

УДК

ББК

**Дорохова, Т.С. Мельник, Ю.Б.**

Здоровьесбережение как направление социально-педагогической  
деятельности в школе

**Dorohova, T.S. Melnik, U.B.**

Health care as the direction of socio-pedagogical work at school

*Аннотация:* в статье анализируются различные подходы к реализации здоровьесбережения в школе. Подчеркивается, что для успешной социализации школьников необходимо так реализовывать социально-педагогическую деятельность, чтобы сохранять и развивать здоровье. При этом здоровье понимается как системная категория, включающая физический, психический, социальный и духовный компоненты в их взаимосвязи. Описываемая деятельность может быть успешной лишь при условии сотрудничества всех субъектов образовательного процесса, в частности учащихся, их родителей и педагогов.

*Abstract:* the article analyzes different approaches to the implementation of health protection in the school. It is emphasized that for successful socialization of pupils it is necessary to implement socio-educational activities to preserve and develop health. In this case, health is understood as a system category that includes physical, mental, social and spiritual components in their relationship. The described activities can be successful only with the cooperation of all subjects of the educational process, in particular pupils, their parents and teachers.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** ЗДОРОВЬЕ, ФИЗИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, ПСИХИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ, СОЦИАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ, ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ, ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ, СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ.

**KEY WORDS:** HEALTH, PHYSICAL HEALTH, MENTAL HEALTH, SOCIAL HEALTH, SPIRITUAL HEALTH, HEALTH CARE, SOCIO-PEDAGOGICAL ACTIVITY.

Здоровье является одной из базовых ценностей в современном цивилизованном обществе. Не случайно, в славянской традиции вместе со счастьем желают здоровья. Более того, традиционное славянское приветствие, по сути, и является пожеланием здоровья. При этом здоровье здесь понимается в широком смысле, как состояние полного физического, психического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. И действительно, ученые доказали, что многие физические заболевания вызваны психосоматическими факторами. Физически здоровые люди, могут потерять смысл жизни и даже оказаться на грани суицида. В свою очередь люди с ограниченными возможностями здоровья могут успешно самореализовываться, чувствовать себя счастливыми (не случайно сегодня в разных странах активно внедряется инклюзия).

Подчеркнем еще раз, здоровье, на наш взгляд, должно рассматриваться как системная категория, т.е. включать физическую, психическую, духовную и социальную составляющие, тесно взаимосвязанные между собой. Охарактеризуем подробнее системные компоненты здоровья.

Физическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Критерии физического здоровья обычно делят на объективные (рост, длина тела, масса тела, пульс, показатели биологических жидкостей и тканей, уровень обмена веществ до и после нагрузки и т.д.) и субъективные (самочувствие, ночной сон, аппетит, наличие болезненных ощущений).

Психическое здоровье характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств. Критерии психического здоровья многообразны. Это, в частности, соответствующие возрасту человека зрелость чувств, гармония между отражением обстоятельств действительности и отношением человека к ней, способность изменять способ поведения в зависимости от смены жизненных ситуаций,

адекватность восприятия реальности, интерес к самому себе, самоуправление, самоконтроль и т. д.

Социальное здоровье определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т.е. детерминированы определенными социокультурными нормами. Отличительными признаками нравственного здоровья являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих общепринятым нормам. Физически и психически здоровый человек может быть «нравственно неполноценным», если он пренебрегает нормами морали. Поэтому социальное здоровье считается высшей мерой человеческого здоровья [3, с.252].

Духовное здоровье является чрезвычайно близким к социальному, так как также базируется на моральных нормах и ценностях. Но если социальное здоровье проявляется в поведенческих аспектах, то духовное – на уровне мысли, чувств, отношений человека к окружающему миру. По сути, быть духовно здоровым – значит уметь управлять своими мыслями и эмоциями; доброжелательно относиться к людям и видеть в них, прежде всего, достоинства, т. е. осознавать истинную сущность «золотого правила морали» – «относиться к другим так, как хотел бы, чтобы относились к тебе».

Значимость здоровья для успешной позитивной социализации человека определяет необходимость организации заботы о сохранении и укреплении здоровья со стороны общества и государства. Это в свою очередь актуализирует реализацию в образовательных учреждениях социально-педагогической деятельности, направленной на здоровьесбережение. Причем данная деятельность должна реализовываться уже с раннего возраста [1]. Оговоримся, что под социально-педагогической деятельностью мы будем понимать разновидность профессиональной деятельности, направленную на оказание помощи людям в процессе их социализации, т. е. освоения ими

социальных норм и ценностей и позитивной самореализации на основе усвоенного [5, с. 181].

