



## МОДЕЛИРОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ РЕБЕНКА

Е. ОРЛОВ

**П**роблемы сохранения здоровья учащихся подталкивают нас к поиску путей создания здоровьесберегающей среды образовательного учреждения. Именно среда оказывает незаметное, но длительное и наиболее впечатляющее воздействие на личность человека в целом и его здоровье в частности. Педагоги давно поняли, что управлять здоровьем можно, управляя свойствами среды обитания учащихся.

Однако понимание среды далеко не всегда является однозначным, что приводит к увлечению определёнными аспектами здоровьесбережения в ущерб другим. На наш взгляд, можно выделить два аспекта в процессе моделирования здоровьесберегающей среды школы. Аспекты эти связаны с опорой на статичные или динамичные составляющие среды, то есть с путями достижения педагогической цели.

Обратимся к теории средового подхода, подробно изложенной в работах Ю.С. Мануйлова, которая наиболее полно и логически связно моделирует процесс опосредованного управления становлением личности. Основные положения данной теории следующие:

1. Становление личности человека происходит во многом благодаря влиянию среды, в которой этот человек обитает.

2. Среда в руках педагога становится средством управления процессом становления личности.

3. Среда рассматривается как совокупность динамических и статических компонентов. К статическим относятся ниши, наполненные разнообразной трофикой (питанием для органов чувств человека), а к динамичным — стихии (природные и социальные), которые захватывают и направляют внимание человека.

Если мы определяем личность учащегося как педагогическую цель, а среду как средство достижения этой цели, то можно выделить два пути, которыми пользуется педагог. Первый путь достижения цели связан с использованием трофических возможностей среды, а второй — с оперированием социальными стихиями, как инструментом воздействия на личность (см. диссертационное исследование В.Я. Барышникова).

Рассмотрим с данных позиций деятельность образовательных учреждений в области оздоровления учащихся. Можно выделить несколько направлений, по которым обычно идут школы. Первое связано с введением дополнительных уроков физкультуры, оздоравливающих гимнастик и физкультминуток на уроках, переменах, соблюдением режимных моментов — правильного распределения нагрузки, сроков питания и т.д. В чём заключаются возможности школьной среды для детей в этом случае? Трофически это связано с телесными возможностями. Дети имеют возможность правильно двигаться, улучшать свою координацию, выносливость, наращивать мускулатуру, снимать физическую усталость, то есть иметь



физическое здоровье и уметь применять простейшие методы его сохранения. Дети видят образцы правильного и красивого владения собственным телом, замечают уровень физического развития своих одноклассников, знакомятся с приёмами восстановления деятельности различных функций организма. Если при этом удаётся внести стихию интереса к своему здоровью, стихию спортивной игры, первенства, то школьники сосредотачиваются на этой трофике, совершенствуют свои спортивные навыки, сопротивляются усталости, сохраняют физическое здоровье. Данное направление пытается реализовать два пути достижения целей оздоровления школьников. По времени эти мероприятия составляют максимум 30% от продолжительности пребывания ребёнка в школе, а в среднем — не более 10%.

Этот процент может увеличить досуговая оздоравливающая деятельность школьников в спортивных и туристических секциях, кружках, объединениях, экспедициях, лагерях. Обычно насыщенность позитивными социальными стихиями здесь выше, а следовательно, выше и эффективность оздоравливающих действий. Данное направление связано с поддержанием существующих оздоравливающих ниш в школе или с порождением новых ниш, если создаются не существовавшие ранее секции, кружки, завязываются партнёрские связи. Подобная управленческая деятельность по созданию оздоравливающей среды может считаться наиболее эффективной, она активно опирается на оба пути достижения цели, использует как статические, так и динамические составляющие среды.

Следующее направление, достаточно широко представленное в современной педагогической практике — это уроки здоровья. Имеющие традиционную форму организации педагогических действий, они направлены на обогащение среды трофическими возможностями. Это пища для ума. В результате этих уроков школьники могут иметь представление о здоровье, о методах его бережения, о факторах, влияющих на здоровье человека, уметь классифицировать эти факторы, выделять из них главные, находить информацию о здоровье. Это первый путь достижения цели — насыщение трофическими возможностями школьной среды. И очень важно не останавливаться на этом, а предпринять ряд серьёзных действий по организации второго пути достижения цели. Для того чтобы школьники восприняли информацию о здоровье и воспользовались ей как знаниями, необходимо генерировать стихию интереса к здоровью, культивировать в школе атмосферу заинтересованности в ведении здорового образа жизни. В этом случае необходимо наличие в кругу общения школьников личностей, меченных этим интересом, образцов здорового образа жизни. И тут мы должны выходить за пределы уроков здоровья и прорабатывать свою работу уже в рамках всей педагогической системы, примером чего может служить работа школы № 115 г. Перми, изложенная в опубликованной в 1998 г. брошюре.

