

УДК 613.5

Нина Ивановна ЦВЕТКОВА, старший преподаватель кафедры охраны здоровья и ОБЖ Новосибирского института повышения квалификации и переподготовки работников образования, г. Новосибирск; e-mail: nina_czvetkova@bk.ru

Экологически сообразная здоровьесберегающая деятельность школы: новый подход

В статье рассматриваются подходы к организации экспериментальной работы по внедрению адаптивно-развивающей стратегии охраны здоровья школьников в рамках единого городского образовательного пространства, взаимодействия медицинских, педагогических работников, родительской общественности.

Ключевые слова: адаптивно-развивающая стратегия охраны здоровья, адаптация, индивидуальный стиль учебной деятельности, экологически сообразная образовательная среда.

Nina I. TSVETKOVA, senior teacher, Department of Health and Safety fundamentals, Novosibirsk Teachers' Upgrading and Retraining Institute, Novosibirsk; e-mail: nina_cvetkova@bk.ru

Health, Safety and Environment Friendly School Activity: a New Approach

The article considers organization of experimental work on the introduction of adapting and developing strategy of school students health care as a part of consolidated municipal educational collaboration of healthcare workers, teachers and parents.

Keywords: adapting and developing strategy of school students health care, adaptation, an individual style of teaching process, environment friendly educational system.

Опыт управления инновационными процессами в школе северной территории Восточной Сибири может быть полезен всем, кто стремится к системным преобразованиям в сфере экологического здоровьесберегающего образования. Север позволяет выявить влияние экологических факторов на здоровье человека, проживающего не только в Восточной Сибири, но и на всей ее территории.

Деятельность современного человека осуществляется под влиянием окружающей его среды: природно-климатических, социально-экономических, экологических условий. Среда жизни человека рассматривается как совокупность физических, химических, биологических, социальных, информационных факторов, которые влияют на жизнь людей прямо или косвенно.

Среда особенно актуальна для детского организма, поскольку в нем происходят интенсивные процес-

сы роста и развития, которые обуславливают высокую чувствительность ребенка к изменениям средовых воздействий. Физиология изучает не только внутренние механизмы саморегуляции физиологических процессов, но механизмы, обеспечивающие непрерывное взаимодействие организма с окружающей средой [7].

В результате такого взаимодействия организм адаптируется к данным условиям. Адаптация (от лат. adaptatio) — приспособление к постоянно меняющимся условиям существования. К одним факторам внешней среды организм адаптирован полностью, к другим — частично, к третьим не может адаптироваться из-за их крайней экстремальности. Скорость и полнота адаптации обуславливается эмоциональной устойчивостью, физической тренированностью, типологическими особенностями, полом, возрастом, этнической принадлежностью и другими факторами, определяющими состояние здоровья человека [7].

У приезжих жителей Севера длительное напряжение адаптации к неблагоприятным условиям приводит к истощению функциональных резервов регуляции, хронизации заболеваний и другим вариантам дезадаптации: «полярная болезнь», «синдром полярного напряжения», экологически обусловленный «северный стресс». Длительное напряжение адаптации к неблагоприятным условиям приводит к истощению функциональных резервов регуляции, к нежелательным изменениям в организме, хроническим заболеваниям [13].

Проживание в условиях Севера оказывает существенное влияние на психосоматическое здоровье школьника, его физическое и психическое развитие. Из-за недостаточной развитости регуляторных систем все процессы природной адаптации у детей идут с большим напряжением. В северных условиях на ребенка влияют и некоторые специфические природные факторы: длительность холодового и темного периодов приводят к световой и цветовой депривации; недостаток солнечного света и избыточное пребывание детей в закрытых помещениях ослабляют костно-мышечную систему, способность к адаптации, иммунитет; горная территория и болотистая местность вызывают кислородное голодание; дефицит йод-содержащих продуктов обуславливает высокий процент эндокринной патологии и так далее.

Поэтому для сохранения своего здоровья каждый человек, начиная с детства, должен знать индивидуально-типологические особенности регуляции своего организма, осознанно развивать ресурсы адаптации и самокомпенсации на основе обратной связи со своим организмом, что соответствует известному в экологии закону «мягкого управления» живыми системами [4, 6].

