укрепления здоровья ребенка, предложенная Л. Б. Дыхан. Так, структуру здоровьесберегающей среды автор описывает следующим образом:

- организация процесса обучения и воспитания;
- стиль общения субъектов образовательного процесса;
- санитарно-гигиенические условия обучения и воспитания;
- двигательный режим учащихся;
- медицинское обеспечение и оздоровительные процедуры в течение учебного дня;
- питание [1].

Мы считаем, что названных компонентов явно недостаточно, они не в полной мере обеспечивают сохранение здоровья учащихся в процессе обучения и воспитания в образовательном учреждении.

И. П. Мавзютова вводит понятие «здоровьесберегающее образовательное пространство учреждения среднего профессионального образования». По мнению ученого, это совокупность материальных и социальных условий и факторов, содержания, форм и методов функционирования образовательного учреждения, направленных на всестороннее развитие личности субъекта образовательного процесса в гармонии трех ее начал – духовного, нравственного, физического [2]. Субъектами образовательного процесса, по мнению И. П. Мавзютовой, являются студенты, преподаватели и сотрудники. Основные направления создания оптимального здоровьесберегающего пространства автор определяет следующим образом:

- создание оптимального управленческого механизма, обеспечивающего мотивированное и директивное участие всех субъектов образовательного процесса в подготовке конкурентноспособных специалистов в условиях здоровьесбережения;
- создание нормативной базы учебного заведения, закрепляющей права и обязанности каждого участника образовательного процесса по сохранению и укреплению здоровья;
- создание материально-технической базы в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и правилами: содержание и функционирование объекта, обеспечение рационального и сбалансированного питания, организация медицинского обслуживания;
- систематическое обучение субъектов образовательного процесса правилам техники безопасности;
- проведение диагностики психофизического состояния студентов и педагогов и его психолого-педагогическая коррекция для утверждения здорового образа жизни как формы бытия;

- обучение преподавателей и сотрудников навыкам сохранения и укрепления здоровья, своего и окружающих;
- оптимальная, физиологически оправданная организация учебного процесса; учебно-методическое обеспечение, соответствующее разным адаптационным способностям учащихся; коррекция содержания образования;
- организация внеучебной работы, направленной на реализацию потребностей и возможностей студентов и преподавателей, формирование у них потребности в здоровом образе жизни; обучение здоровому образу жизни, его пропаганда;
- формирование физической культуры как фактора гармоничного развития физических и духовных качеств личности, организация групп для занятия физкультурой лиц с различной патологией [2].

С нашей точки зрения, субъектами здоровьесберегающей среды должны быть не только учащиеся и преподаватели, а также все специалисты, работающие в образовательном учреждении, и, конечно же, родители. Поэтому мы считаем необходимым формирование ценностных ориентаций и установок на здоровье и здоровый образ жизни всех основных субъектов образовательной среды через их систематическое обучение (см. Таблицу 1).

**Таблица 1**

**Деятельность образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья учащихся**

| УЧАЩИЕСЯ  |   |   |
|---|---|---|
| <b>1. Создание оптимальных внешнесредовых условий</b>   |   |   |
| Выполнение требований СанПиНов  | Доброжелательный социально-психологический климат | Здоровьесберегающие технологии  |
| <b>2. Формирование у школьников навыков здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью</b>                                     |   |   |
| Через содержание учебных предметов<br>Через внеклассные мероприятия<br>Через введение факультативных курсов<br>Приглашение специалистов Центра ПМСС |   |   |
| УЧИТЕЛЯ   |   |   |
| Мотивация пед. коллектива на решение проблемы здоровья  | Повышение квалификации                            | Повышение личной ответственности  |
| Психологические тренинги  | Группы здоровья                                   | Овладение методами проведения экспертизы технологий урока с точки зрения их влияния на здоровье |

|  |  |  |
|--|--|--|
| Психолого-педагогические семинары                | Занятия со специалистами Центра ПМСС                           | Овладение личностно-ориентированными и здоровьесберегающими технологиями |
| <b>РОДИТЕЛИ</b>                                  |  |  |
| Привлечение к участию в образовательном процессе | Родительский лекторий по вопросам здоровья (специалисты школы) | Занятия специалистов Центра ПМСС   |

Как показали результаты исследований, только работа в трех направлениях (с учащимися, учителями и родителями) дает положительные результаты. Эффективным также является взаимодействие специалистов, работающих в образовательных учреждениях, с работниками Центра ПМСС (Центр Психолого-медико-социального сопровождения).

