

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ПЕДАГОГИЧЕСКОМ ОБРАЗОВАНИИ

Лекция. № 1

***«Основы здоровьесберегающего
образования»***

Лектор:: к.п.н., доцент СИЛАКОВА Оксана Владимировна

Должно оставить
беспечность, коль дело
пойдёт о здоровье.
Меру важно во всём
соблюдать — в еде и
напитках

И в упражненьях для тела,
и мера есть то, что не в
тягость.

Из


«Пифагорейских Золотых
СТИХОВ»¹



ЗДОРОВЬЕ - состояние любого живого организма, при котором в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие болезней.


По уставу ВОЗ, «здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней и физических дефектов»





П.И. Калью в работе «Сущностная характеристика понятия «Здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация»

- Среди определений встречаются следующие^[6]:
- Здоровье — нормальная функция организма на всех уровнях его организации, нормальный ход биологических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству.
- Динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.
- Участие в социальной деятельности и общественно полезном труде, способность к полноценному выполнению основных социальных функций.
- Отсутствие болезни, болезненных состояний и изменений.
- Способность организма приспосабливаться к постоянно изменяющимся условиям внешней среды



Согласно Калью, все возможные характеристики здоровья могут быть сведены к следующим концепциям:

- Медицинская модель — для определений, содержащих медицинские признаки и характеристики; здоровье как отсутствие болезней и их симптомов.
