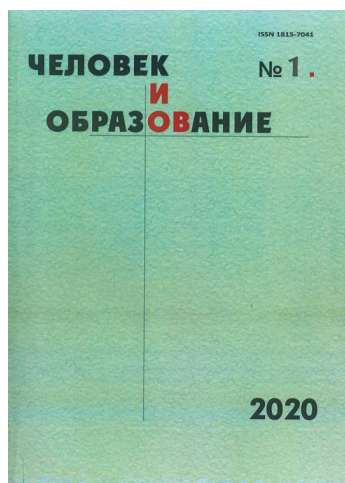




Человек и образование 2013-2024

ISSN 2079-8784

URL - <http://ras.jes.su>

Все права защищены

Выпуск 1 (62) Том . 2020

Здоровьесозидание – базовая составляющая деятельности образовательной организации

Гун Григорий Ефимович

*профессор кафедры безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья,
Ленинградский областной институт развития образования
Российская Федерация, Санкт-Петербург*

Зотов Игорь Владимирович

*старший преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности и охраны
здоровья, ГАОУ ДПО "Ленинградский областной институт развития
образования"
Российская Федерация, Санкт-Петербург*

Шаваринский Богдан Миронович

*заведующий кафедрой безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья,
ГАОУ ДПО "Ленинградский областной институт развития образования"
Российская Федерация, Санкт-Петербург*

Аннотация

В статье проводится анализ терминологического поля, характеризующего описание деятельности, направленной на сохранение, улучшение и поддержание здоровья субъектов образования. Предпринята попытка создать научный тезаурус понятийного поля безопасности жизнедеятельности и охраны здоровья и уточнить термины: «здоровьесозидание», «здоровьесбережение», «здоровьеформирование», «здоровый образ жизни», «культура здоровья», «здоровьесозидающее образование», здоровье субъектов образования и т.д.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесозидание, здоровьесбережение, здоровьеформирование, здоровый образ жизни, культура здоровья, здоровьесозидающее образование

Дата публикации: 26.06.2022

Ссылка для цитирования:

Гун Г. Е. , Зотов И. В. , Шаваринский Б. М. Здоровьесозидание – базовая составляющая деятельности образовательной организации // Человек и образование – 2020. – Выпуск 1 (62) С. 132-137 [Электронный ресурс]. URL: <https://человекиобразование.рф/S181570410020870-2-1> (дата обращения: 18.05.2024). DOI: 10.54884/S181570410020870-2

¹ Современный человек живет в условиях напряженности – информационной, экологической, эмоциональной, хронометрической. Исследователи подчеркивают растущий уровень стрессогенности окружающей среды. Все больше людей отмечают у себя синдром хронической усталости, растет уровень невротизации всех возрастных групп населения, падает продолжительность жизни у ряда социальных групп людей. В таких условиях задачи сохранения, укрепления и развития здоровья человека становятся приоритетными для общества. Проблемы, связанные с сохранением, укреплением и формированием культуры здоровья, имеют междисциплинарную природу и требуют взаимодействия специалистов в различных областях научного знания: педагогики, социологии, психологии, экономики, биологии, гигиены, медицины, экологии и других наук, в поле зрения которых попадает человек и его здоровье [8].

² Идея здоровьесозидания нации – новое перспективное направление исследования – получила отражение в программных документах. В условиях модернизации Российской системы образования предполагается необходимость не только сохранения здоровья участников образовательного процесса, но и формирования и созидания здоровья, что ориентирует учащихся и педагогов на конструирование собственного здоровья на основе механизмов личностной самоактуализации и самореализации.

³ Интересно, что в одном и том же определении авторы используют разнообразную терминологию – «здоровьесозидательный», «здоровьесозидательный», «здоровый образ жизни», «культура здоровья» и др. Вектором приложения здоровьесозидательной деятельности авторы считают сохранение как собственного здоровья, так и здоровья обучающихся.

⁴ Так, Н.Н. Нежкина считает, что в самом значении термина «здоровьесберегающий» заложен вектор «охранительного» толка, то есть здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение стартового уровня здоровья обучающихся, на минимизацию факторов риска в процессе обучения (то есть здоровьесбережение – это прежде всего безопасность, безвредность, отсутствие здоровьезатратности) [5].

