



ЗДОРОВЬЕ КАК ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Если говорить о подходах к здоровью в образовании, то, на мой взгляд, существуют две модели. Первая модель – экономическая: есть образование, и есть плата за образование, в которую входит и здоровье. То есть дети платят здоровьем за свое образование. Причем эта плата не обязательно пропорциональна приложенным усилиям, да и как измерить эти усилия – тоже вопрос. Это во многом зависит от ресурсов детей. Нельзя сказать, что отличники платят больше, чем средние ученики. Здоровье понимается нами в холистическом подходе, и под платой мы имеем в виду не только проблемы со зрением и осанкой, но и, например, регулярное переживание собственной неуспешности, отрицательные эмоции, что приводит к формированию низкой самооценки.

Вторая модель может выглядеть следующим образом: здоровье – бонус к образованию. Может ли образование, помимо того, что дает знания-умения-навыки, компетентности, развивать здоровье у ребенка? Можно ли силами образования здоровье детей приращивать? Не просто его не разрушать, а увеличивать, усиливать, укреплять и развивать?

Согласно предписаниям СанПиНа, ученик младших классов, чтобы сохранить физический тонус, должен в течение дня пройти, пробежать, проскатать не менее пяти километров.

К сожалению, наша педагогика к этому пока не готова. Сейчас здоровье в школе существует отдельными кусками. Есть учителя физкультуры, которые занимаются физическим здоровьем детей. Есть учителя валеологии, которые учат детей вести здоровый образ жизни. Есть психологи, которые «раненых подбирают», диагностируют, лечат и вновь отправляют в «образовательный поезд». Есть врачи, занимающиеся соматическим здоровьем. Физкультура, питание, валеология и психология. Все. Если здоровьем детей занимаются 2–4 человека в школе, то развивать его невозможно.

«Признаком правильного роста ребенка является его свободное дыхание – он не боится жизни. У подавляемого ребенка живот – как доска. Понаблюдайте за его дыханием!» – советует известнейший английский педагог-исследователь Александр Нилл.

Школ, которые заявляют о своем внимании к здоровью детей, много. Но если копнуть вглубь – что конкретно делает школа, то, как правило, оказывается, что школа удерживает в фокусе внимания какой-то один компонент здоровья. Например, одна школа занимается развитием физической культуры, другая – как следует кормит детей или поит фиточаями, третья устанавливает кварцевые лампы в кабинетах... Однако системы нет. Комплексной модели и комплексного подхода мы не увидели ни в одной школе. Педагоги, с которыми дети проводят большую часть времени, не умеют развивать здоровье школьников и не ставят такой задачи.

Школа может получать какие-то результаты в области здоровья, если педагоги будут в этой области компетентны и это будет их собственной задачей. Но у педагогов нет ни времени,

ни желания. Они не понимают, как это делать, и не считают, что они вообще должны этим заниматься. Всякое усилие воспринимается как дополнительная нагрузка, которая требует, как кажется педагогу, колоссальных вложений.

Не разработана система комплексной оценки детского здоровья, параметры приращения здоровья. Понятие «здоровье» очень широкое. Как определить границы здоровья или его идеальную форму? Например, у человека все прекрасно с функциональными вещами – памятью, вниманием, мышлением, но при этом он не может адаптироваться в обществе: замкнутый, не умеет строить отношения с окружающими. Можно ли про него сказать, что он здоров? Или дру-

Медики из Института возрастной физиологии РАО утверждают, что «ношение тяжестей из школы и обратно может вызвать даже остановку роста» у детей. Во избежание этих проблем многие школы предоставляют ученикам индивидуальные шкафы для хранения книг, личных игрушек, сменной одежды. Здоровый позвоночник, считают врачи, стоит дороже.

гой пример: у человека нет руки или ноги, но при этом он прекрасно себя чувствует в своем окружении: он инициативен, активен, создает вокруг себя сообщество, занимает определенную позицию, успешно реализует свои замыслы. Можно ли сказать про него, что он нездоров? Мне симпатична точка отсчета, связанная с адаптацией. Если человек успешно адаптируется в современном обществе, если он активен, эффективен, то такого человека можно назвать здоровым.

Самыми травмоопасными зонами в школах ученые считают физкультурный зал, традиционный гардероб с зубастыми металлическими крыльями-распашонками, лестничные марши и двери, открывающиеся, вопреки технике безопасности, вовнутрь классного помещения.

Чтобы школа могла развивать здоровье детей, нужно понять, из каких компонентов здоровье состоит, в каких местах оно может прирастать и за счет каких ресурсов.

Вот как, на наш взгляд, должна выглядеть школа здоровья, какие ориентиры, помимо условий обучения, здесь можно задать.

