

УДК 37.037

## **ЗДОРОВЬЕСОЗИДАНИЕ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА КАК ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

**Петухова-Левицкая М.И., Кувырталова М.А.**

*ФГБОУ ВПО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», Тула, Россия (300026, г. Тула, проспект Ленина, 125), e-mail: margolev-tula@yandex.ru*

---

**В статье представлен анализ причин, ограничивающих сохранение здоровья детей в условиях образовательного процесса; рассмотрена специфика понятий, отражающих различные направления в решении проблемы здоровья участников образовательного процесса в современной образовательной теории и практике: здоровьесбережение, здоровьесформирование, здоровьеобеспечение; раскрыта социальная и психолого-педагогическая значимость процесса созидания здоровья участников образовательного процесса, который реализуется через целенаправленное конструктивное изменение отношения личности к своему здоровью. Механизмом формирования практических способов оздоровления и приращения здоровья выступает готовность к здоровьесозидающей деятельности, в статье рассматриваются психолого-педагогические условия ее формирования.**

---

Ключевые слова: здоровьесбережение, здоровьесформирование, здоровьеобеспечение, здоровьесозидание, участники образовательного процесса

## **HEALTH CREATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS PARTICIPANTS AS A PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM**

**Petukhova-Levitskaya M.I., Kuvirtalova M.A.**

*FGBOU VPO «Tula state pedagogical University. L. N. Tolstoy», Tula, Russia, 300026, Tula, Prospekt Lenina, 125), e-mail: margolev-tula@yandex*

---

**The paper presents the analysis of causes limiting the children health preservation in the context of educational process; studies particular characteristics of the notions representing different directions of the health problem solution within the educational process in the modern educational theory and practice: health preservation, health formation, health support; discovers social, psychological and pedagogical importance of the health creation process for the educational process participants realized by the dedicated structural change of the personal attitude to the health. The readiness to the health creating activity is a mechanism of health care and health creation practical methods formation, this paper discovers psychological and pedagogical conditions of its formation.**

---

Keywords: health preservation, health formation, health support, health creation, participants of the educational process

В современных условиях ценность здоровья в стратегии развития отечественного образования является одним из приоритетных направлений его гуманизации, служит основой духовно-нравственного, социального и психофизического благополучия, условием и базисом полноценного становления личности. Новая модель образования смещает фокус внимания с формирования знаний, умений и навыков у учащихся на целостное развитие личности. В этих условиях особенно возрастает социальная, психологическая и педагогическая значимость формирования у учащихся в процессе образовательной деятельности ценностного отношения к здоровью как к ресурсу, определяющему в дальнейшем полноту реализации жизненных целей и смыслов, качество будущей жизни.

В процессе реформ, осуществляемых на современном этапе развития страны, создаются правовые, экономические, организационные основы здоровьесбережения в образовательных учреждениях. Вместе с тем отсутствие надежных механизмов реализации принятых государственных решений и сколько-нибудь значимой межведомственной интеграции в сфере обеспечения здоровья не дает возможности сегодня кардинально изменить ситуацию. По данным научных исследований на сегодняшний день около 25–30% детей, приходящих в 1-е классы, имеют те или иные отклонения в состоянии здоровья. За период обучения в школе число здоровых детей уменьшается в 4 раза. (М.М. Безруких,; Н.К. Смирнов,; В.Р. Кучма). Директор Научного центра здоровья детей РАМН А. Баранов утверждает, что сегодня в стране только 3% здоровых детей. К окончанию школы более 90% учащихся имеют несколько хронических заболеваний. Такая ситуация обусловлена рядом объективных и субъективных факторов. Нестабильность общественного развития, создающая широкий спектр внешних и внутренних угроз, влекущих за собой конфликтогенность и агрессивность, эмоциональное напряжение в межличностном взаимодействии, проецируются на образовательную среду, порождают проблему психологической безопасности и психического здоровья ее субъектов.

Свою долю ответственности за сложившуюся ситуацию несет и собственно система образования. К числу причин, ограничивающих процесс сохранения здоровья детей в условиях образовательной среды, можно отнести следующие:

- 1) несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;
- 2) инновационное развитие образовательной системы, сопровождающееся повышенными требованиями к участникам образовательного процесса и вызывающее интеллектуальное перенапряжение, неустойчивость эмоционально-волевой сферы личности;
- 3) малый удельный вес специальных направлений, форм и методов здоровьесберегающей деятельности, особенно в области полноценного музыкального, художественного, трудового, физического воспитания;
- 4) недостаточный уровень разработанности технологий актуализации здоровьесозидающего потенциала личности, обеспечивающих сохранение оптимального функционального состояния организма, устойчивого уровня работоспособности учащихся;
- 5) недостаточная готовность педагогов по вопросам охраны и укрепления здоровья детей, созданию условий для здоровьесформирования, развитию у них устойчивых интересов, ценностных ориентаций, мотиваций и установок на самостоятельные занятия в данной сфере.