⁵ З.И. Тюмасаева, С.В. Федотова поясняют, что на сегодняшнем этапе реформирования образования требуется не только сохранить первоначальный уровень здоровья, но сформировать у людей ответственность по отношению к своему здоровью, способность проектировать индивидуальную траекторию развития ресурсов здоровья на основе навыков самовосстановления,

саморегуляции и здравотворчества. Итак, здоровьесозидание в отличие от здоровьесбережения имеет созидательный вектор. Речь идёт о «прибавлении», «приобретении», «наращивании» здоровья. Здесь важна самостоятельная, активная деятельность человека [7]

6 Здоровьесозидательное образование – это педагогический процесс по формированию у обучающихся навыков здорового образа жизни, конструктивных способов разрешения трудных жизненных ситуаций как необходимых условий сохранения и укрепления здоровья. Термин «здоровьесозидание» возможно употреблять в значении «творение» и трактовать как деятельное, процессуальное явление, сопряженное с самоактуализацией и формированием здоровьесозидательной личностной позиции. Под понятием «здоровьесозидательная деятельность» понимается созидание (сотворение) здоровья как качественно новой характеристики, поэтому данное словосочетание содержит и здоровьесберегающую деятельность (поскольку невозможно созидать на разрушенном), и деятельность по формированию и по совершенствованию здоровья (с позиций создания нового качества состояния здоровья) [6].

7 Таким образом, здоровьесозидание как более широкое понятие включает здоровьесохранение, здоровьесовершенствование, здоровьесформирование, здоровьеобеспечение. Более того, оно нацелено на развитие жизненного опыта личности в формировании, сохранении и приращении собственного здоровья. Здоровьесозидательный подход к образованию – подход, подчеркивающий развивающий и формирующий характер влияния образования на здоровье участников образовательных отношений на основе понимания здоровья как многомерной системы, состоящей из взаимозависимых компонентов и признания определяющей роли культуры здоровья как ценностно-мотивационной составляющей целенаправленного оздоровления образа жизни, содержит смысл созидания здоровья как качественно новой характеристики [1].

8 Важными компонентами здоровьесозидательной деятельности являются саморефлексия состояния тела, духа и интеллекта; самоцелеполагание (обнаружение нового «Я» самого себя); самопрограммирование (разработка последовательности своих действий по осуществлению себя и поиск ресурсов в себе); самореализация (осуществление процесса выхода на новый образ «Я»).

9 Стратегию здоровьесозидания можно представить в следующей логической последовательности: от овладения основными знаниями и навыками образовательной деятельности через самопознание, смыслотворчество и самосовершенствование – к самоопределению в отношении к здоровью, выработке здоровьесозидательной личностной позиции и освоению индивидуальных технологий оздоровления [4].

10 Основополагающими приоритетами в решении проблемы здоровьесозидания в современном образовательном процессе являются:

- целостный подход к здоровью, в котором физическое и психологическое здоровье представляется связанным с высшими ценностями, целями и потребностями человека в контексте гуманистической психологии и гуманистической парадигмы образования;

- здоровый ребенок как практически достижимая норма детского развития и необходимый ресурс «человеческого капитала»;
- здоровьесозидание – не только совокупность лечебно-профилактических мер, но и сложный и динамичный процесс развития потенциалов здоровья с учетом его индивидуального уровня;
- готовность к здоровьесозидательной деятельности – основное средство и условие здоровьесозидания личности участников образовательного процесса.

¹¹ Работу по формированию здоровьесозидательной деятельности необходимо начинать с детства, наполняя окружающую среду ребенка не только здоровьесберегающими объектами и технологиями, но и реальными примерами приверженности здоровому образу жизни. Нужно формировать здоровьесозидательное мышление у ребенка, способность регулировать свою деятельность, исходя из принципов полезности для здоровья. Таковую среду создают педагоги образовательного учреждения, в котором обучается ребенок, детский сад, школа, институт, дом творчества, спортивная, хореографическая или художественная школа. Ребенок проводит с педагогами зачастую даже больше времени, чем с родителями (что, конечно, не умаляет роли семьи в формировании здоровьесозидательной деятельности ребенка). Здоровьесозидание детей – комплексное понятие, охватывающее физические, психические и социальные стороны жизни человека. Здоровый образ жизни должен стать основой миссии образовательной организации (ОО).