Актуальность проблемы здоровьесбережения подтверждается и вниманием к ней международных и российских нормативно-правовых документов, таких как законы «Об образовании в Российской Федерации», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», а также указы Президента России «О неотложных мерах по обеспечению здоровья населения Российской Федерации», «Об утверждении основных направлений государственной социальной политики по улучшению положения детей в Российской Федерации».

Следует отметить, что в понимании сущности здоровьесбережения в педагогической науке на сегодняшний день нет единства. Так, Д.В. Викторов отмечает, что в понятии «здоровьесбережение» учеными выделяются различные аспекты:

- самоактуализация и самоосуществление (Н.М. Амосов);
- физическое саморазвитие и самовоспитание (В.С. Быков, П.И. Костенок);
- индивидуальность (В.И. Ильинич, С.Б. Лозанский);
- здоровье и здравостроение (В.А. Вишневецкий);
- автономия личности (Г.П. Назарова);
- субъективные культурные потребности в освоении здорового стиля жизни (В.К. Бальсевич, Ю.М. Николаев) [6, с.119].

Даже поверхностный анализ представленных взглядов показывает, что, не смотря на некоторые разночтения, большинство авторов рассматривают здоровье в широком смысле, как системную категорию и полагают, что сохранить здоровье, заботясь только о физическом благополучии не возможно.

Вышесказанное позволяет сформулировать одну из основных задач социально-педагогической деятельности в школе как создание в учреждении здоровьесберегающей среды, представляющей собой гибкую, эмоционально-

комфортную, развивающую систему с благоприятным режимом жизнедеятельности всех участников образовательного процесса. Здоровьесберегающая среда основана на принципах сохранения и развития индивидуального здоровья и стимулирования позитивных процессов физического, интеллектуального, психического, духовного, эстетического развития личности.

Особенностями здоровьесберегающей среды образовательного учреждения называют:

- позитивную основу, направленность на процессы и ресурсы, организационные и содержательные возможности педагогической системы, которые способствуют не только сохранению, но и формированию, приращению потенциала физического, социокультурного, духовно-нравственного здоровья воспитанников;

- инновационно-творческую основу формирования и реализации всех усилий, направленных на повышение эффективности здоровьесбережения, с максимально возможным использованием индивидуального подхода к каждому воспитаннику в отдельности и коллективу в целом.

Результатом рассматриваемого направления социально-педагогической деятельности должно стать формирование у всех участников образовательного процесса культуры здоровья. Культура здоровья включает совокупность знаний философского, педагогического, психологического, медицинского направлений, обогащает физическую, психическую, духовную, социальную жизнь индивида, способствует формированию личностного отношения к здоровью и жизнедеятельности, осмыслению человеком парадигм бытия [4, с.7].

Представленная позиция по поводу понимания здоровья и здоровьесбережения, также подчеркивает значимость в данной деятельности такой характеристики, как системность. Причем данная характеристика относится не только к пониманию здоровья или культуры здоровья, но и с социально-педагогической деятельностью по здоровьесбережению в школе.

Достичь данного результата возможно, если в основу социально-педагогической деятельности будут положены следующие принципы:

- принцип не нанесения вреда, предполагающий использование только научно обоснованных, проверенных на практике форм и методов здоровьесберегающей деятельности;

- принцип единства представления о здоровье, подчеркивающий необходимость одинаковых представлений о здоровье и здоровьесберегающей деятельности педагогов, учащихся и родителей;

- принцип непрерывности и преемственности, означающий необходимость осуществления социально-педагогической деятельности по здоровьесбережению последовательно, поэтапно и системно;

- принцип субъект-субъектного взаимодействия, акцентирующий внимание на необходимости включения учащихся и их родителей в процесс социально-педагогической деятельности как активных субъектов, на равных условиях с педагогами;

- приоритет активных методов обучения и воспитания, предполагающий включение всех субъектов здоровьесбережения в активную деятельность;

- принцип формирования ответственности за свое здоровье, подчеркивающий необходимость осознания всеми субъектами здоровьесбережения значимости данной деятельности, понимания ими сущности производимых действий;

- принцип соответствия содержания и организации социально-педагогической деятельности по здоровьесбережению возрастным особенностям учащихся.

Указанные принципы определяют содержательные и методические основания социально-педагогической деятельности по здоровьесбережению в школе.

1. Взаимодействие социальных институтов, задействованных в формировании культуры здоровья населения на государственном, региональном, местном уровнях.

Создание здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении невозможно без его взаимодействия с другими учреждениями (здравоохранения, досуга, социальной защиты и т.п.). При этом рассматриваемая деятельность должна реализовываться с учетом региональных программ (проектов), опираясь на соответствующие нормативно-правовые документы, как региональные, так и федеральные.

2. Учет потребностей школьников, работа со всеми субъектами образовательного процесса, активный характер деятельности, создание благоприятного микроклимата в коллективе.