Проведенный теоретический анализ позволяет утверждать, что в современной науке существует целый ряд понятий, отражающих различные направления в решении проблемы сохранения здоровья участников образовательного процесса: здоровьесбережение, здоровьесовершенствование, здоровьесформирование, здоровьеобеспечение.

Решению вопросов организации здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения на основе системного и комплексного подхода посвящены работы Н.П. Абаскаловой, В.И. Бондина, Г.К. Зайцева, В.В. Колбанова, Л.М. Митиной, Н.К. Смирнова, А.Г. Трушкина, Ф.Ф. Харисова и др. Психолого-педагогические технологии формирования у школьников осознанного отношения к собственному здоровью представлены в работах В.А. Ананьева, И.В. Дубровиной, В.М. Кабаевой, Е.В. Конькиной, Г.С. Никифорова, И.В. Сапельцовой, Б.А. Титова и др. Вопросы сохранения здоровья школьников в аспекте здоровьесберегающей направленности процесса обучения освещаются в исследованиях Л.Б. Дыхан, В.И. Загвязинского, А.Г. Маджуги, Н.Н. Малярчук, П.И. Пидкасистого, Т.И. Шамовой и др. Разработке различных подходов к обеспечению индивидуального опыта здоровьесбережения посвящены работы В.К. Бальсевича, В.С. Быкова, В.А. Вишневого, В.И. Дубровского, Н.А. Фомина и др. Различные аспекты подготовки педагогов к осуществлению здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях, организации здоровьесберегающего обучения; формирования систем и моделей здоровьесберегающей деятельности в образовательных учреждениях представлены в исследованиях И.А. Баевой, О.А. Клестовой, С.Е. Ратенко, Т.В. Сущенко, Н.В. Суворовой и др.

Обращение к опыту образовательных учреждений показывает наличие следующих сложившихся направлений работы по сохранению здоровья участников образовательного процесса:

- гигиено-профилактическое, ориентированное на сохранение и восстановление здоровья детей и учащейся молодежи через рациональную организацию учебного процесса;
- физкультурно-оздоровительное, которое характеризуется использованием средств физической культуры в целях оздоровления и развития (как физического, так и нравственного) детей и молодежи;
- эколого-сохраняющее, обеспечивающее сохранение здоровья учащихся через формирование экологически целесообразных отношений подрастающего поколения с окружающей средой;

- лечебно-реабилитационное, когда оздоровление учащихся осуществляется посредством использования лечебных мероприятий: физио-, фито-, психотерапевтических, лечебной физкультуры и др.;
- конфессиональное, при котором здоровье рассматривается в контексте духовной жизни учащихся (используется на базе духовных училищ, гимназий, воскресных школ);
- учебно-воспитательное, когда особое внимание уделяется созданию условий по формированию и развитию личного опыта ребенка в деятельности, ориентированной на сохранение его здоровья, согласование формируемых у школьников мотивов данной деятельности с актуальными потребностями его возраста.

Несмотря на актуальность заявленной проблемы, многочисленность научных исследований, на сегодняшний день в психолого-педагогической науке отсутствует четкость понятийного аппарата и методологических подходов к решению проблемы здоровья участников образовательного процесса в условиях образовательного пространства школы. Исследователи говорят о здоровьесбережении, здоровьесформировании, здоровьесобеспечении, здоровьесозидании.

Рассмотрим существующие понятия, их сущностные характеристики, общность и различия. Понятие «здоровьесбережение» означает сохранение здоровья на изначально заданном уровне, на том, с которым ребенок пришел в школу, и является синонимом термина «здоровьесохранение» (Л. Волошина, З. Хуснутдинова) [1]. Понятие «здоровьесформирование» (происходит от «формировать, придавать чему-нибудь определенную форму, законченность; организовывать») понимается как целенаправленный процесс по созданию, «формированию» нового состояния (уровня, качества) здоровья субъектов образовательного процесса. Термин «здоровьесобеспечение» означает «сделать вполне возможным, действующим, несомненным» и, следовательно, предполагает обеспечение и создание условий как для сохранения, так и для формирования, развития здоровья субъектов образовательного процесса.