Интересную модель, вошедшую в национальную программу «Здоровая школа», можно увидеть в Великобритании. В эту модель входят девять компонентов:

- здоровое питание;
- профилактика наркомании;
- безопасность;
- развитие физического здоровья;
- развитие эмоционального здоровья;
- обучение сексуальной грамотности;

Директор экспериментальной общеобразовательной школы № 760 Владимир Гармаш убежден, что одна из главных бед школы состоит в том, что в ней человек оказывается в ситуации ограниченного сенсорного пространства. Поэтому в течение урока дети работают, стоя попеременно за конторками и прямо в классе разминаются на турнике или у шведской стенки.



Фото: FLICKR.COM/m.e.i.o.d.y

- создание педагогических условий обучения, способствующих развитию здоровья;
- развитие идеи гражданского образования в школе;
- развитие идеи равенства.

В европейских школах в комнатах для мальчиков имеются перегородки между писсуарами. А у нас частенько нет даже задвижек на туалетных кабинках. Этот вроде бы мелкий вопрос становится весьма серьезным для детей, предпочитающих «терпеть», что крайне вредно отражается на психике и, разумеется, их отношении к школе.

Например, **здоровое питание**. Можно сколько угодно готовить каши и салаты, а дети просто не станут их есть. И каши будут благополучно перекидываться в мусорные баки. Необходимы не только наличие и организация здорового питания, но еще и создание таких условий, чтобы дети выбирали его осмысленно.

Безопасность. Школе должно быть важно получать данные о том, насколько дети чувствуют себя в школе безопасно, что мешает им учиться, формирует негативное самочувствие. Понимает ли школа, где дети чувствуют опасность? Что делается для того, чтобы детям в школе было безопасно?

Или компонент **профилактика наркомании**. Что школа делает, чтобы дети не стали зависимыми, причем не только от наркотиков, но и, например, от компьютера?

Эмоциональное здоровье. В школы приходят дети эмоционально некомпетентные и часто эмоционально неуравновешенные. Где истоки этой проблемы? Родители стараются как можно раньше начать учить ребенка читать, писать, считать. В некоторых детских садах у детей на свободную игру – ведущий вид деятельности в этом возрасте – остаются только прогулки, а все остальное время поминутно занято различными обучающими занятиями. Эмоциональная сфера активно развивается в дошкольном возрасте, и большое значение, помимо родительского отношения, имеет игра. Если ребенок практически не играет, как будут развиваться его эмоции? И когда дети приходят в школу, они уже от этой системы устали, интерес быстро тает, мотивация снижается, ничего не хочется. Этим самым мы «наезжаем» на предыдущий возраст и не даем детям развиваться.

Сексуальное образование. В Великобритании, например, сексу-

Чуть ли не в каждой мастерской и студии «Школы самоопределения» предусмотрен уголок для чаепития. Для учащихся начальных классов оборудована «комната тишины» – игровой кабинет, устланный ковром и оснащенный шведской стенкой и канатом. Ковер, заметим, – это не только тепло и уют, но и защита от травм при падениях, поэтому им покрывают скользкие площадки в умывальниках, ступени лестниц. Школа располагает своим кафетерием с домашней кухней, построенным самими детьми из натуральной сосны.

альное образование начинают вести с 4 класса. Этот предмет так не называется, но он как раз про то, как устроен мальчик, девочка, почему что-то нельзя, а что-то можно. И представляется это на жучках, червячках. Эта тема для четвероклассников еще не актуальна, но, когда придет время, дети будут к этому подготовлены. А мы им рассказываем тогда, когда они уже сами во всем разобрались. Как можно говорить о здоровье, если курс, который мы в этой области преподаем, уже запаздывает?

В нашей модели больше вопросов, чем ответов. И самый большой вопрос: может ли здоровье фигурировать как результат образования? Можно его задать в виде пошаговых промежуточных целей, в разных векторах. Но если представить школу, в которой каждый из этих векторов имеет определенные задачи и результаты, то можно будет говорить о том, что здоровье ребенка развивается.

*Елена ФЕДОРЕНКО,
заместитель директора
Института психологии
и педагогики развития
г. Красноярск*

«Возмутительно заставлять сидеть детей за партой 40–45 минут неподвижно, особенно в первых классах! – пишет автор книги «Со-ло для позвоночника» Анатолий Ситель. – Возникает напряжение мышц спины и шеи, снижается вентиляция легких, и там легко возникает воспалительные процессы. Неприятностей можно избежать, если делать чаще перерывы, давая детям возможность встать, размяться, подвигаться... И хорошо, что многие «оболтусы» находят любой повод, чтобы спасти себя от неподвижности. Тем самым они интуитивно проводят профилактику многих болезней».