Мы определили основные характеристики здоровьесберегающей образовательной среды следующим образом:

- создание благоприятных условий учебно-воспитательного процесса, соответствующих не только требованиям СанПиНов, но и индивидуальным особенностям ребенка, создание благоприятного психологического климата; социально-педагогическая работа по устранению влияния неблагоприятных факторов, выявленных в процессе исследования;

- обеспечение рационального и сбалансированного питания;

- организация качественного медицинского обслуживания;

- создание нормативной базы образовательного учреждения, закрепляющей права и обязанности каждого участника образовательного процесса по сохранению и укреплению здоровья;

- оптимальная, физиологически оправданная организация учебного процесса, использование средств оптимизации в учебном процессе;

- учебно-методическое обеспечение, соответствующее разным адаптационным способностям обучающихся, коррекция содержания образования (внесение соответствующих изменений в учебные планы и программы); введение личностно-ориентированного и дифференцированного подхода в преподавание учебных предметов и дисциплин;

- организация внеучебной работы, направленная на реализацию потребностей и возможностей детей и преподавателей, формирование у них потребности в здоровом образе жизни; обучение здоровому образу жизни;

- формирование физической культуры как фактора гармоничного развития физических и

духовных качеств личности, организация групп для занятия физкультурой лиц с различной патологией; применение способов укрепления физического здоровья учащихся в процессе обучения;

- изучение состояния здоровья учащихся, создание системы мониторинга здоровья и физического развития; исследование факторов риска заболеваемости;

- исследование потребностей ребенка, формирование ценностного отношения к здоровью, навыков здорового образа жизни, культуры здоровья;

- субъектное включение детей и подростков в организацию процесса здоровьесбережения;

- изучение педагогического процесса, разработка и использование экспертно-функционального подхода, позволяющего анализировать влияние педагогического процесса, новых педагогических технологий на здоровье;

- использование здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательном процессе;

- разработка программ, позволяющих повысить информированность детей и подростков, родителей и педагогов в сфере сохранения и укрепления здоровья [4, 5, 6, 7].

Реализации функции сохранения и укрепления здоровья образовательным учреждением способствуют здоровьесберегающие технологии. До сих пор у ученых нет однозначного понимания того, что же представляют собой здоровьесберегающие технологии. Большой вклад в решение данного вопроса внес Н. К. Смирнов [3].

С нашей точки зрения, самым важным в характеристике любой технологии, реализуемой в образовательном учреждении, является то, насколько она сохраняет здоровье учащихся, является ли она здоровьесберегающей. Схема экспертизы технологий с точки зрения влияния на здоровье, которая разработана нами, позволяет дать ответ на этот вопрос.

Выделяя функцию сохранения здоровья как одну из ведущих функций образовательного учреждения, Т. И. Шамова и Т. М. Давыденко описывают и диагностический аппарат для отслеживания эффективности реализации этой функции [8]. Среди рекомендуемых показателей ими названы соотношение практически здоровых детей и детей, имеющих хронические заболевания; количество детей, имеющих наиболее распространенные заболевания; уровень физического развития [8]. Эти же ученые рекомендуют изучение определяющих факторов, влияющих на здоровье школьников, с целью установления причин ухудшения их физического состояния. К

сожалению, авторы рекомендуют отслеживать только показатели физического здоровья. Ими не названы такие группы показателей, как ценностное отношение к здоровью, культура здоровья и др. Также не сформулированы критерии реализации здоровьесберегающей функции образовательными учреждениями.

