

Колесникова Маргарита Георгиевна

кандидат педагогических наук,

доцент кафедры педагогики окружающей среды,

безопасности и здоровья человека

Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования

ЗДОРОВЬСОЗИДАЮЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ ШКОЛЬНОГО УРОКА В КОНТЕКСТЕ НОВЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования. Поэтому при разработке урока в контексте ФГОС целесообразно опираться на уже разработанную методологию и практику здоровьесозидающего подхода к образованию. Методическое обеспечение реализации и измерения результативности здоровьесозидающей деятельности педагога может быть использовано для обеспечения достижения метапредметных результатов общего образования в области здоровья школьников.

Федеральный государственный образовательный стандарт (ФГОС) впервые определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности школы [5].

Основной научной основой ФГОС является *деятельностная парадигма образования*, постулирующая в качестве цели образования развитие личности учащегося на основе формирования ведущей деятельности. Процесс учения понимается не только как усвоение системы знаний, умений и навыков, составляющих инструментальную основу компетенций учащихся, но и как

процесс развития личности, обретения духовно-нравственного и социального опыта.

Несмотря на то, что сохранение и укрепление здоровья учащихся является традиционной деятельностью образовательного учреждения, реализация ФГОС в массовой школе требует новых подходов к методологии, целям, содержанию образования, в том числе и в данной области [2]. Для решения этой проблемы целесообразно опираться на уже разработанную методологию и практический опыт педагогической деятельности, направленной на решение проблемы здоровья участников образовательного процесса и согласующийся с требованиями ФГОС. На наш взгляд, таким требованиям соответствует здоровьесозидающий подход к образованию, разрабатываемый на кафедре педагогики окружающей среды, безопасности и здоровья человека Санкт-Петербургской академии постдипломного педагогического образования и реализующийся в санкт-петербургской системе образования.

Решение проблем здоровья в системе образования в настоящее время не исчерпывается его сохранением (или «сбережением»); кроме того, в системе образования неизбежно доминирующими становятся педагогические способы обеспечения здоровья человека, в том числе обучение его управлению собственным здоровьем. *Здоровьесозидающий подход* подчеркивает развивающий и формирующий характер влияния образования на здоровье участников образовательного процесса и базируется на понимании индивидуального здоровья человека как многомерной системы, состоящей из взаимозависимых компонентов (соматических, психических, социальных и нравственных); признании определяющей роли культуры здоровья как ценностно-мотивационной составляющей целенаправленного оздоровления образа жизни [1].

В Уставе Всемирной организации здравоохранения здоровье определяется как «...полное физическое, душевное и социальное благополучие, а не только как отсутствие болезней или физических дефектов". Так как

состояние благополучия является индикатором удовлетворения базовых потребностей человека, в основу обеспечения здоровья может быть положен антропологический принцип природосообразности, понимаемый как удовлетворение базовых потребностей человека. Поэтому *здоровьесозидающая деятельность педагога* может быть определена как природосообразный индивидуальный стиль субъектной деятельности на основе смысловой саморегуляции, ведущий к удовлетворению базовых потребностей учащихся.

Анализ возможностей реализации базовых потребностей учащегося в соответствии с иерархической моделью А. Маслоу позволяет дифференцировать школьные факторы риска и определить возможности построения здоровьесозидающей деятельности учителя [4]. Так как основной структурной единицей деятельности школьного педагога является урок, такой подход дает возможность выявить и повысить здоровьесозидающий потенциал школьного урока.

Иерархическая модель задает логику продвижения от низшего уровня потребностей, общего у человека и животных, к высшим, гуманитарным (рис. 1). В соответствии с этой логикой краткое изложение содержания компонентов здоровьесозидающего потенциала урока определяется следующим образом.

