

Здоровьесберегающие технологии при обучении детей по системе В.Ф. Базарного

В.П. Щербинина

О массовом, практически всеобщем нездоровье наших людей и особенно молодёжи и детей сегодня пишется и говорится много. Здоровье детей, а в итоге и народа, год от года ухудшалось на протяжении второй половины XX столетия, — постоянно с тревогой отмечают специалисты. Более того, было установлено, что главным разрушителем здоровья каждого нового поколения оказалась школа — это признавали и признают практически все министры здравоохранения и образования.

Есть ли выход из этой ситуации? Выход есть.

Профессор, доктор медицинских наук В.Ф. Базарный разработал ряд технологий по здоровьесбережению детей¹.

Режим динамической смены поз

Максимально допустимая продолжительность времени нахождения в одной позе — 20–25 минут. Ребёнок сидит на уроке 40 минут. Не усади! — заповедь Базарного. Телесная стойка — это стойка психическая, стойка волевая. Достигается это за счёт специально сконструированных контролок, высота которых подбирается в соответствии с ростом школьника до оптимального уровня, чтобы ученик ни в коей мере не наклонялся при письме. А понятие стойкость? Образ счастливого, свободного человека — человека разогнувшегося, негибкого, волевого. Ребёнок должен двигаться, особенно мальчик, в 4–6 раз больше. Движение — это воздух, а без воздуха мы задыхаемся. Поэтому обучение в режиме постоянного движения позволяет развивать у учащихся зрительно-моторную реакцию, в частности — ориентацию в пространстве, в том числе реакцию на экстремальные ситуации, создать условия для проявления индивидуальных и возрастных особенностей детей, формировать на уроках атмосферу доверительных отношений, что позволяет говорить об организации обучения учащихся, которое в наибольшей степени послужит оптимальному общему развитию каждого ребёнка. Режим «динамической смены поз» повышает общую сопротивляемость организма к инфекционным заболеваниям, осуществляется профилактика близорукости, обеспе-

¹ Базарный В.Ф. Школьный стресс и демографическая катастрофа России: Сб. материалов // Академия медицинских наук, Сибирское отделение НИИ медицинских проблем Севера. Сергиев Посад: Научно-внедренческая лаборатория физиолого-защитных проблем образования Администрации Московской области, 2004.

чивается оптимальное функциональное состояние сердечно-сосудистой системы организма, стабилизируются процессы возбуждения и торможения в центральной нервной системе.

Упражнения на мышечно-телесную и зрительную координацию

Никакой преграды глазу! Урок проводится в режиме движения наглядного материала, постоянного поиска и выполнения активизирующих внимание детей заданий. Всевозможные карточки могут оказаться в любой точке класса. Дети ищут их, тем самым переключают зрение с ближнего на дальнее расстояние и наоборот.

Гендерный подход в обучении

Какими качествами должны обладать идеальные ученики, по мнению учителей? Прежде всего — это желание учиться, интерес к учёбе, трудолюбие, воспитанность, усидчивость. А вот если изменить вопрос: «Какими бы вы хотели видеть юношей и девушек, заканчивающих школу?», то ответы были бы совершенно другими. Мальчики должны, прежде всего, уметь принимать решение, быть уверенными в своих собственных силах, целеустремлёнными, умеющими нести ответственность за свои поступки, иметь собственное мнение, быть надёжными и мужественными. Никто даже не вспомнил об усидчивости, внимательности. Девочек же хотят видеть коммуникабельными, умеющими ладить с людьми, добры-

ми, женственными, мягкими, скромными, нежными, гордыми, с чувством собственного достоинства, а также уверенными в своих силах и умеющими принимать самостоятельные решения.