Под саморегуляцией, с одной стороны, понимается целенаправленная произвольная активность субъекта, сознательная регуляция своего поведения, сформированная в процессе научения. С другой стороны, возможности саморегуляции изменений в природных системах носят объективный, независимый от человека характер [4, 6].

Исследованиями показано, что не только глобальные экологические проблемы, но и проблемы здоровья человека — это следствие конфликта управления природными системами без учета законов саморегуляции. Примером такого конфликта является жесткое управление учебно-познавательной деятельностью детей без права выбора ее темпа, интенсивности, собственного познавательного интереса [4, 6].

Ведь у каждого ребенка природой заложен свой темп, способ работы с информацией, доминирующий канал ее восприятия (визуалы, кинестетики, тактильщики, аудиалы), функциональная организация мозга (левополушарные, правополушарные), тип функциональной конституции (спринтеры, стайеры, микстеры), которые необходимо учитывать при организации учебно-познавательной деятельности детей. Негативными последствиями информационных перегрузок

выступают психоэмоциональные расстройства, детские неврозы, вегетососудистая дистония, повышенное артериальное давление, нарушения репродуктивной системы и другие заболевания [7].

Сложившаяся в настоящее время неблагополучная ситуация с детским здоровьем требует учитывать не только личностные (социальные) особенности ребенка, но и его биологическую индивидуальную неповторимость. Это диктует необходимость включать в образовательный процесс методы, развивающие способность к пониманию, осмыслению изученного материала, готовности применить его в личностно-значимых ситуациях. Необходимо снижать долю репродуктивных методов обучения, авторитарного стиля взаимодействия, содействовать формированию индивидуального стиля учебной деятельности детей. Незнание педагогами своей и детской индивидуальности, несомненно, снижает возможность сохранения их здоровья. Неслучайно В. П. Казначеев отмечал, что обязательным требованием к учителю сегодня является наличие у него системного сознания, которое позволяет ему понять, принять и реализовать индивидуальность свою и других [3].

Опираясь на достижения науки, кратко изложенные выше, в системе школьного образования началось введение новой адаптивно-развивающей стратегии сохранения здоровья, направленной на формирование экологической культуры личности, лежащей в основе произвольной саморегуляции [7].

Это коснулось и школы № 15 г. Усть-Илимска: по статусу — бюджетной муниципальной общеобразовательной, федеральной инновационной площадки; по содержанию — экологосообразной, гуманизированной; по миссии — инновационной; по духу — нацеленной на устойчивое развитие.

В деятельности педагогов, школьных медицинских работников в настоящее время доминирует гигиенический подход к здоровому образу жизни, который, безусловно, имеет как преимущества, так и недостатки. В его контексте систематически проводятся гигиенические мероприятия по профилактике заболеваний, а также своевременной вакцинации школьников, пропагандируется соблюдение ими режима дня и двигательной активности для предупреждения умственных и физических перегрузок, осуществляется сбалансированное школьное питание, формируются представления школьников о роли закаливания организма и другое.

Но все отмеченные мероприятия не в полной мере формируют потребность в здоровом и безопасном образе жизни. Понятие «здоровый образ жизни» в школах и сегодня еще связывают с вредными факторами среды, способами их избегания.

Проведенные исследования показывают, что большинство детей начальной школы думает: чтобы не болеть, «надо тепло одеваться», «не бегать быстро», «не выходить на улицу» и так далее. Не изменяется эта по-

зиция и в подростковом возрасте, а дополняется лишь новым содержанием: чтобы не болеть, надо «не курить», «заниматься утренней зарядкой» [4, 10]. Эти суждения можно дополнить массой других примеров.

Экологическая культура по-прежнему сводится к охране окружающей природной среды. Недостаточно представляется другая сторона здорового образа жизни, которая учитывает индивидуальность человека и особенности его реагирования на воздействия окружающей среды (климат, метеоусловия, загрязнение окружающей среды, качество питания, вредные привычки и другое).