Физиологические потребности учащихся обеспечиваются:

1) через соответствие образовательного процесса и условий обучения требованиям СанПиН 2.4.2.2821-10: к режиму динамики работоспособности учащихся в ходе урока; к общему объему учебной нагрузки, в т.ч. и заданиям на дом; к применению средств обучения, в т.ч. и ТСО и ИКТ; к санитарному состоянию кабинета (освещенность, воздушно-тепловой режим); к состоянию школьной мебели; к организации положительного эстетического воздействия оформления кабинета; к соблюдению правил охраны труда и техники безопасности учителем и учащимися;

2) за счет систематического применения в педагогической деятельности специальных приемов, направленных на профилактику интеллектуальной, статической и зрительной перегрузки учащихся:

- приемов психологической разгрузки (упражнения на развития внимания, памяти, мышления; релаксация; массаж активных точек; дыхательная гимнастика; приемы отреагирования; создание эмоционального настроения за счет декламации, пения, прослушивания музыки и т.п.);
- приемов разгрузки органов зрения (гимнастика для глаз);
- применения блоков и комплексов динамической нагрузки (физкультпаузы) или увеличение двигательной активности учащихся в ходе применения определенных педагогических методов или технологий (групповая работа, динамическая проверка знаний, практическая работа и т.п.).

Потребность в психологической и физической безопасности учащихся удовлетворяется через виды деятельности педагога, уменьшающие избыточную стрессогенность образовательного процесса и создающие определенный эмоциональный комфорт: соответствие содержания и методов образования уровню развития, состоянию и индивидуально-типологическим особенностям учащихся; обеспечение доброжелательных взаимоотношений между учителем и учениками; оказание учителем помощи и поддержки учащимся; безопасное оценивание; организация отношений сотрудничества, взаимопомощи, поддержки между учащимися.

Однако качество жизни человека в наибольшей степени определяется следующими по иерархии высшими, «человеческими» потребностями: потребности в принадлежности к группе, в уважении (признании, одобрении), в самоактуализации (уважении к самому себе, самоосуществлении). Их удовлетворение сопровождается сильными положительными эмоциями, которые побуждают вновь и вновь переживать этот опыт и стимулируют личностный рост. В применении в общему образованию урок должен

направлен на развитие личности учащегося, что согласуется с требованиями ФГОС.

Личностное развитие учащихся определяется характером организации их деятельности, в первую очередь учебной. Реализация ФГОС предполагает переход от школы информационно-трансляционной к школе деятельностной с учетом специфики разных ступеней обучения. Полагаем, что личностно-ориентированный характер образования обеспечивается за счет следующих условий его организации:

- активации у учащихся познавательной учебной мотивации (нахождение логики событий, классификации, постановки проблемных вопросов, использования занимательного учебного материала и т.п.);
- активации у учащихся социальной учебной мотивации (опора на личный опыт учащегося, выявление отношения учащихся к учебному материалу, нахождение его практического применения и т.п.);
- создания условий для самостоятельности и совместной деятельности учащихся (использование имитационного моделирования деятельности, учебный эксперимент, проектная деятельность, групповая работа, дискуссия и др.);
- создания условий для свободного выбора учащимся – задания, способа его выполнения, способа взаимодействия при его выполнении, творческий характер задания;
- создание условий для оценочной самостоятельности учащихся (использование взаимопроверки и взаимооценивания, рефлексии по поводу проделанной работы и т.п.).

Сказанное выше позволяет иначе взглянуть на приоритеты педагогической деятельности: зачастую здоровьесозидающий потенциал урока оценивают с двух позиций – применяет ли педагог профилактические приемы (чаще всего физкультпаузы) и содержательный материал о здоровье и здоровом образе жизни. Однако если урок реализует принцип природосообразности,

проблемы восстановления работоспособности учащихся может вообще не возникнуть, учащиеся могут не нуждаться в специальных приемах профилактики переутомления.

Реализация ФГОС предполагает изменение роли основных участников образовательного процесса: учитель организует деятельность ученика в инновационной образовательной среде; ученик осуществляет поиск, выбор, анализ, систематизацию и презентацию информации. Очевидно, что именно такая деятельность учащегося является природосообразной, т.е. здоровьесозидающей.