Значит, учим мы тех, кто желает учиться, трудолюбивых, умных, усидчивых, воспитанных, а получить на выходе должны умеющих принимать решение, уверенных в себе, да ещё мужественных юношей и женственных девушек. А кто же их этому будет учить? Из покладистых и усидчивых не вырастают самостоятельные и уверенные. Из «бесполох» учеников не вырастают настоящие мужчины и настоящие женщины — такие, какими бы мы хотели видеть своих мужей и жён, коллег и знакомых и тех людей, с которыми сводит нас жизнь. Для этого нам надо учить не просто учеников, а мальчиков и девочек.

Уже в младенчестве у мальчиков и девочек вызывают восторг совершенно разные объекты, предметы и явления природы. Мальчики тянутся к более низким звукам, к более крупным предметам, внимание же девочек сосредоточенно на более мелких предметах, в первую очередь, красивых куклах, и всём, что связано с жизнью этих «персон». Все соглашаются с тезисом: за юношей — мужчиной девушка как за каменной стеной. При этом мало кто задумывается: откуда возьмётся эта самая стена-крепость в юношах, если уже многие поколения мальчиков воссоздаются по женским «лекалам» чувств и эмоций, воспитываются по законам подавления и нейтрализации законов формирования у

² Еремеева В.Д. Мальчики и девочки. Учить по-разному, любить по-разному. М.: Изд. дом «Фёдоров», Учебная литература, 2007.

них воли, силы духа, храбрости, доблести, мужества, лидерства²?

Страшные цифры обнаруживают учёные: к девятому классу 96% юношей развиваются по женскому типу, у 60–70% девушек отмечаются симптомы мускулизации, т.е. развития по мужскому типу³.

Смешение девочек и мальчиков в школах по календарному возрасту ведёт к тому, что девочки на 2–3 года старше духовно и физически опережают мальчиков. Девочки невольно становятся духовными лидерами, «моделью», под «образ и подобие» которых стал подстраиваться мир мальчиков, что для мальчиков самое позорное и унижительное, буквально саморазрушительное переживание — быть слабее девочек. Что происходит с ними: у одних мальчиков формируются сугубо женские черты характера, у других складывается комплекс невротического неудачника. У девочек разрушается нравственное чувство стыда. А если к этому прибавить средства массового растления, т.е. наши средства массовой информации, то в итоге мы получаем: психические завихрения, сексуальный блуд, поиск вечных удовольствий и райских наслаждений, пиво, курение, наркотики.

Совместное обучение не исключает воспитания и формирования традиционно мужских и женских качеств. Разделение детей уже давно

практикуется на уроках физкультуры и технологии, а также некоторых внешкольных мероприятиях. Так что элементы гендерной педагогики давно применяются там, где это эффективно.

В классе мальчики и девочки... Как их учить? Умеем ли мы преподавать одновременно мальчикам и девочкам? А хорошо ли мы делаем, если начинаем обучать отдельно мальчиков и девочек?

Необходимость введения категории «гендерное измерение в образовании» обусловлена следующими факторами.

Во-первых, в последнее десятилетие именно гендерное измерение становится всё более важным в оценке основных доминант и болевых точек процессов общественного и личностного развития. Во-вторых, в педагогической теории до сих пор отсутствует направление, изучающее становление гендерной идентичности, несмотря на его безусловное значение для гармоничного и полноценного развития личности, общества.

Осуществлять гендерный подход в образовании детей — это значит действовать с пониманием социального, конструктивистского происхождения категорий «мужского» и «женского» в обществе, ставить личность и индивидуальность Ребёнка в развитии и воспитании выше традиционных рамок пола⁴.

³ Базарный В.Ф. Школьный стресс и демографическая катастрофа России. Сб. материалов // Академия медицинских наук, Сибирское отделение НИИ медицинских проблем Севера. Сергиев Посад: Научно-внедренческая лаборатория физиолого-защитных проблем образования Администрации Московской области, 2004; Базарный В.Ф. О трагических последствиях смешанного (бесполового) воспитания и обучения в школах // Образование и здоровое развитие учащихся: Матер. Всерос. форума с междунар. участием. В 3 ч. Ч. 3. М.: Ключ, 2005.