Вместе с тем, здоровый образ жизни выступает составной частью экологической культуры личности, которая, с одной стороны, включает активность человека по сохранению естественной среды обитания, биологического и культурного разнообразия, а, с другой стороны — укрепление и развитие внутренних ресурсов здоровья как биологических, так и психосоциальных, формирование экологической грамотности (это, как минимум, познание законов развития живых систем, экологических императивов), развитие экологического мышления, принятие экологических ценностей, этико-эстетического отношения к биосфере, себе, близким людям [4].

Альтернативным гигиеническому подходу к здоровью выступает адаптивно-развивающий. Его суть состоит в приоритетной направленности здоровьесберегающей работы школы на оптимизацию систем саморегуляции учебно-познавательной деятельности школьников, предупреждение педагогического управленческого стресса. Эта направленность достигается комплексными усилиями разных специалистов. Реализация адаптивно-развивающего подхода опирается на экологическое мышление и экологическое сознание [7].

Мы не сразу пришли к такому осмыслению. На первых порах руководствовались лишь традиционным гигиеническим подходом. Постепенно убеждались в эффективности качественно нового подхода к сохранению и укреплению здоровья школьников путем совершенствования ресурсов саморегуляции организма/личности ребенка и недостаточности гигиенического отношения к учебно-познавательной деятельности, реализующего стратегию защиты здоровья от неблагоприятных факторов.

Значительный вклад в это переосмысление внесли ряд адаптированных под руководством научных сотрудников, в том числе и в нашей школе, методик: супервизорства (автор Е. Н. Дзятковская); ранней диагностики возможных будущих учебных затруднений у дошкольников и первоклассников (автор О. В. Пулявская); ранней профилактики невротических и психосоматических расстройств у детей с тактильной дизгнозией (автор И. В. Белозерцева) и других иркутских ученых, сотрудников Института педиатрии и репродукции человека ВС НЦ СО РАМН (далее Научного цен-

тра проблем здоровья семьи и репродукции человека СО РАМН) и Института содержания и методов обучения РАО (далее Института стратегии развития образования РАО), начатых еще в 90-х годах.

Проблема сохранения здоровья не может быть решена путем оптимизации лишь отдельных его сторон. Были изучены научные труды в области медицины, психологии, гигиены, педагогики о влиянии школьных условий, факторов на рост, развитие и здоровье школьников.

Соответствие учебного процесса гигиеническим нормам еще не является гарантом его безопасности для здоровья школьников. «Цена» учебно-познавательной деятельности для здоровья зависит не только от школьной гигиены, но и от методики обучения, качества информации, стиля общения, соответствия школьных требований индивидуальным возможностям ребенка, от образовательной среды. Об этом свидетельствуют ряд исследований, проведенных А. Д. Адо, Ю. А. Александровским, А. В. Брушлинским, Л. Х. Гаркави, Е. П. Ильиной, Л. И. Колесниковой, Е. Н. Дзятковской, В. В. Долгих, В. В. Поляковой, Л. В. Рычковой и другими. Учеными отмечено, что реальность рисков образовательной среды для здоровья школьника в значительной степени определяется состоянием его регуляторных систем, их компенсирующими возможностями, адаптивными ресурсами, индивидуальным стилем его ведущей деятельности.

Сохранение здоровья школьников — проблема не только гигиеническая, но и медицинская. Следует отметить, что функционал школьного медицинского работника установлен приказом Минздрава РФ и Минобразования РФ № 186/272 от 30.06.1992 года и не потерял своей актуальности до сих пор. Более того, он получил свое развитие в адаптивно-развивающей стратегии охраны здоровья. В область медицинской деятельности вошли и методические вопросы, раскрывающие способы коррекции и компенсации информационных воздействий образовательной среды на здоровье ребенка. Это позволяет сбалансировать физиологическое и психологическое развитие ребенка, обеспечивает адаптацию школы к ребенку и ребенка к школе [3, 7].

Руководство школы пришло к важному выводу: реализация целостного подхода к механизмам саморегуляции детского организма/личности непременно требует комплексных усилий разных специалистов по организации и сопровождению учебно-познавательной деятельности школьника, созданию образовательной среды: административных работников, психологов, педагогов, воспитателей, дефектологов, логопедов, медицинских работников, родителей, самих обучающихся.

С позиций адаптивно-развивающей стратегии сохранения здоровья, образовательная среда школы — часть жизненной среды обучающихся, которая должна проектироваться совместно с ними.