- Биомедицинская модель — отсутствие субъективных ощущений нездоровья и органических нарушений.
- Биосоциальная модель — включаются рассматриваемые в единстве медицинские и социальные признаки, при этом приоритет отдаётся социальным признакам.
- Ценностно-социальная модель — здоровье как ценность человека; именно к этой модели относится определение ВОЗ.

Уровни здоровья в медико-социальных исследованиях

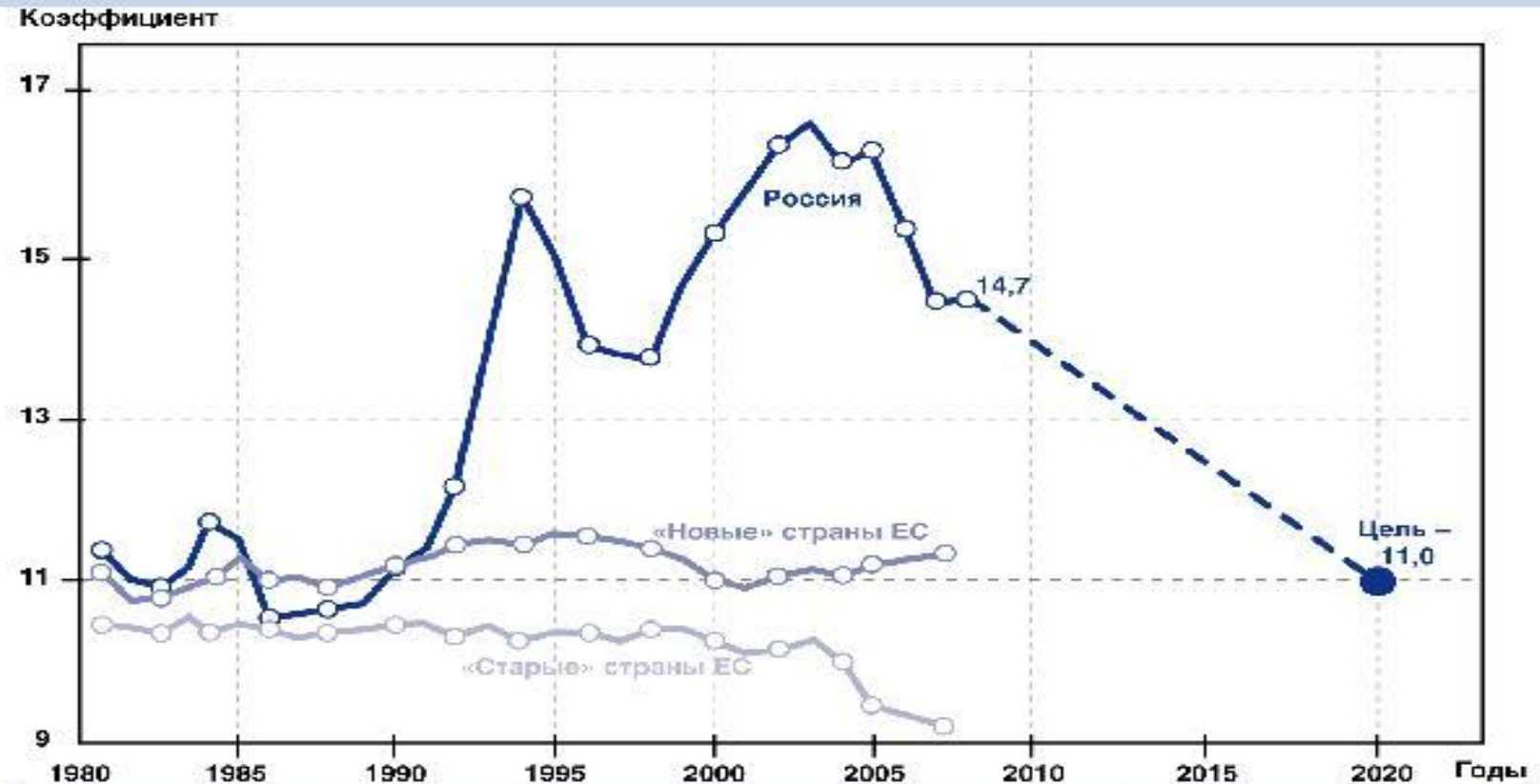
- Индивидуальное здоровье — здоровье отдельного человека.
- Групповое здоровье — здоровье социальных и этнических групп.
- Региональное здоровье — здоровье населения административных территорий.
- Общественное здоровье — здоровье популяции, общества в целом; определяется как «наука и искусство профилактики заболеваний, продления жизни и укрепления здоровья через организованные усилия и осознанный выбор общества, организаций, государственное и частное, общинное и индивидуальное». Методы профилактики общественного здоровья — внедрение образовательных программ, разработка политики, обслуживания, а также проведение научных исследований^[7]. С понятием общественного здоровья связано понятие вакцинации. Большое положительное воздействие государственных программ в области здравоохранения широко признаётся. Отчасти в результате политики в области здравоохранения в XX веке зарегистрировано снижение смертности младенцев и детей, а также постоянное увеличение продолжительности жизни во многих частях мира.

НЕКОТОРЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ В СТРАНАХ ЕВРОПЫ

Страны	Продолжительность жизни, лет	Смертность от ишемической болезни сердца на 100 тыс. населения (0-64 года)	Смертность от злокачественных новообразований на 100 тыс. населения (0-64 года)
<i>Беларусь</i>	70,5	114,72	94,04
<i>Болгария</i>	72,77	44,89	94,19
<i>Великобритания</i>	79,86	22,98	65,94
<i>Германия</i>	79,86	19,31	68,53
<i>Европа</i>	75,24	55,51	79,81
<i>Россия</i>	66,67	124,37	98,85
<i>СНГ</i>	67,86	115,84	88,16
<i>Украина</i>	68	133,95	100,51
<i>Финляндия</i>	79,7	25,33	52,29
<i>Франция</i>	81,11	9,48	79,14

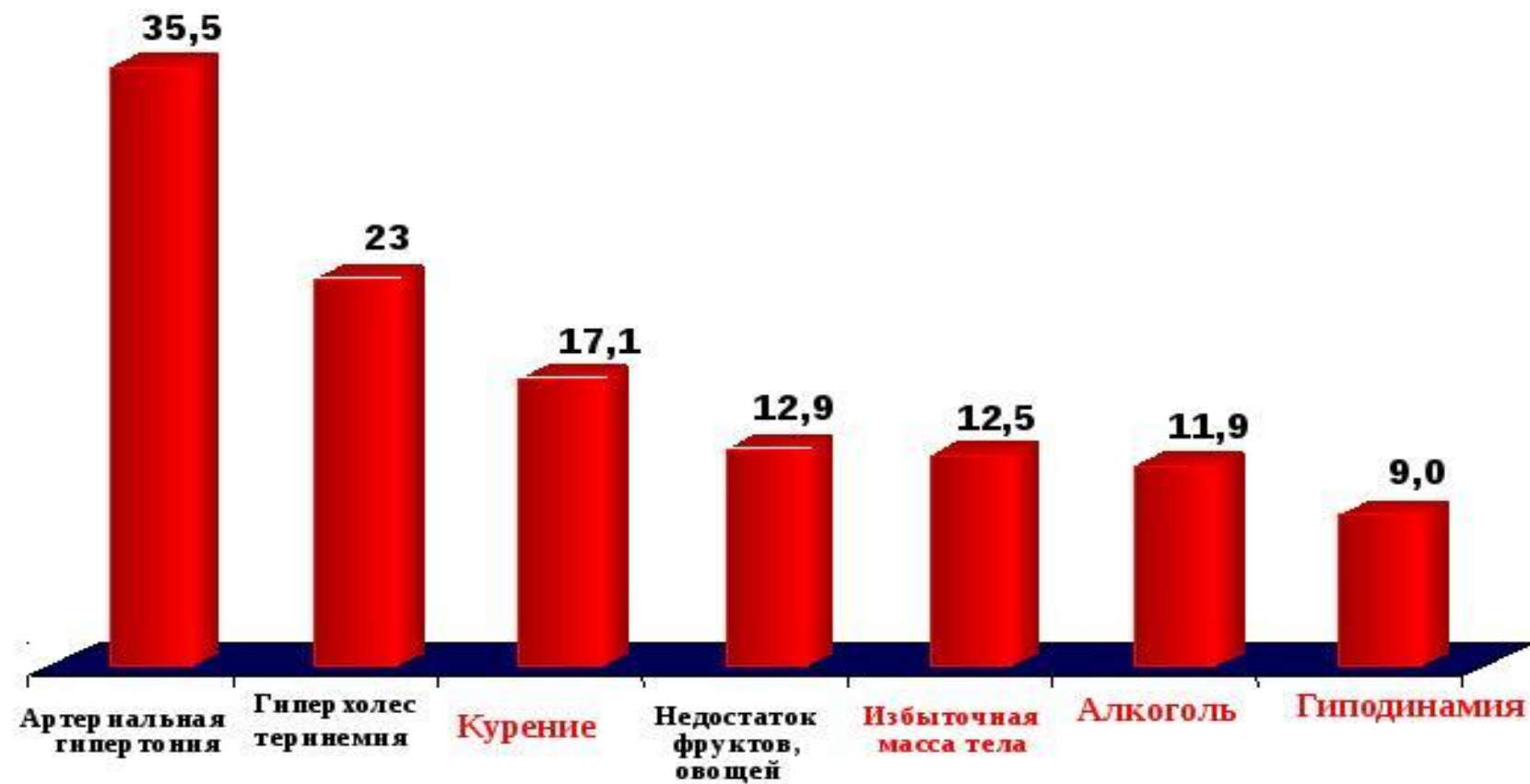
АНАЛИЗ ПРОБЛЕМ: ПОКАЗАТЕЛИ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ

ОБЩИЙ КОЭФФИЦИЕНТ СМЕРТНОСТИ (число умерших на 1 тыс. населения)



Смертность населения в РФ падает, но она в **1,3 раза** выше, чем в «новых» странах ЕС и в **1,6 раз** она выше, чем в «старых» странах ЕС. В **1986 г.** смертность населения в РФ была на уровне «старых» стран ЕС. Прирост произошел из-за роста смертности **трудоспособного населения**

ВКЛАД ВЕДУЩИХ ФАКТОРОВ РИСКА В ПРЕЖДЕВРЕМЕННУЮ СМЕРТНОСТЬ (в%)





Структура общей заболеваемости, все население





СТРУКТУРА НАСЕЛЕНИЯ РОССИИ

Общая численность населения **141,9** млн. человек



Детей 0-17 лет, проживающих на территории страны - **26,06** млн. или **18,4%** от всего населения