В отечественной психолого-педагогической науке раньше других стало разрабатываться направление, сущность которого отражает понятие «здоровьесбережение». Основы концепции здоровьесбережения в России были заложены еще в 1904 г., когда съезд российских врачей обратил внимание на ряд «вредных влияний» со стороны школы на состояние здоровья и физическое развитие учащихся [2]. Вплоть до 1980-х гг. здоровьесбережение в образовательных учреждениях строилось на основе «трехкомпонентной» модели: в учебном курсе внимание учащихся акцентировалось на принципах здоровья и изменении поведения с ориентацией на здоровье; школьная медицинская служба осуществляла профилактику,

раннюю диагностику и устранение возникающих проблем со здоровьем у детей; здоровая среда в процессе обучения связывалась с гигиенической и позитивной психологической атмосферой, с безопасностью и рациональным питанием детей.

В середине 1980-х гг. была разработана новая, более расширенная модель здоровьесбережения. В нее вошли: служба питания с расширенным ассортиментом здоровой пищи; проведение мероприятий по физическому воспитанию подрастающего поколения и «служба здоровья персонала школы» с привлечением родителей и помощи широкой общественности.

Сегодня исследователи определяют «здоровьесбережение» как учет особенностей нервной системы учащихся, создание благоприятного психологического фона, предупреждение переутомления, перегрузки учащихся, использование приемов, способствующих появлению интереса к учебе, создание условий для самовыражения учащихся, инициация разнообразной деятельности [5]. Исследователями предложена структура здоровьесбережения как системы, которая представлена следующими взаимосвязанными компонентами: цели здоровьесберегающей деятельности; содержание этой деятельности; методы сбережения здоровья; средства, организационные формы. Введено понятие здоровьесберегающей технологии.

Здоровьесберегающая технология понимается как качественно иная технология, которая позволяет создать максимально возможные условия для сохранения, укрепления и развития всех аспектов (духовного, эмоционального, интеллектуального, личностного и физического) здоровья у субъектов образования. Исследователями определены структура и компоненты здоровьесберегающей технологии: аксиологический, гносеологический, здоровьесберегающий, эмоционально-волевой, экологический, физкультурно-оздоровительный. Выявлены функции здоровьесберегающей технологии: формирующая, информативно-коммуникативная, диагностическая, адаптивная, рефлексивная, интегративная (Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова, И.В. Чупах и др.).

На основе результатов данных исследований были сформулированы принципы здоровьесберегающей педагогики (Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова, И.В. Чупах и др.): ненанесения вреда; приоритет действенной заботы о здоровье учащихся; триединое представление о здоровье; непрерывность и преемственность; субъект-субъектное взаимоотношение с учащимися; соответствие содержания и организации обучения возрастным особенностям учащихся; медико-психологическая компетентность учителя; гармоничное сочетание обучающих, воспитывающих и развивающих педагогических

воздействий; приоритет позитивных воздействий (подкреплений) над негативными (запретами, порицаниями); использование активных методов обучения; сочетание охранительной и тренирующей стратегий; формирование ответственности учащихся за свое здоровье; отсроченный результат; принцип контроля за результатами деятельности по здоровьесбережению [4].

Отмечая безусловные достоинства массива научных исследований по проблеме здоровьесбережения, нельзя не заметить, что сам термин «здоровьесбережение» предполагает акцент на сохранении изначального уровня здоровья, с которым дети приходят в школу, и в дальнейшем работа педагогов проводится с коллективом учащихся, ориентируясь на средние показатели. Однако каждый ребенок приходит в школу со своим индивидуальным уровнем здоровья и жизненным опытом, поэтому мы глубоко убеждены, что вся работа по сохранению и укреплению здоровья ребенка должна проводиться только с ориентацией на уровень индивидуального здоровья. Исследователи П.А. Кисляков, О.В. Короткова, Н.Б. Пугачёва, В.В. Гафнер, О.В. Верхорубова справедливо отмечают первоочередность формирования здоровья. В связи с этим в научный оборот введено понятие «здоровьеформирование» [5].