В качестве дидактической единицы построения содержания была взята предложенная учеными систе-

ма «человек—деятельность—среда», применительно к школе: «школьник—его учебно-познавательная деятельность—информационно-образовательная среда»; «адаптация образовательной среды к ребенку и ребенка к образовательной среде» [4, 7]. Модель здоровьесберегающей работы в нашей практике обогащалась идеями о развивающей образовательной среде, адаптивном (компенсирующем) образовании. Соответственно, появилась возможность в здоровьесберегающую деятельность школы включить работу по предупреждению и преодолению учебных трудностей, рассматривать здоровье обучающихся как образовательный продукт. В нашем понимании адаптивно-развивающая стратегия ассоциировалась прежде всего с инновационными процессами.

Эта установка позволила включиться в инновационную и экспериментальную работу. В соответствии со статьей 20 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Экспериментальная и инновационная деятельность осуществляется в целях модернизации и развития системы образования с учетом основных направлений государственной политики в сфере образования. Экспериментальная деятельность направлена на разработку и внедрение новых образовательных технологий, образовательных ресурсов и осуществляется в форме экспериментов. Инновационная деятельность ориентирована на совершенствование научно-педагогического, учебно-методического, организационного, правового, финансово-экономического, кадрового, материально-технического обеспечения системы образования и осуществляется в форме реализации инновационных программ и проектов» [12].

С 2000 года в школе была начата работа по реализации многоэтапной образовательной программы «Школа — территория здоровья, устойчивого развития». В состав программы вошли взаимосвязанные проекты: «Построение развивающего образования в подростковой школе», «Разработка экологосообразных технологий обучения и воспитания школьников в условиях северного города», «Образование в области экологии и здоровья: национально-региональный компонент». Аprobация и внедрение УМК «Экология учебной деятельности».

В практике работы школы приоритеты с изучения экологии окружающей среды сместились на экологию человека, его деятельность, обеспечивающую экологическую безопасность и здоровье. Предпочтение в организации здоровьесберегающего образовательного процесса было отдано принципу экологической сообразности. Этот принцип шире, чем принцип природосообразности, поскольку включает в себя культуро- и социосообразность образовательной среды. Под экологосообразностью понималось, с одной стороны, сообразность образовательного процесса внешним климато-экологическим, природно-территориальным условиям, с другой стороны — индивидуальным воз-

можностям северного ученика. Таким образом, принцип экологосообразности предполагает адаптацию учебно-воспитательного процесса не только к индивидуальным и личностным особенностям обучающегося и педагога, но и к местной экологической ситуации, местному климату, рынку труда, социокультурным факторам, национальным традициям. К примеру, соотношение детей-спринтеров и стайеров не одинаково на юге и на севере Иркутской области, в районах, приравненных к условиям Крайнего Севера. По данным В. П. Казначеева, на Севере до 60 % стайеров, что соответствует адаптивным возможностям этого типа конституции. По нашим данным, в Усть-Илимске среди детей 7 лет количество стайеров в 4,5 раза больше, чем в Иркутске и Ангарске, расположенных на юге Иркутской области. Очевидно, это требует пересмотра временных параметров учебного процесса в условиях северных поселений. Показано, что если адаптация в школе протекает напряженно у 36 % спринтеров, то среди стайеров — у 90 %. У последних — еще и очень высокое напряжение сердечно-сосудистой деятельности. Ситуативная тревожность выше у спринтеров, а личностная — у стайеров [2–6].

Была выдвинута гипотеза: поскольку проживание в условиях Севера оказывает специфическое влияние на психику и физиологию ребенка, разработка и внедрение эколого-ориентированного содержания, технологий обучения и воспитания, направленных на формирование экологической культуры, может оптимизировать состояние здоровья школьника, компенсировать влияние неблагоприятных факторов, повысить уровень адаптированности к ним.

Для организации согласованной со всеми участниками образовательных отношений экспериментальной работы были определены экспериментальные и контрольные классы, назначены педагоги-экспериментаторы, спланирована программа совместной деятельности с привлечением к ней родительской общест-венности [14].

В школе формировалась структурно-функциональная модель управления экспериментальной деятельностью. В ее состав были обоснованно и поэтапно введены новые структурные подразделения, сформулированы стратегические направления деятельности, назначены их руководители.