Проведенные нами исследования для изучения условий реализации функции сохранения и укрепления здоровья детей образовательными учреждениями и определение ведущих характеристик здоровьесберегающей среды позволили нам установить критерии и показатели для отслеживания эффективности деятельности образовательных учреждений.

Нами разработаны критерии оценки эффективности здоровьесберегающей педагогической деятельности в образовательном учреждении: медицинский, дидактический, воспитательный:

1. Медицинский критерий: предлагаем использовать такие показатели, как число дней и случаев, пропущенных по болезни, на 1 учащегося в четверть, полугодие, год, «индекс здоровья». Можно воспользоваться также результатами профилактических осмотров, изучать в динамике распространенность тех или иных хронических заболеваний. Для анализа эффективности здоровьесберегающей педагогической деятельности можно использовать такой показатель, как группа для занятий физической культурой.

2. Дидактический критерий: соответствие содержания, объема информации, технологий индивидуальным особенностям учащихся, уровню их обученности, уровню их здоровья. Можно использовать такие показатели, как внимание, работоспособность, эмоциональный настрой, отношение к учебе, желание учиться. Усталость, перегрузка, отклонения в состоянии здоровья определяют, в свою очередь, снижение интереса к учебе. Поэтому именно эти показатели могут быть выбраны для оценки мотивации. Существующее взаимное влияние учебно-воспитательного процесса и здоровья позволяет по уровню успеваемости и работоспособности судить косвенным образом о здоровье учащихся.

3. Воспитательный критерий предполагает использование таких показателей, как реализация на практике деятельности по сохранению здоровья педагогами и школьниками и следование принципам здорового образа жизни, ценностное отношение к здоровью, культура здоровья.

Нами разработана модель реализации функции сохранения и укрепления здоровья детей образовательными учреждениями. Эта модель является описательной компонентной моделью образовательной среды в аспекте сохранения и укрепления здоровья ребенка.

В данной модели нами предусматриваются следующие блоки: теоретико-методологический, блок условий, содержательный блок и результативный блок.

Теоретико-методологический блок описывает теоретико-методологические основы, на которых должен базироваться процесс реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся. К ним относятся концепция гуманизации образовательной деятельности, концепция оптимизации образовательного процесса, антропологический подход, концепция личностно-ориентированного подхода, идеи адаптивной школы, концепции валеологии и педагогической валеологии, принципы и закономерности лечебной педагогики и др. Этот блок также содержит закономерности, принципы, подходы здоровьесберегающей педагогики. К теоретическим основам здоровьесберегающей педагогики относятся закономерности, принципы, подходы, методы.

Здоровьесберегающая педагогика, характеризуя процесс реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся, в то же время показывает, как учитывать оптимум, резервы и пределы познавательных возможностей индивида.

Основная цель здоровьесберегающей педагогики состоит в том, чтобы сохранить здоровье детей в процессе их обучения и воспитания, а следовательно, обеспечить каждому выпускнику школы такой уровень здоровья, который позволит ему реализовать свои жизненные планы, удовлетворить потребности и запросы. Здоровьесберегающая педагогика предполагает также формирование у каждого учащегося умений и навыков здорового образа жизни, а также воспитание культуры здоровья.

В ходе нашего исследования при выявлении специфических закономерных связей процесса здоровьесберегающей деятельности были отмечены наиболее очевидные, устойчивые, повторяющиеся связи, характеризующие изучаемый процесс.

Реализация образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся обуславливается рядом закономерностей,

которые выступают как частные проявления общих педагогических закономерностей.

**Первая закономерность** отражает взаимообусловленность процессов обучения и воспитания и сохранения здоровья. Эффективность процессов обучения и воспитания зависит от уровня здоровья учащихся, но есть и обратная зависимость: всегда легче организовать здоровьесберегающий процесс, чем затем учить и воспитывать больных детей.