Последний аспект, который хочется обсудить в данной статье — это собственно создание здоровьесберегающей среды. Речь идёт о преобразовании трофики среды в направлении природосообразности. Этот аспект моделирования среды школы можно назвать **базовым**, так как он напрямую связан с психическим здоровьем личности, во многом определяющим и физическое и интеллектуальное здоровье.

Данный аспект направлен на обеспечение тех компонентов окружающей среды, которые воздействуют на органы чувств учащихся — на зрение, слух, обоняние, осязание благотворным образом. Согласитесь, что бессмысленно использовать на уроке здоровьесберегающую педагогическую технологию подачи учебного





материала, если в классной комнате воздух затхлый, стены серые и исцарапанные, старые парты грязные и исписанные — к ним даже рукой прикасаться противно.

В современной науке существует достаточно много наработок, которые помогут ответить на многие вопросы, связанные с влиянием визуальной, аудиальной, тактильной и одорантной среды на психику учащегося. Какие тактильные ощущения помогают школьнику справиться с учебным заданием, а какие вызывают чувство тревоги и увеличивают психологическую нагрузку? Может ли ученик качественно подготовить домашнее задание, если при этом он слушает современную поп-музыку?

Основным орудием деятельности ученика в школе пока ещё является шариковая ручка. Какой должна быть ручка, чтобы ученик мог плодотворно трудиться все 4, 5 или 6 уроков, а не становиться нервным из-за неприятных тактильных ощущений?

Школьники приносят на выпускные экзамены цветы. С точки зрения сосредоточенности на экзаменационном материале, стимулировании мышления и памяти, что лучше — два ведра тюльпанов или маленький букет свежих роз?

Какие растения лучше применять для озеленения школы: те, которые красиво цветут или устойчивы к засухе? А может быть, те, которые очищают воздух от вредных газов, подавляют жизнедеятельность болезнетворных микроорганизмов и благоприятно сказываются на деятельности сердечно-сосудистой системы. Если вы ставите задачу снизить количество простудных заболеваний у школьников, то более эффективно выращивать в школе соответствующие растения, чем рассказывать учащимся том, какие факторы провоцируют заболевание, хотя и это, конечно же, надо делать.

Правильное моделирование по различным параметрам визуальной, звуковой, одорантной и тактильной среды помогает сохранять психическое здоровье учащихся в школе. А это ведёт, в свою очередь, к тому, что школьники учатся без лишнего напряжения, что сохраняет их физическое и совершенствует интеллектуальное здоровье.

В лаборатории среды и средовых исследований НИРО разработан семинар по влиянию компонентов среды на здоровье учащихся, по вопросам моделирования той среды, которая в данный момент будет работать на решение вашей педагогической задачи. На наш взгляд, создание здоровьесберегающей среды в школе целесообразно начинать с оформления учреждения такими компонентами, которые положительно влияют на физиологию и психику учащихся, способствуют поддержанию их физического здоровья, развитию интеллектуального потенциала, то есть с базовых аспектов средообразования, направленных на личность учащихся. И лишь затем приступать к аспектам, направленным на формирование здорового, природосообразного образа жизни.

[ 17 – 26 ]  
Концепции  
и системы

34

### Литература

1. Мануйлов Ю.С. Средовой подход в воспитании / Ю.С. Мануйлов. Костанай: МЦСТ, 1997. 224 с.
2. Барышников В.Я. Средовой подход в управленческой деятельности специалиста по физической культуре: дис. канд. пед. наук, 13.00.01, Елец, 2005 г.
3. Активное формирование здоровья детей (из 5-летнего опыта работы школы-комплекса № 115) / Под ред. Н.И. Соловьёвой. Пермь: Перм. гос. мед. академия, 1998. 218 с.