¹² Современная ОО ищет пути построения образовательной деятельности, имеющей в своей основе главное – сохранение здоровья субъектов образовательного процесса. Сегодня эта проблема стоит остро и является актуальной. И хотя образовательная функция школы по-прежнему остается ведущим аспектом ее деятельности, важным фактором в оценке степени и качества обученности становится состояние здоровья школьников. Школу необходимо рассматривать не только как социальную среду, но и как пространство с точки зрения здоровья человека. Перед школой стоит задача создания условий для сохранения здоровья учащихся, то есть создания механизма формирования здоровьесозидательной среды. Даже минимальные усилия приводят к видимым результатам. Поддерживать и укреплять здоровье не только можно, но и необходимо в любом возрасте. Любая часть нашего тела поддается тренировке, необходимо лишь правильно выбрать методы.

¹³ Здоровьесозидательная деятельность педагога имеет обобщенный характер и создает возможность сохранить и укрепить как здоровье учащихся, так и собственное здоровье. При этом необходимо уточнить, что приобретение профессиональной компетенции и копинг-стратегий поведения, направленных на сохранение и укрепление здоровья учащихся, уменьшает насильственный характер педагогического труда и отчасти обеспечивает сохранение здоровья самого педагога.

¹⁴ Здоровье учащихся находится в тесной связи со здоровьем педагога. У нездорового учителя ниже качество работы, ученики хуже усваивают материал, больше подвергаются стрессу, быстрее утомляются. Не всем учителям удастся компенсировать это самоотверженностью, душевностью, высоким

профессионализмом. Являясь примером для учеников, учитель формирует у них такое же отношение к своему здоровью. Безграмотность учителя в этих вопросах, пренебрежение к физическому и психологическому состоянию не компенсируется призывами заботиться о здоровье и даже проведением уроков здоровья. Комплексная полипредметная природа отмеченных образовательных проблем требует разработки адекватной, системной, психолого-педагогической методологии, понятийного обеспечения моделей психолого-педагогического сопровождения здоровьесозидающей деятельности педагогов, основанных на достижениях андрагогики и теории образования.

¹⁵ Профессия педагога обладает огромной социальной важностью, так как на педагога ложится большая ответственность не только за обучение, развитие, воспитание ребенка, но и за его здоровье. Профессия учителя, наряду с профессиями авиадиспетчера, пожарного или спасателя, входит в десятку профессий риска по эмоциональным нагрузкам. В связи с этим отмечается значительное увеличение числа педагогов со сниженным уровнем адаптации и срывом адаптации [3]. Психофизиологический и соматический статус, отражая неблагоприятные тенденции, свидетельствует о невозможности для части учителей выполнять свои профессиональные обязанности. Современные учителя как профессиональная группа находятся на первом месте по нервно-психическим расстройствам [3]. Педагог находится под гнетом двойного стресса – социального и профессионального. Отсюда излишняя нервозность, озлобленность, отсутствие оптимизма, апатия и депрессия, ухудшение профессиональной позиции – формируется консерватизм, неприятие новой педагогики. Необходимо преодолеть сегодняшний низкий уровень самооотношения, самоуважения, самопринятия, повысить профессиональное самосознание учителя, осознание себя личностью, способной проектировать свое будущее.