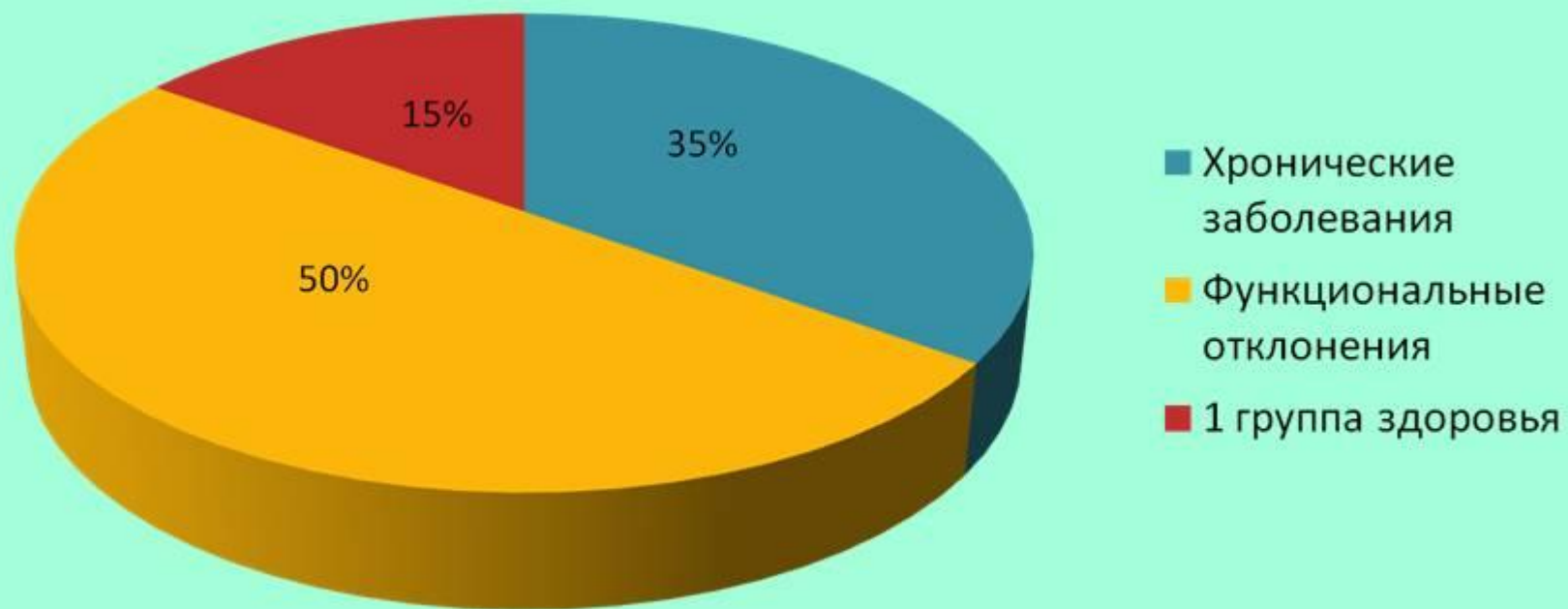


Индикативные медико-демографические показатели по указам Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г.

Наименование показателя	2012г.	2013 г.	2014г. (факт)	2014 г. (план)	2015 г. (1-VIII)	2015 г.	2018 г.
Ожидаемая продолжительность жизни при рождении, лет	70,24	70,76	70,93	71,41		72,02	74,0
Общая смертность (на 1000 населения)	13,31	13,0	13,1	12,8	13,2	12,5	11,8
Смертность от болезней системы кровообращения (на 100 тыс. населения)	737,1	698,1	659,5	706,6	651,0	691,7	649,4
Смертность от новообразований, в том числе от злокачественных (на 100 тыс. населения)	203,1	203,3	202,2	199,4	203,2	197,8	192,8
Смертность от туберкулеза (на 100 тыс. населения)	12,1	11,3	10,1	11,9	9,5	11,9	11,8
Смертность от дорожно-транспортных происшествий (на 100 тыс. населения)	14,4	14,3	14,1	13,5	11,1	12,9	10,6
Младенческая смертность (на 1 тыс. родившихся живыми)	8,6	8,2	7,4	8,1	6,6	8,0	7,5

Анализ ситуации (здоровье российских школьников)

