

**СВЯЗЬ ЦЕННОСТИ ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ПЕДАГОГОВ, КАК ФАКТОР
СФОРМИРОВАННОСТИ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПРОСТРАНСТВА ШКОЛЫ***Петрова Лариса Витальевна**кандидат псих. наук**Краснотурьинская городская больница**«Пельмское отделение»**клинический психолог, акушер**п.г.т. Пelym*DOI: [10.31618/nas.2413-5291.2019.2.46.51](https://doi.org/10.31618/nas.2413-5291.2019.2.46.51)**COMMUNICATION OF VALUES OF HEALTH OF TRAINERS AND TEACHERS, AS A FACTOR
OF FORMATION OF HEALTH-SAVING SCHOOL SPACES***Petrova Larisa Vitalievna**candidate crazy. of sciences**Krasnoturyinsky city hospital**"Pelym branch"**clinical psychologist, obstetrician**P.g.t. Pelym***Аннотация**

Здоровьесберегающее пространство школы является одним из факторов сохранения здоровья. Рост хронических заболеваний среди старших школьников показывает, что немаловажным фактором сохранения здоровья является образовательная среда, где учащиеся более 70% времени находятся в образовательном учреждении, что влияет непосредственно на их активность. Внутришкольные факторы - одно из условий здоровьесберегающего пространства образовательного учреждения, влияющие на сохранение здоровья и профилактику здорового образа жизни. С другой стороны не до конца осознание самих старших школьников понимания вести здоровый образ жизни, как одного из жизненно важных приоритетов ценности здоровья. Достижение формирования ценности здорового образа жизни учащихся возможно при использовании новых технологий здоровьесберегающей педагогики. Педагог, владея современными педагогическими знаниями, в том числе включая знания о здоровом образе жизни, в тесном взаимодействии с другими коллегами школы, оказывает влияние на ребенка обучением и воспитанием, формируя ответственность за свое здоровье, жизнь и здоровье других людей.

Annotation

The health-saving space of the school is one of the factors in maintaining health. The increase in chronic diseases among high school students shows that the educational environment where students spend more than 70% of their time in an educational institution, which directly affects their activity, is an important factor in maintaining health. Intra-school factors are one of the conditions of a health-saving space of an educational institution that affects the preservation of health and the prevention of a healthy lifestyle. On the other hand, it is not fully understood that older schoolchildren themselves understand how to lead a healthy lifestyle, as one of the vital priorities of the value of health. Achieving the formation of the values of a healthy lifestyle of students is possible using new technologies of health-saving pedagogy. The teacher, owning modern pedagogical knowledge, including including knowledge about a healthy lifestyle, in close collaboration with other school colleagues, has an impact on the child's education and upbringing, forming responsibility for his own health, life and the health of other people.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесберегающее пространство школы, педагог, старший школьник, факторы, обучение, воспитание, формирование.

Key words: health, healthy lifestyle, health-saving space of the school, teacher, senior student, factors, training, education, formation.

С нарастанием в современном обществе провокационных воздействий на подрастающее поколение, расшатыванием витальных ценностей, созданием условий для формирования деструкции личности, особенно остро встает задача формирования устойчивой системы жизненных приоритетов, в которых одно из ведущих мест по праву принадлежит ценности здорового образа жизни, её активному воплощению и распространению.

Ежегодно увеличиваются цифры заболеваемости старших школьников. По мнению специалистов-медиков, 75% болезней заложено в детские годы. За период обучения в школе число

больных детей увеличивается в 4 раза. Здоровье школьников определяются средой, в которой он живет, развивается и в которой происходит активное формирование здоровья на всю оставшуюся жизнь [4, с 11].

Учитывая статистические данные Института возрастной физиологии РАО, здоровьесберегающее пространство школы порождает некоторые факторы, влияющие на здоровье, с действием которых связано 20-40% негативных влияний, ухудшающих здоровье детей школьного возраста, одним из которых являются:

- низкий уровень обучения;

- несоответствие методических программ школьного образования;
- возрастающая интенсивность учебного процесса;
- необоснованное использование инноваций по внедрению технических средств, методов и технологий;
- недостаточная образованность педагогического коллектива в вопросах здоровьесберегающих технологий;
- частичное нарушение медицинского контроля [4, с 51].