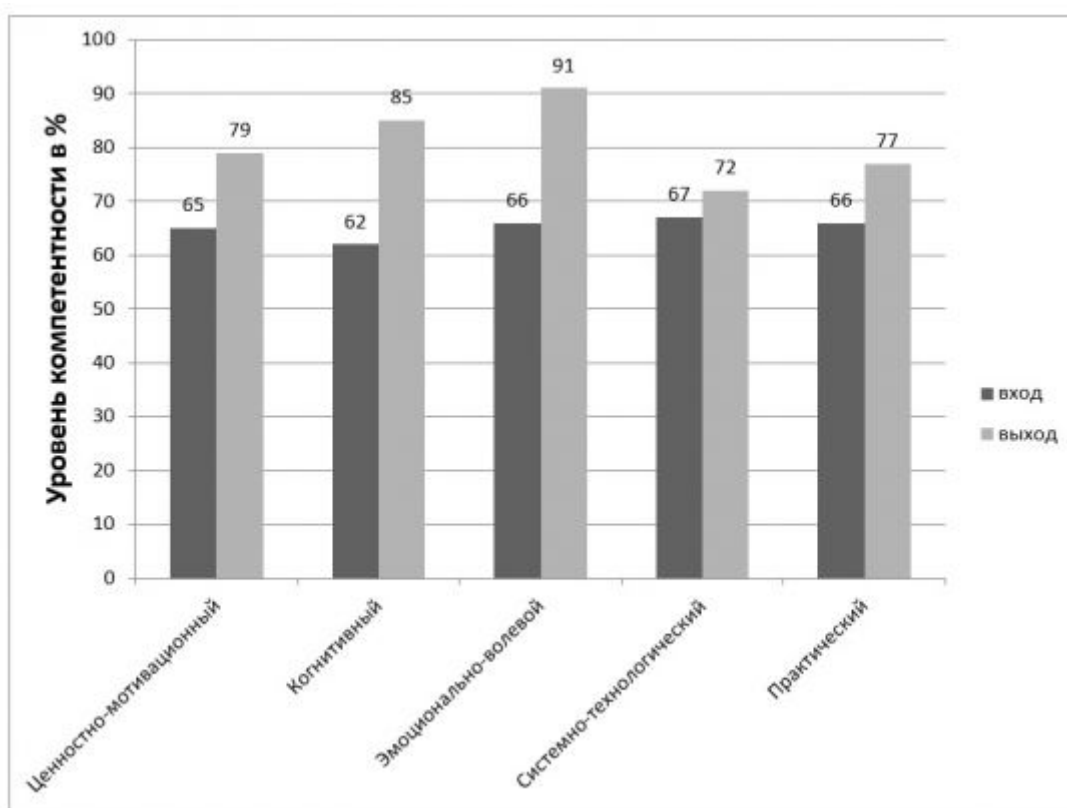
¹⁶ По данным проведенного исследования «Гражданское самочувствие населения» (2016 г.) [4], 30% учителей находятся в состоянии высокой степени истощения своих сил, почти на грани нервного срыва, 60% на среднем уровне риска срыва, 10% считают свое самочувствие нормальным. Нарушение механизмов саморегуляции, деформация внутреннего мира личности становится пролонгированной причиной большого числа соматических и психосоматических заболеваний учителей. Педагогическая деятельность происходит в «зоне риска», так как она постоянно сопряжена с неопределенностью педагогических ситуаций, с необходимостью выбора педагогом одной из возможных альтернатив, с вероятностью нежелательных результатов, с возможными неблагоприятными и негативными последствиями действий учителя для других участников педагогического процесса и для него самого. Факторы, влияющие на здоровье учителей: большое нервно-психическое напряжение; гиподинамия; повышенная нагрузка на зрительный, слуховой и голосовой аппараты; отсутствие эмоциональной разрядки; принудительный характер общения; большое количество контактов во время рабочего дня; усталость – это нарушение кровоснабжения, гибель нервных клеток; отсутствие средств на отдых и неумение отдыхать.

¹⁷ Культура здорового и безопасного образа жизни – это осознанное ежедневное выполнение здоровьесберегающих норм и правил, умение предвидеть

риски и результаты своих действий на собственное здоровье и окружающих людей. Необходимо умение мотивировать себя и окружающих к ведению здорового образа жизни (ЗОЖ). Под мотивацией здоровья и здорового образа жизни понимается осознание человеком необходимости в сохранении здоровья, так как мотивация – это побуждение к действию. Мотив – это причина, заставляющая нас производить действие. Мотивом могут служить как положительные эмоции, так и отрицательные. Можем представлять себе, как мы будем счастливы после достижения определенной цели, или можем ощущать неполноценность настоящего положения, которое хотим исправить. Понимаем, что педагог, ведущий ЗОЖ, может быть примером для учащихся. В рамках курсовой подготовки мотивируем педагогов к ведению здорового образа жизни, корректируя их стереотипы мышления.

18 Результаты мониторинга обучения участников КПК за 2019 год по развитию готовности педагога к здоровьесозидающей деятельности в школе в процессе повышения квалификации по ценностно-мотивационной, когнитивной, эмоционально-волевой, системно-технологической и практической готовности представлены на рис. 1.