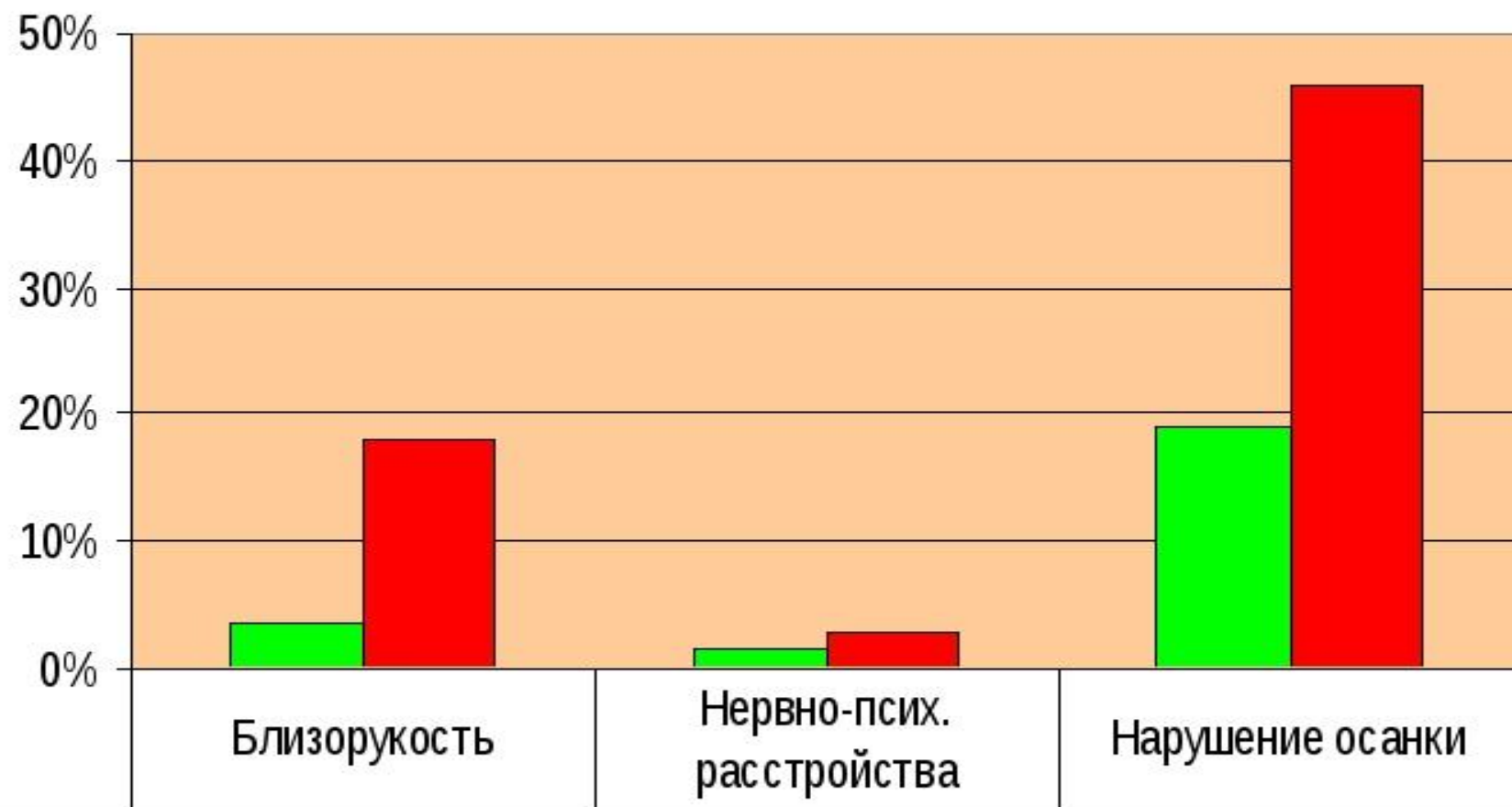
По данным Минздравсоцразвития, признаны здоровыми 15% школьников. Среди современных первоклассников вдвое меньше абсолютно здоровых детей, чем среди их сверстников конца прошлого века.