Все выше перечисленное воздействует на старших школьников, создавая стрессовую перегрузку, подвергая организм интенсивной нагрузке, приводящей к росту хронических заболеваний несовершеннолетних.

С другой стороны, немаловажным фактором сохранения и поддержания своего здоровья, как важной ценности, является становление старшего школьного возраста, связанного с недостаточной рефлексивной способностью, неполной адекватностью, не всегда зрелой социальной активностью, не до конца сложившимся представлением о смысле жизни, а лишь потенциально заложенными возможностями духовного роста (Коваль Н.А. 1996).

Здоровье, как основа жизнедеятельности человека, представляет собой сложный многоуровневый феномен. С точки зрения Амосова Н.М.: «Здоровье - исполнение нормальных физиологических программ жизни, а болезнь одно из состояний неустойчивого режима этих саморегулирующихся систем, возникшее в результате чрезвычайных или необычных внешних воздействий или дефектов собственных программ». Определяя резервную мощь основных функциональных систем, максимальное количество функций, соотносении с ее нормальным уровнем [1, с 28].

Школа - система социального образования, направлена на обучение и самосовершенствование учащихся (Выготский, Л.С., Божович, Л.И.). Здоровьесберегающее пространство образовательного процесса представляет собой правильно организованное использование приемов и методов педагогики учебно-воспитательного процесса, может дать положительные результаты при условии активного взаимодействия всех компонентов среды [3, с 43].

С точки зрения Смирнова Н.К., здоровьесберегающие образовательные технологии, построенные на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся, состоят из принципов:

- применяемые методы и технологии должны не наносить вреда здоровью ученика и учителя;
- приоритет заботы о здоровье должен быть оценен с позиции влияния на психофизиологическое состояние участников образовательного процесса;
- непрерывность работы: ведется каждый день и на каждом уроке;

- субъект субъектные взаимодействия: учащийся является непосредственным участником здоровьесберегающих мероприятий;
- сложность учебного материала должна соответствовать возрасту учащихся;
- комплексный подход всех участников образовательной системы: педагоги, психологи, врачи;
- активность снижает риск стрессовых ситуаций и переутомления.[7, с 19].

Педагог, как «субъект субъектного» влияния на ребенка, (Петровский, А.В, 2015; Леонтьев, Д.А., 2014), владея современными инновационными технологиями, знаниями о здоровье и здоровом образе жизни в тесном взаимодействии с учащимся, способствует формированию необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни, научит применять в повседневной жизни развивающейся личности.

В процессе развития личности и формирования её жизненных ориентиров объектами влияния здоровьесберегающего пространства школы становятся значимые взрослые, а именно педагоги. Благодаря длительному взаимодействию с педагогами, у ребенка создается целостный образ, полноценная картина мира, а так же несознательно формируется схожий стиль жизни и его приоритеты. (А. Адлер) [2, с 30].

С нашей точки зрения, особенностью предлагаемого подхода формирования ценностного отношения к здоровью является использование эффекта субъектного отражения ребенком смысла и содержание активности значимых взрослых (концепция персонификации и отраженной субъектности А.В. Петровского). Принцип формирования ЗОЖ заключен в эффекте субъектного отражения, выражающемся в формировании (возбуждении) у старших школьников (в объекте) ценности здорового образа жизни (какого-либо свойства или активности) с помощью значимых взрослых, таких как родители или педагоги (в присутствии возбуждающего субъекта (индуктора)), но без непосредственного контакта [5, с 21].

В нашем исследовании изучение отношения к здоровью и ценности здорового образа жизни выявлена связь значимых взрослых педагогов с учащимися, подтверждая концепцию персонификации и отраженной субъектности А.В. Петровского.

Анализ отношение к своему здоровью изучался опросником «Отношение к здоровью» (автор Р.А. Березовская) Таблица 1.