**Вторая закономерность:** нами установлена существенная зависимость между наличием в содержании программы здоровьесберегающего компонента и состоянием здоровья детей. Чем в большей степени представлен здоровьесберегающий компонент в программе или технологии, тем выше уровень здоровья детей, ниже их заболеваемость.

**Третья закономерность:** зависимость эффективности процесса сохранения здоровья учащихся от участия в нем различных социальных институтов и различных специалистов.

**Четвертая закономерность:** данные, полученные в результате анализа урока, степень здоровьесберегающей направленности урока являются показателем медико-психологической компетентности педагога, корректором педагогических действий, корректором управленческих решений в организации здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения и реализации им здоровьесберегающей функции.

Реализация функции сохранения и укрепления здоровья образовательными учреждениями будет успешной, если выполняется комплекс требований, отраженных в принципах здоровьесберегающей педагогики.

Принципы здоровьесберегающей педагогики – это те основные требования, которые должны предъявляться к содержанию, формам, методам деятельности по сохранению и укреплению здоровья в образовательных учреждениях.

Здоровьесберегающая педагогическая деятельность должна строиться на основе определенных характерных для нее принципов, которые связаны со всеми компонентами педагогического процесса (целевым, мотивационным, содержательным, операционным, аналитико-результативным). Принципы рассматриваются нами как исходные требования, основные положения, на которых строятся содержание, методы, средства, формы здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях.

**1. Принцип персонализации нагрузки для учащихся** заключается в следующем: чтобы со-

хранить здоровье ребенка в процессе его обучения, учитель должен ориентироваться на конкретную личность, на конкретного ребенка со своими физическими и психическими особенностями, потребностями, способностями, интересами, ценностными ориентациями. Этот принцип базируется на идеях гуманизма и природосообразности.

**2. Принцип компетентной ответственности** определяет уровень готовности педагогов к реализации функций сохранения и укрепления здоровья детей.

**3. Принцип фасилитации** предполагает умение учителя выбрать из педагогических средств и методов оптимальные, наиболее целесообразные и в отношении соответствия содержанию предмета, информации, и в отношении соответствия уровню обученности учащихся, а также их уровню способностей и здоровья.

**4. Принцип интеграции** определяет, с одной стороны, взаимодействие различных институтов, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья учащихся в образовательном учреждении, а с другой – сочетание направленности деятельности образовательного учреждения по сохранению и укреплению здоровья школьников и активной работы по устранению негативных воздействий различных факторов (экономических, педагогических, психологических, социальных).

**5. Принцип субъектности.** С ростом самосознания ребенок должен сам учиться сохранять свое здоровье, следовать принципам здорового образа жизни, укреплять свое здоровье, занимаясь физической культурой, соблюдая режим дня и т. д.

**6. Принцип вариативности содержания здоровьесберегающей деятельности** выражается в том, что сохранением и укреплением состояния здоровья детей и подростков должны заниматься разные институты, на разных уровнях в зависимости от складывающихся условий, от действия факторов риска, от уровня подготовки специалистов.

Блок условий, или кондиционный блок, содержит описание условий, которые необходимы для реализации экспертно-функционального подхода в процессе реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся.

Содержательный блок описывает процесс реализации специалистами образовательного учреждения своих функциональных обязанностей по сохранению здоровья детей, выполнение требований СанПиНов. В этом блоке присутствуют программы повышения квалификации педагогов, а также программы всеобуча для родителей.

Особое место занимает вопрос формирования у школьников навыков здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью. Нами разработаны и внедрены в практику образования программы для школьников, а также программы для подготовки будущих педагогов (социальных педагогов, социальных работников, дефектологов и др.).

Результативный блок содержит характеристики здоровьесберегающей среды:

- соответствие условий обучения требованиям СанПиНов;
- использование здоровьесберегающих технологий;
- оптимальный двигательный режим учащихся;
- полноценное питание;
- формирование ценностных ориентаций и установок на здоровье у субъектов образовательной среды.