Показатели уменьшения здоровья детей за период обучения в школе



Статистика уровня здоровья до поступления в школу и по её окончании



■ До поступления в школу

4%

1,60%

19%

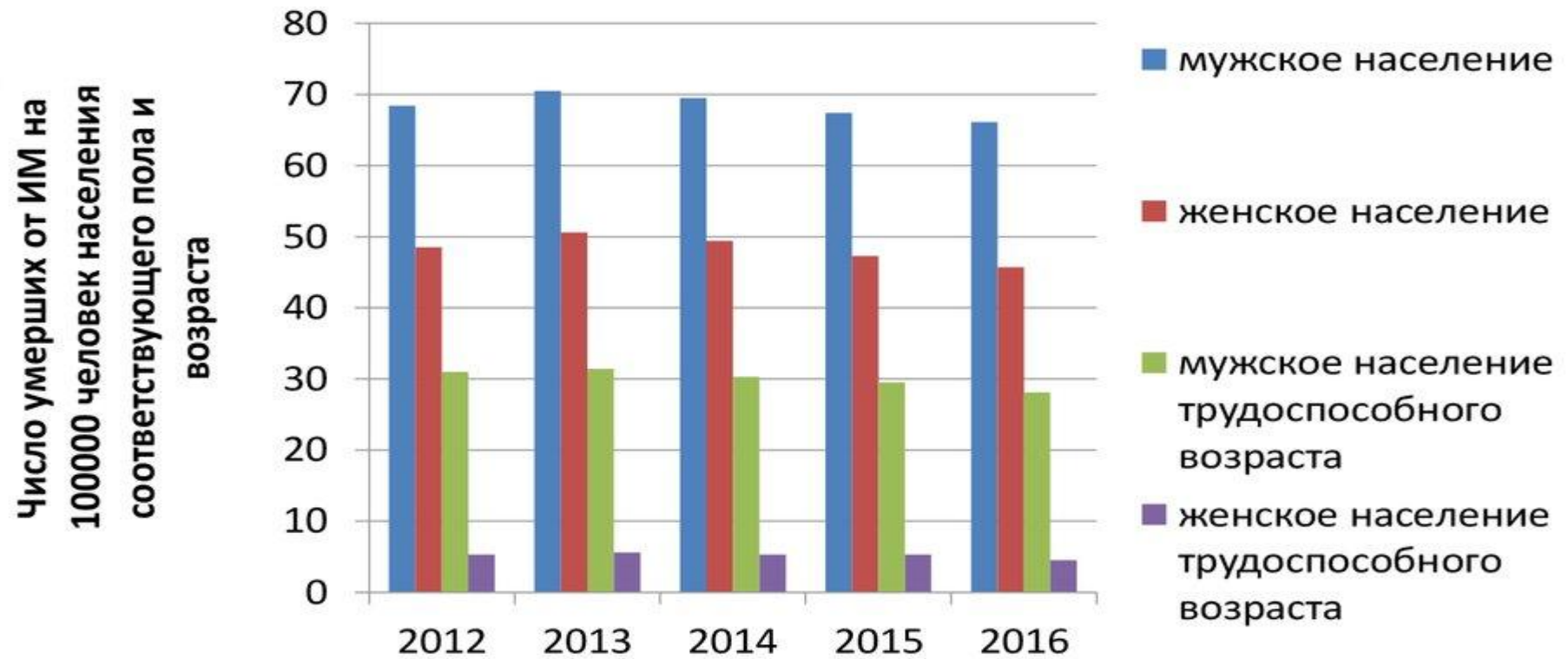
■ После окончания школы

18%

2,80%

46%

Коэффициенты смертности взрослого населения РФ от инфаркта миокарда



Соотношение смертности от ИМ у мужчин и женщин:
в общей группе 1,4-1,5, в трудоспособном возрасте 5,5-6,2

Структура лекционного материала

1. Проблема сохранения здоровья
2. Понятие «здоровьесберегающие технологии» и их функции.
3. Здоровьесберегающая педагогика, принципы, методы.
4. Здоровьесберегающие технологии в современном образовании. Виды, классификация.
5. Роль педагога в сохранении и укреплении здоровья обучающихся.





Проблема сохранения здоровья

- рост заболеваемости по многим формам инфекционной и хронической патологии;
- снижение рождаемости;
- сокращение доли детей в общей численности населения, что ведет к старению общества;
- распространение курения, алкоголизма, наркомании, ВИЧ/СПИД;
- рост дорожно-транспортных происшествий,
- рост травматизма;
- увеличение смертности не только от хронических, но и социально обусловленных заболеваний.



Состояние здоровья детей России.