19



20 **Рис. 1. Результаты мониторинга обучения участников КПК за 2019 год.**

21 Проводимое исследование говорит о том, что при целенаправленной работе можно корректировать стереотипы мышления и добиваться не только понимания, но и правильного построения взаимоотношений с окружающими.

Проблема здоровьесозидания подтверждается нашей региональной инновационной деятельностью при создании сети школ в Ленинградской области, отрабатывающих программу «Здоровьесозидание как способ достижения новых образовательных результатов». В программу вошли проекты различной направленности, которые отрабатывает каждая школа, имеющая значительный опыт работы в этом направлении, который реализуется под новые задачи Национального проекта «Образование».

Библиография:

1. Алексеев С.В., Колесникова М.Г. Теория и методика эколого-педагогической подготовки учителя в системе постдипломного образования: моногр. – СПб.: Спец Лит, 2011.
2. Гун Г.Е., Шаваринский Б.М. Корпоративная модель здоровьесбережения в образовательной организации: сборник научных статей. – СПб.: ЛОИРО, 2017. – 171 с.
3. Гун Г.Е., Шаваринский Б.М., Зотов И.В. Модели здоровьесберегающей деятельности в образовательной организации: методические рекомендации. – СПб., 2015. – 203 с.
4. Гун Г.Е., Зотов И.В., Шаваринский Б.М. Здоровьесозидающая среда современной школы как способ достижения новых образовательных результатов // Человек и образование. – 2019. – № 1. – С. 60-68.
5. Нежкина Н.Н. Развитие компетенции здоровьесформирующего характера в системе образования педагогов // Здоровьесберегающая деятельность в системе непрерывного образования: детский сад – школа – вуз: материалы Межрегиональной научно-практической конференции / под общ. ред. Л.Е. Курнешовой, Т.С. Ивановой. – М.: МГПИ; Школьная книга, 2010. – С. 25-31.
6. Ожегов С.И., Шведова Н.Ю. Толковый словарь русского языка. – М.: Азъ, 1992. – 1376 с.
7. Тюмасаева З.И., Федотова С.В. Содержание понятия «тьюторская поддержка здоровьесформирующего потенциала экологовалеологического образования студентов // Психолого-педагогическое сопровождение личности в образовании: союз науки и практики: сборник статей IV Международной научно-практической конференции, Одинцовских психолого-педагогических чтений. – М.: Перо, 2016. – С. 26-28.
8. Шухатович В.Р. Здоровый образ жизни. Социология: энциклопедия. 2003 г. [Электронный ресурс] / сост. А.А. Грицанов [и др.]. – (<http://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/117267>).

Health Creation as a Basic Component of Educational Institution Activities

Grigory Gun

*Professor of the Department of Life Safety and Protection of Health, Leningrad
Regional Institute of Education Development
Russian Federation, St. Petersburg*

Igor Zotov

*Senior Lecturer of the Department of Life Safety and Protection of Health, State
Autonomous Educational Institution of Additional Professional Education "Leningrad
Regional Institute of Education Development"
Russian Federation, Saint-Petersburg*

Bogdan Shavarinsky

*Head of the Department of Life Safety and Health Protection, State Autonomous
Educational Institution of Additional Professional Education "Leningrad Regional
Institute of Education Development"
Russian Federation, Saint-Petersburg*

Abstract

The article analyzes the terminological field that characterizes the description of activities aimed at preserving, improving and maintaining the health of the subjects of education. An attempt is made to create a scientific thesaurus of the conceptual field of activity of the department of life safety and health protection and to clarify the terms: «health creation», «health saving», «health formation», «healthy lifestyle», «health culture», «health education», health subjects of education, etc.

Keywords: health, health creation, health preservation, health formation, healthy lifestyle, health culture, health education

Publication date: 26.06.2022

Citation link:

Gun G., Zotov I., Shavarinsky B. Health Creation as a Basic Component of Educational Institution Activities // Man and Education – 2020. – Issue 1 (62) C. 132-137 [Electronic resource]. URL: <https://человекиобразование.рф/S181570410020870-2-1> (circulation date: 18.05.2024). DOI: 10.54884/S181570410020870-2