Для формирования здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении необходимы следующие преобразования:

- внесение новых элементов в структуру образовательного процесса, внедрение здоровьесберегающих технологий;
- изменение условий школьной среды и режима работы школы;
- улучшение материально-технической и учебной базы школы;
- формирование культуры здоровья у педагогов, учащихся и родителей;
- расширение межведомственного сотрудничества в реализации функции сохранения и укрепления здоровья детей;
- разработка и внедрение модели реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся.

В этом блоке нами представлены критерии и показатели, позволяющие оценить эффективность процесса реализации образовательными учреждениями функции сохранения и укрепления здоровья учащихся.

#### Библиографический список

1. Дыхан, Л. Б. Педагогические условия валеологизации образовательной среды младших школьников [Текст] : автореф. ... дис. канд. пед. наук / Л. Б. Дыхан. – Ростов н/Д, 2001. – 23 с.
2. Мавзютова, И. П. Здоровьесберегающее образовательное пространство медицинского колледжа как условие подготовки конкурентноспособных специа-

листов [Текст] : автореф. ... дис. канд. пед. наук / И. П. Мавзютова. – Казань, 2001. – 19 с.

3. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. [Текст] / Н. К. Смирнов. – М. : Аркти, 2003. – 272 с.

4. Тихомирова, Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики [Текст] : монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2004. – 240 с.

5. Тихомирова, Л. Ф. Школа – территория здоровья [Текст] : монография / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль : Изд-во ЯГПУ, 2011. – 144 с.

6. Тихомирова, Л. Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики [Текст] : автореф. дис. ... д-ра пед. наук / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, 2004. – 45 с.

7. Тихомирова, Л. Ф. Как сформировать у школьника здоровый образ жизни [Текст] / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, 2007. – 192 с. Серия методика воспитательной работы.

8. Шамова, Т. И., Давыденко, Т. М. Управление образовательным процессом в адаптивной школе [Текст] / Т. И. Шамова, Т. М. Давыденко. – М. : Центр «Педагогический поиск», 2001. – 384 с.

#### Bibliograficheskiy spisok

1. Dyhan, L. B. Pedagogicheskie uslovija valeologizacii obrazovatel'noj sredy mladshih shkol'nikov [Tekst] : avtoref. ... dis. kand. ped. nauk / L. B. Dyhan. – Rostov n/D, 2001. – 23 s.
2. Mavzjutova, I. P. Zdorov'esberegajushhee obrazovatel'noe prostranstvo medicinskogo kolledzha kak uslovie podgotovki konkurentnosposobnyh specialistov [Tekst] : avtoref. ... dis. kand. ped. nauk / I. P. Mavzjutova. – Kazan', 2001. – 19 s.
3. Smirnov, N. K. Zdorov'esberegajushhie obrazovatel'nye tehnologii v rabote uchitelja i shkoly. [Tekst] / N. K. Smirnov. – M. : Arkti, 2003. – 272 s.
4. Tihomirova, L. F. Teoretiko-metodicheskie osnovy zdorov'esberegajushhej pedagogiki [Tekst] : monografija / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl' : Izd-vo JaGPU, 2004. – 240 s.
5. Tihomirova, L. F. Shkola – territorija zdorov'ja [Tekst] : monografija / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl' : Izd-vo JaGPU, 2011. – 144 s.
6. Tihomirova, L. F. Teoretiko-metodicheskie osnovy zdorov'esberegajushhej pedagogiki [Tekst] : avtoref. dis. ... d-ra ped. nauk / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl', 2004. – 45 s.
7. Tihomirova, L. F. Kak sformirovat' u shkol'nika zdorovyj obraz zhizni [Tekst] / L. F. Tihomirova. – Jaroslavl', 2007. – 192 s. Serija metodika vospitatel'noj raboty.
8. Shamova, T. I., Davydenko, T. M. Upravlenie obrazovatel'nym processom v adaptivnoj shkole [Tekst] / T. I. Shamova, T. M. Davydenko. – M. : Centr «Pedagogicheskiy poisk», 2001. – 384 s.