Степень удовлетворения той или иной потребности можно определить через эмоциональные реакции разного знака – положительные или отрицательные. Поэтому здоровьесозидающий подход дает также возможность измерить метапредметные результаты урока через выявление функционального состояния учащихся в ходе учебной деятельности. Чаще всего под функциональным состоянием понимается интегральный комплекс наличных характеристик, функций и качеств человека, которые прямо или косвенно обуславливают выполнение деятельности. В состояниях отражается субъективная стоимость работы, т.е. определяется степень влияния деятельности на здоровье: в связи с этим выделяются допустимые состояния (соответствие требованиям деятельности) и недопустимые (работа на излишне высоком уровне напряжения) [6]. В практике школьного образования целесообразно использовать экспресс-методы самодиагностики функционального состояния человека, соответствующие возрастным возможностям учащихся.

В 2003-2011 гг. нами проведено исследование функционального состояния учащихся 5-х – 11-х классов в 11 общеобразовательных школах Санкт-Петербурга. Учащиеся оценивали свое состояние после урока с помощью методики Г.К. Зайцева, выбирая один из каждой пары дихотомических конструкторов: «грустно – весело», «интересно – не интересно», «устал – не устал», «старался – не старался», «успешен – не успешен», «спокоен

– раздражался» [3]. Функциональное состояние учащихся было изучено на 1748 уроках, которые проводили 246 учителей в рамках 16 учебных предметов. Рассчитано среднее количество негативных выборов учащихся по каждому учебному предмету и по урокам каждого учителя, достоверность различий проверена с помощью ϕ^* -критерия Фишера.

Полученные результаты показали, что между данными учителей, ведущих один предмет, наблюдаются гораздо большие различия по сравнению с данными разных предметов: различия между минимальным и максимальным количеством негативных выборов учащихся (минимакс) между предметами составляет $16,2 \pm 4,4\%$, между средними данными учителей, ведущих один предмет – $30,4 \pm 6,7\%$ (рис. 2). Кроме того, отсутствуют значимые различия между средними данными разных предметных областей – гуманитарной ($18,6 \pm 5,1\%$) и естественно-математической ($17,9 \pm 2,1\%$).

Таким образом, функциональное состояние учащихся в учебной деятельности определяется не спецификой «трудного» или «легкого» учебного предмета или предметной области, а индивидуальным стилем педагогической деятельности учителя, который ведет данный предмет. Следовательно, данный показатель характеризует здоровьесозидающий потенциал педагогической деятельности и может быть одним из измерителей метапредметных результатов общего образования в области его влияния на здоровье учащихся.

Представленные выше идеи легли в основу анализа и построения школьного урока на здоровьесозидающей основе и отрабатываются в инновационной деятельности образовательных учреждений Санкт-Петербурга, сотрудничающих с кафедрой: школы № 201 Фрунзенского района, № 667 Невского района, № 391 Красносельского района, № 55 Петроградского района, лицея № 554 Приморского района и др. В этих школах педагоги разрабатывают, апробируют и предъявляют для обсуждения коллег методические и дидактические материалы построения уроков на здоровьесозидающей основе в рамках разных предметных областей; проводится ежегодная диагностика

динамики функционального состояния учащихся на уроках, результаты которой обсуждаются на педагогическом совете и методических объединениях.

Таким образом, здоровьесозидающий подход к образованию согласуется с научной основой новых федеральных образовательных стандартов. Его реализация в разных предметных областях общего образования содействует получению метапредметных (компетентностных) результатов образования, обеспечивает возможность сохранить и укрепить здоровье учащихся и педагогов. В рамках этого подхода целесообразна дальнейшая разработка методического обеспечения и измерителей результатов реализации ФГОС в области сохранения и укрепления здоровья учащихся, формирования их здорового образа жизни.

Литература

1. Здоровая школа: проектирование программы здоровьесозидания: настольная книга для руководителей образовательных учреждений и педагогов: учебно-методическое пособие / под ред. С.В. Алексеева. – СПб.: СПБАППО, 2010
2. Калинова Г.С. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования и содержание обучения биологии // Биология в школе. №5. 2012. С.29-38
3. Колесникова М.Г. Практикум к учебному курсу «Здоровый образ жизни». 2-е изд., доп. – СПб.: СПБАППО, 2006
4. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Питер, 2011
5. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа / сост. Е.С. Савинов. – М.: Просвещение, 2011
6. Психология труда: Учеб. для студ. вузов / Под ред. проф. А.В. Карпова. – М: Юрайт, 2011