Сравнительный анализ отношения к здоровью учащихся, и педагогов

Таблица 1

Познавательный компонент	Девочки Средние значения %	Педагоги Средние значения %
По критерию 4: <i>Оцените, какое влияние на вашу осведомленность в области здоровья оказывает информация, полученная из следующих источников:</i>		
СМИ (средства массовой информации)	9	72,2
Врачи (специалисты)	5,2	88,9
По критерию 5: <i>Как вы думаете, какие из перечисленных ниже факторов оказывают наиболее существенное влияние на состояние вашего здоровья?</i>		
Вредные привычки	8,1	77,8
Образ жизни	8,1	55,6
По критерию 6: <i>Как вы чувствуете себя чаще всего, когда со здоровьем у вас все благополучно?</i>		
Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения	11	61,1
По критерию 7: <i>Как вы чувствуете себя чаще всего, когда узнаете об ухудшении своего здоровья:</i>		
Я раздражен	44,3	72,2
Я чувствую себя подавленно	4,3	50
Я встревожен и сильно нервничаю	11,4	44,4
Мне стыдно	28,6	33,3
По критерию 8: <i>Делаете ли вы что-нибудь для поддержания вашего здоровья? Отметьте, пожалуйста, насколько регулярно.</i>		
Посещаю врача с профилактической целью	43,8	50
Слежу за своим весом	8,6	38,9
Хожу в баню (сауну)	4,8	50
Избегаю вредных привычек	31	72,2
Посещаю спортивные секции (шейпинг, тренажерный зал, бассейн и т. п.)	44,3	38,9
По критерию 10: <i>Если вы чувствуете недомогание, то:</i>		
Стараюсь не обращать внимания	15,7	33,3
По критерию 1: <i>Люди по-разному оценивают различные сферы жизни. Оцените, насколько приведенные ценности важны для вас в данный момент.</i>		
По критерию 2: <i>Как вы считаете, что необходимо для того, чтобы добиться успеха в жизни?</i>		
Хорошее образование	2,9	50
Везение (удача)	9	77,8
Материальный достаток	37,6	44,4
Здоровье	5,2	77,8
По критерию 9: <i>Если вы заботитесь о своем здоровье недостаточно или нерегулярно, то почему?</i>		
У меня нет на это времени	36,7	66,7

Из таблицы видно, что ответы девочек старшего школьного возраста и их представления о ЗОЖ более схожи с ответами педагогов, а именно: как педагоги, так и девочки считают, что знания о ЗОЖ необходимо черпать из СМИ; на здоровье влияют вредные привычки; когда здоровье ухудшается, то девочки и педагоги раздражаются, чувствуют подавленность; для поддержания своего здоровья считают, что нужно посещать врача,

избегать вредных привычек и посещать спортивные секции; чтобы добиться успеха необходимо везение и здоровье от природы; если не заботятся о своем здоровье, то по причине отсутствия времени.

Из этого следует, что связь ценности здорового образа жизни обучающихся и педагогов подтверждается, как фактор здоровьесберегающего образовательного

пространства школы с использованием учебных технологий, заинтересованность самого педагога, личный пример в научении и обучении важным установкам ведения здорового образа жизни учащихся, как одного из жизненных приоритетов развивающейся личности.

Список литературы

1. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. 3 - е изд., доп., перераб. -М.: Физкультура и спорт, 1987.-64 с.
2. Адлер, А. Практика и теория индивидуальной психологии / А. Адлер. - М.: 2015. - 296 с.
3. Выготский, Л. С. Педагогическая психология /под ред. В.В. Давыдова.- М.: АСТ.- 2010. - 536 с.
4. Здоровьесберегающая педагогика: учебник для академического бакалавриата / Л. Ф. Тихомирова, Т. В. Макеева. — М.: Изд.- во Юрайт, 2018. - 253 с.
5. Петровский, А. В. Личность в психологии: парадигма субъектности: учеб. пос. для вузов / А. В. Петровский. - Ростов н/Д: Феникс, -2015.-512 с.
6. Петрова, Л.В. Психолого-педагогическая модель формирования ценности здорового образа жизни у старших школьников: кан. пс.. наук 13.00.07. /Петрова Лариса Витальевна. – Екатеринбург. -2018.- 18 с.
7. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и в современной школе. / Н.К. Смирнов. М.: АПК и ПРО, 2002. - с. 62.