Здоровьеформирующее 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. Исследователи определяют здоровьеформирующее образование как непрерывный процесс усвоения ценностей и понятий, которые направлены на формирование навыков, умений и отношений, необходимых для осознания и оценки собственного здоровья, взаимосвязи между ним и культурой здоровьесбережения. П.А. Кисляков отмечает, что здоровьеформирующее образование включает совокупность учебно-воспитательных модулей, раскрывающих факторы риска нарушения здоровья, куда входят: гигиеническая грамотность, рациональное питание, адекватная физическая активность, рациональный режим труда и отдыха, здоровый психологический климат, направленность на создание здоровой семьи, профилактика вредных привычек (таких как курение, алкоголизм, наркомания). О.В. Короткова и Н.Б. Пугачёва рассматривают «здоровьеформирующее образование как педагогический процесс, направленный на формирование и развитие у всех субъектов позитивной, устойчивой ориентации на сохранение здоровья как необходимое условие жизнеспособности» [3]. П.А. Кисляков, В.В. Гафнер отмечают, что процессы формирования и сохранения здоровья должны идти не последовательно, а параллельно.

В конце XX в. в качестве национальной идеи исследователи (В.В. Мурашов) выдвигают идею здоровьесозидания нации, и в психолого-педагогической науке ставятся вопросы созидания здоровья подрастающего поколения. Эта идея получила отражение в программных документах, и в условиях модернизации Российской системы образования предполагает не только необходимость сохранения здоровья участников образовательного процесса, но также формирование и созидание здоровья, которые ориентируют учащихся и педагогов на конструирование собственного здоровья на основе механизмов личностной самоактуализации и самореализации.

Термин «здоровьесозидание» возможно употреблять в значении «творение» и трактовать как деятельное, процессуальное явление, сопряженное с самоактуализацией и формированием здоровьесозидающей личностной позиции.

Под понятием «здоровьесозидающая 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).

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.

Важными компонентами здоровьесозидающей 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»).

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 здоровьесозидающей личностной позиции и освоению индивидуальных технологий оздоровления.

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

- 1) 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;
- 2) здоровый ребенок – практически достижимая норма детского развития и необходимый ресурс «человеческого капитала»;
- 3) здоровьесозидание – не совокупность лечебно-профилактических мер, а сложный и динамичный процесс развития потенциалов здоровья с учетом его индивидуального уровня;
- 4) готовность к здоровьесозидающей деятельности – основное средство и условие здоровьесозидания личности участников образовательного процесса.

Таким образом, психолого-педагогическими условиями созидания здоровья выступают:

- формирование в образовательном учреждении (на занятиях и во внеклассной работе) здоровьесозидающей среды, транслирующей ценности здоровья и обеспечивающей взаимодействие «педагоги — учащиеся — родители»; а также перенос участниками образовательного процесса в повседневную практику способов сохранения, укрепления и приращения здоровья;
- опора процесса здоровьесозидания на систему личностно значимых духовно-нравственных ориентиров, которые обуславливают содержание жизнедеятельности каждого человека;
- совместная здоровьесозидающая деятельность всех участников образовательного процесса (педагогов, учащихся, родителей);
- формирование у всех участников образовательного процесса готовности к деятельности по созиданию здоровья, включающей: ценностные ориентации в отношении здоровья на основе холистического подхода, систему знаний о здоровье и его составляющих, здоровом образе и стиле жизни, потребность деятельностно-практического участия в формировании здорового образа жизни, ответственное и позитивное отношение к собственному здоровью; настойчивость в достижении цели по сохранению, укреплению и приращению своего здоровья, творческую деятельность в сохранении и приумножении своего здоровья.

### **Список литературы**

1. Гафнер В.В. Педагогика безопасности – новое научное направление современной педагогики // Грани педагогики безопасности: материалы всероссийской научной конференции, Екатеринбург, 29 апреля 2011 г. / Под ред. В.В. Гафнера ; ФГБОУ ВПО «Урал. гос. пед. ун-т». – Екатеринбург, 2011. – С. 6–12.
2. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии / А.М. Митяева. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 188 с.
3. Петухова М.И. Внеклассная работа в структуре профессиональной деятельности будущего учителя: организационно-педагогический аспект Известия Тул. гос. ун-та» Серия. Педагогика. Вып. 3. – Тула: ТулГУ, 2006. – С. 155–161.
4. Петухова М.И. Проблема здоровьесозидания субъектов образовательного процесса и возможности ее решения средствами прикладной музыки // Современные проблемы науки и образования» – 2011. – № 6; URL: [www.science-education.ru/100-5019](http://www.science-education.ru/100-5019).
5. Тихомирова Л.Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01 : Ярославль, 2004. — 339 с.

**Рецензенты:**

Ромашина Е.Ю., д.п.н., профессор кафедры педагогики ФГБОУ ВПО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула;

Романов В.А., д.п.н., профессор кафедры педагогики, дисциплин и методик начального образования ФГБОУ ВПО «Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого», г. Тула.