Для создания здоровьесберегающей среды необходимо проведение тщательной диагностики, нацеленной на выявление ценностей и потребностей всех участников образовательного процесса, в особенности школьников. На основании результатов проведенных диагностических исследований подбираются формы и методы социально-педагогической деятельности. Не смотря на различия подбираемых форм и методов, обусловленных индивидуально-личностными особенностями учащихся, их родителей и педагогов, общим является активный характер реализуемой деятельности.

3. Опора на такие факторы формирования культуры здоровья учащихся в условиях школы, как взаимовлияние и взаимодействие культуры здоровья педагогов, учащихся и их родителей.

Еще в древности было доказано, что одним из наиболее действенных методов социально-педагогической деятельности является пример. Если педагоги и родителя не относятся к здоровью как к одной из наиболее значимых ценностей, то вряд ли они смогут сформировать культуру здоровья у учащихся.

4. Использование проверенных социально-педагогических технологий, включающих такие этапы, как диагностика, целеполагание, планирование, реализация, результат, рефлексия.

В современной педагогике в контексте здоровьесбережения используется огромное количество различных социально-педагогических технологий. Наиболее результативными из них являются:

- профилактические технологии, нацеленные на предотвращение появления у детей тех или иных проблем в социализации;
- адаптационные технологии, нацеленные на облегчение социализации ребенка в новых или изменяющихся условиях;
- коррекционные технологии, нацеленные на преодоление уже возникших у ребенка трудностей в социализации.

Сам по себе технологический подход к реализации социально-педагогической деятельности предполагает четко организованную этапность. На диагностическом этапе изучаются условия, в которых происходит социализация ребенка и его личность; выявляются проблемы в физическом, психическом, социальном или духовном здоровье или факторы, способные негативно повлиять на здоровье ребенка. А, следовательно, и его социализацию. На основе полученных на диагностическом этапе данных формулируется цель социально-педагогической деятельности и разрабатывается ее план (на основе поставленной цели, с учетом имеющихся ресурсов). На деятельностном этапе реализуются мероприятия, предусмотренные планом, а по их окончании подводятся итоги посредством рефлексии. Причем даже отрицательный результат принимается во внимание, так как, выявив причины, по которым технология не привела к намеченному результату, можно изменить цель, разработать новый план и реализовать его в рамках другой (или той же самой) социально-педагогической технологии.



Подводя итог вышесказанному, можно еще раз подчеркнуть, что здоровье является важнейшим интегральным показателем, отражающим биологические характеристики ребенка, социально-экономическое состояние страны, непременным условием успешности воспитания и образования детей. Жизнь в семье, качество окружающей среды, степень развития медицинской помощи, служб охраны материнства и детства, в конечном счете – отношение государства к проблемам материнства и детства отражаются на здоровье детей.

Хорошее здоровье – один из главных источников счастья, радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять. Проблемы укрепления здоровья и долголетия

Поэтому необходим поиск новых методов и подходов к оздоровлению, базирующихся на многофакторном анализе внешних воздействий, мониторинге состояния здоровья каждого ребенка, учете и использовании особенностей его организма, индивидуализации профилактических мероприятий. Это возможно при условии создания в дошкольном образовательном учреждении здоровьесберегающей среды.

### **Список использованной литературы**

Верхотурова Ю.А. К вопросу о саморазвитии детей раннего возраста // Воспитание и обучение: теория, методика и практика : материалы III Мнждународ. науч.-практич. конференции. Чебоксары, 2015. С.125-127.

Донгаузер Е.В., Степанова И.А. Гуманистическая направленность профессиональной подготовки современных педагогов // Педагогическое образование в России. 2011. №4. С.148-152.

Дорохова Т.С., Дорохов Д.С. К вопросу о создании здоровьесберегающей среды в образовательном учреждении // Социализация

растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста : Сб. науч. тр. I-ой всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под. общ. ред. Т.И. Никифоровой., Т.И. Гризлик., Л.А. Григорович. Чебоксары : ЦНС Интерактив плюс, 2015. С.251-254.

Мельник Ю.Б. Соціально-педагогічні засади формування культури здоров'я в учнів початкової школи : автореф. дис. канд. ... пед. наук. Луганск, 2010. 20 с.

Штинорва Г.Н. Социальная педагогика :учеб. Для студ. Вузов / Г.Н. Штинова, М.А. Галагузова, Ю.Н. Галагузова ; под общ. Ред. М.А. Галагузовой. М. : Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2008. 447 с.

Щур С.Н., Астрейко Е.С. Формирование у студентов вуза готовности к здоровьесбережению // Веснік МДПУ імя І.П. Шамякіна. 2009. № 2 (23). С.118-122.