По данным специалистов,

- около 90% детей имеют отклонение в физическом и психическом здоровье;
- 30-35% детей, поступающих в школу, уже имеют хронические заболевания;
- за годы обучения в пять раз возросло число нарушений зрения и осанки,
- в четыре раза увеличивается количество нарушений психического здоровья,
- в три раза увеличивается число детей с заболеванием органов пищеварения,
- доля здоровых детей неуклонно уменьшается, особенно эта неблагоприятная тенденция характерна для детей школьного возраста.

Пути решения

В настоящее время в требованиях новых ФГОС в системе образования решается проблема сохранения, укрепления и формирования здоровья подрастающего поколения.

Фундамент благополучия будущих поколений, которая закладывает школа, должен основываться на охране здоровья школьников, на формировании и воспитании их **культуры здоровья**.

Это может быть достигнуто путем реализации **здоровьесберегающих и здоровьесформирующих образовательных технологий**, которые используются педагогикой здоровья.

Задача школы по подготовке учащихся к самостоятельной жизни предполагает не только **охрану здоровья**, но и формирование **культуры здоровья**, воспитание потребности вести **здоровый образ жизни**, обеспечение необходимыми **знаниями в области здоровья**.



Понятие «здоровьесберегающие технологии»

Технология – пошаговая, заранее продуманная последовательность действий, направленных на достижение конкретного результата.


В **технике**, в промышленности технологии связаны с производственной деятельностью людей и позволяют получить продукцию с заданными параметрами. В **медицине** это – все разрешенные к применению методы диагностики, лечения, профилактики и реабилитации, имеющие своим результатом лечение тех или иных заболеваний.

Под здоровьесберегающими технологиями в широком смысле слова следует понимать все те технологии, использование которых идет на пользу здоровья.

Здоровьесберегающие технологии связаны с различными формами деятельности людей (в сфере образования, здравоохранения, в правовой, социально-экономической, культурной сферах), которые направлены на формирование здорового образа жизни человека и минимизацию факторов, приносящих вред его здоровью.

Функции здоровьесберегающих технологий

- **Формирующая:** осуществляется на основе биологических и социальных закономерностей становления личности.
- **Информативно - коммуникативная:** обеспечивает трансляцию опыта ведения здорового образа жизни, преемственность традиций, ценностных ориентации, формирующих бережное отношение к индивидуальному здоровью, ценности каждой человеческой жизни;
 - **Диагностическая:** заключается в мониторинге здоровья индивидов в конкретных учебных и профессиональных коллективах, обеспечивает инструментально выверенный анализ состояния здоровья человека и подбор необходимых технологий здоровьесбережения.
 - **Рефлексивная:** заключается в переосмыслении предшествующего личностного опыта, в сохранении и приумножении здоровья, что позволяет соизмерить реально достигнутые результаты с перспективами;
 - **Интегративная:** объединяет народный опыт, различные научные концепции и системы воспитания, направляя их по пути сохранения здоровья подрастающего поколения.



Цели, преследуемые в ходе реализации здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий

- разработка и реализация представлений о сущности здоровья;
- разработка и построение диагностической и мониторинговой моделей оценки и прогнозирования уровня здоровья;
- формирование «психологии» здоровья, мотивации к коррекции образа жизни индивида с целью укрепления здоровья;
- реализация индивидуальных оздоровительных программ;
- овладение методиками и методами современных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий, умений использования их в практической деятельности;
- познание индивидуальных особенностей организма;
- приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной сфере;
 - создание информационного поля по проблеме здоровьесбережения.



Принципы здоровьесберегающих технологий:

- принцип «Не навреди!»;
- принцип сознательности и активности;
- принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности и индивидуальности;
- принцип всестороннего и гармонического развития личности;
- принцип системного чередования нагрузок и отдыха;
- принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий;
- принцип возрастной адекватности здоровьесберегающего процесса.