⁴ Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. М.: АРКТИ, 2005.

Принцип демократизации:

1) мальчики и девочки имеют равные права в получении знаний и участии в общественной жизни школы;

2) мальчики и девочки не противопоставляются друг другу, а взаимодействуют на основе партнёрских отношений. При возникновении конфликтных ситуаций в отношениях мальчиков и девочек они рассматриваются не как конфликт между представителями пола, а как конфликт между конкретными людьми.

Принцип гуманизации:

Равноправие не означает отрицание биологических и психофизиологических особенностей и различий, а даёт возможность более полной реализации способностей учащихся как представителей своего пола в учебной и внеучебной деятельности.

Принцип природосообразности:

Формы, методы и средства обучения выбираются с точки зрения их целесообразности и могут быть разными в классах мальчиков и девочек.

Принцип соответствия требованиям времени:

Взаимодействие с семьями учащихся строится на основе согласования целей, задач, воспитания и обучения и, как следствие этого, на основе единства действий, требований и уважения к Ребёнку как представителю своего пола.

Мы не предлагаем вам мужские и женские школы, а говорим о параллельно-раздельном обучении в пределах одной школы. Нельзя никогда забывать, что перед нами не просто дети, а мальчик или девочка с прису-

щими им особенностями восприятия, мышления, эмоций. Воспитывать, обучать и даже любить их надо по-разному.

Но:

— Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные даже по биологическому возрасту — девочки обычно старше ровесников-мальчиков. Обязательно очень любить.

— Не забывайте, что мальчики и девочки по-разному видят, слышат, осязают, по-разному осмысливают всё, с чем сталкиваются в этом мире. И уж конечно не так, как мы, взрослые.

— Помните, что, когда женщина воспитывает и обучает мальчиков (а мужчина — девочек), ей мало пригодится свой собственный детский опыт и сравнивать себя в детстве с ними — неверно и бесполезно.

— Не переусердствуйте, требуя от мальчиков аккуратности и тщательности выполнения вашего задания.

— Старайтесь, давая задания мальчикам как в д/с, так и в школе, и в быту, включать в них момент поиска, требующий сообразительности.

Не надо заранее рассказывать и показывать, что и как делать. Следует подтолкнуть ребёнка к тому, чтобы он сам открыл способ решения, пусть даже наделав ошибок.

— С девочками, если им трудно, надо вместе, до начала работы, разобрать принцип выполнения задания, что и как надо делать. Вместе с тем девочек надо постоянно учить действовать самостоятельно, а не только по заранее известным схемам, подталкивать к поиску.

— Не забывайте не только рассказывать, но и показывать. Особенно это важно для мальчиков.

— Помните, что мы часто недооцениваем эмоциональную чувствительность и тревожность мальчиков.

— Если вам надо отругать девочку, не спешите высказать своё отношение к ней — бурная эмоциональная реакция помешает ей понять, за что её ругают. Сначала разберите, в чем её ошибка.

— Ругая мальчика, изложите кратко и точно, чем вы недовольны, т.к. он не может долго удерживать эмоциональное напряжение. Его мозг как бы отключит слуховой канал, и ребёнок перестанет вас слышать и слушать.

— Прежде чем ругать ребёнка за неумение, попытайтесь понять причину его затруднений.

— Внимательно и терпеливо относитесь к ошибкам, связанным с асимметрией письма и чтения: зеркальное письмо, чтение и письмо справа налево. Дайте Ребёнку время перестроиться, если общепринятое направление ему не свойственно.

Спасём мальчиков, сэкономим мужчин — будет у нас народ. Оградим девочек от растлевающего влияния, дадим им идеалы добра, красоты, целомудрия — будет у нас крепкая семья. И родовое древо Беларуси, Родины нашей любимой, будет ещё долго и счастливо шуметь над миром.