По характеру действия здоровьесберегающие технологии подразделяются на следующие группы:

- 1. Защитно-профилактические.** (приемы, методы, технологии, направленные на защиту человека от неблагоприятных для здоровья воздействий)
- 2. Компенсаторно-нейтрализующие.** (восполняющие недостаток того, что требуется организму для полноценной жизнедеятельности, или частично нейтрализующие негативные воздействия)
- 3. Стимулирующие.** (приемы, методы, технологии позволяющие активизировать собственные силы организма)
- 4. Информационно-обучающие.** (обеспечивают учащимся необходимый уровень грамотности для эффективной заботы о своем здоровье, помогают в воспитании культуры здоровья)
- 5. Социально адаптирующие и личностно развивающие технологии.** (обеспечивающие формирование и укрепление психологического здоровья учащихся, повышение ресурсов психологической адаптации личности)

Здоровьесберегающие технологии в современном образовании

по критерию субъектной включенности учащегося в образовательный процесс:

Предполагающие **пассивную** позицию учащегося



Предполагающие **активную** позицию учащегося





По направлению деятельности среди частных здоровьесберегающих технологий выделяют:

- **медико-гигиенические,**
- **физкультурно-оздоровительные,**
- **экологические,**
- **социальные технологии,**
- **технологии обеспечения безопасности жизнедеятельности,**
- **образовательные.**

Здоровьесберегающие образовательные технологии (ЗОТ)

- *организационно-педагогические технологии (ОПТ),*
- *учебно-воспитательные технологии (УВТ),*
- *психолого-педагогические технологии (ППТ),*
- *социально адаптирующие,*
- *личностно-развивающие технологии (САЛРТ),*
- *лечебно-оздоровительные технологии (ЛОТ)*



«В деле обучения и воспитания, во всем школьном деле ничего нельзя улучшить, минуя голову учителя»

К. Д. Ушинский

- В стремительно меняющемся открытом мире главным профессиональным качеством, которое педагог должен постоянно демонстрировать своим ученикам, становится **умение учиться**.
- Введение новых образовательных стандартов должно неизбежно повлечь за собой изменение стандартов подготовки педагога, владеющего современными здоровьесберегающими технологиями.



Роль педагога в сохранении и укреплении здоровья обучающихся

Педагог должен обладать важными *профессиональными качествами*, позволяющими генерировать плодотворные педагогические идеи и обеспечивающими положительные педагогические результаты.

Среди этих качеств можно выделить:

- высокий уровень профессионально-этической, коммуникативной, рефлексивной культуры;
- способность к формированию и развитию личностных креативных качеств; знания формирования и функционирования психических процессов, состояний и свойств личности, процессов обучения и воспитания, познания других людей и самопознания, творческого совершенствования человека; основ здоровья, здорового образа жизни (ЗОЖ);
- владение знаниями основ проектирования и моделирования здоровьесберегающих технологий в учебных программах и мероприятиях; - умение прогнозировать результаты собственной деятельности;
- способность к выработке индивидуального стиля педагогической деятельности.



Педагог должен уметь:

- 1) анализировать педагогическую ситуацию в условиях педагогики оздоровления;
- 2) владеть основами здорового образа жизни;
- 3) устанавливать контакт с коллективом учащихся;
- 4) наблюдать и интерпретировать вербальное и невербальное поведение;
- 5) прогнозировать развитие своих учащихся;
- 6) моделировать систему взаимоотношений в условиях педагогики оздоровления;
- 7) личным примером учить учащихся заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих людей.

Домашнее задание: Составить список стратегических документов в области образования детей, содержащих вопросы здоровьесбережения :

- *Национальная доктрина образования в РФ (2000-2025)
- *Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа» (2010)
- *Федеральная целевая программа развития образования (ФЦПРО) (2011-2015; 2016-2020) *Стратегия 2020 (2008, 2010)
- *ФЗ «Об образовании в Российской Федерации №273-ФЗ от 29.12.2012 г. (ст. 41 и др.)
- *Стратегия развития воспитания в Российской Федерации (2015-2025 гг.)
- *Госпрограмма РФ «Развитие образования» (2013-2020 гг.)



Документы федерального уровня:

- *Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 ноября 2011 года № 03-776 «О примерной основной образовательной программе основного общего образования». Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам дошкольного образования, утв. приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 N 1014, зарегистрировано в Минюсте России 26 сентября 2013 г. № 30038.
- *Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 N 1015, зарегистрировано в Минюсте России 01.10.2013 N 30067.
- *Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель) (Зарегистрировано в Минюсте России 06.12.2013 N 30550).