В структуру входили: совет по стратегии развития школы; научно-методический совет; кафедра инновационной деятельности; опытно-экспериментальные группы; сетевые объединения субъектов инновационной и экспериментальной деятельности; педагогические мастерские; творческие межпредметные объединения; экспертные сообщества; межведомственные, социальные, педагогические партнерства; структуры государственно-общественного управления (Управляющий совет, Совет отцов, Совет родителей); мониторинговая служба. Работа строилась на основе индивидуальной, групповой, коллективной, исследователь-

ской и проектной, а также экспертной деятельности. А это, на наш взгляд, предупреждает изолированность и формализм в управлении экспериментальной работой.

Были разработаны модель медико-психолого-педагогического сопровождения детей по годам и ступеням обучения, программа оценки психофизиологического профиля класса, комплекс диагностических средств, позволяющий выстроить целостное видение ребенка как организма и как личности. На заседании балинтовских групп, консилиумов анализировались выявленные проблемы, намечались задачи по их реализации, которые учитывались педагогами при организации учебно-воспитательного процесса, родителей и детьми в программе совместных действий.

Большую роль в экспериментальной и инновационной работе играла научно-методическая служба. Под руководством научного руководителя школы через деятельность всех ее структурных методических подразделений решались задачи по овладению основами экспериментальной деятельности, направленной на:

- формирование представлений о сущности научного понятия «экологическая культура, здоровый и безопасный образ жизни»;
- обучение адекватной оценке состояния собственного здоровья;
- создание оптимальных условий, направленных на полноценное физическое и личностное развитие школьников с учетом их индивидуальных психофизических особенностей;
- содействие формированию у школьников способностей к саморазвитию и самопознанию, к самосовершенствованию через развитие их творческих и интеллектуальных возможностей.

Важная роль в решении поставленных задач принадлежала кафедре инновационного образования. В рамках ее работы осуществлялась исследовательская деятельность по решению поставленных задач, на основании которых определились направления исследовательской и экспериментальной деятельности:

1. Разработка модели субъектно-развивающей среды, экологического дизайна учебных кабинетов, школы в целом.
2. Разработка интегрированного эколого-ориентированного здоровьенаправленного предметного содержания образования.
3. Разработка экологосообразных технологий обучения и воспитания, критериев эффективности применения их в школе.
4. Разработка требований к организации современного урока, интегрированных структур учебной и воспитательной деятельности, обеспечивающих индивидуальную траекторию развития школьника.
5. Разработка модели развивающего экологосообразного управления школой.
6. Разработка комплексной программы по управлению качеством экологического здоровьесберегающе-

го образования в рамках межведомственного подхода и другое.

Данные направления предусматривали: создание здоровьесберегающих комфортных условий обучения и воспитания школьников; совершенствование организации современного урока на основе принципов здоровьесберегающего развивающего обучения, направленного на формирование положительной учебной мотивации, обеспечение комплексного подхода в управлении экологосообразным образовательным процессом.

На подготовительном и внедренческом этапе более 30 % педагогов школы были задействованы в экспериментальной деятельности по данным направлениям. В совместной работе анализировался опыт работы педагогов в организации учебно-познавательной деятельности, общении с детьми, выявлялись проблемы, исследовались причины их появления, определялись пути их устранения.

В ходе исследований решались вопросы:

- психосоциальных, психофизических особенностей детей, проживающих в условиях северного города по сравнению с детьми на юге Сибири;
- учет психологического (когнитивного, эмоционального) «портрета» ученика через изменение его информационного окружения, т. е. средств, технологий его обучения;
- специфики учебно-воспитательного процесса, связанного с особенностями механизмов регуляции в организме и личности человека, проживающего в условиях Севера (особенности нервно-психологической и эндокринной регуляций, защитно-приспособительных механизмов);
- как через технологии обучения и воспитания ребенка компенсировать его сенсорную, социальную депривацию, которые вызваны отсутствием вокруг ребенка мультисенсорной и полимодальной среды, ограниченного жизненного пространства, особенно в холодный период, скудностью психосоциального пространства;
- использование в учебно-воспитательном процессе накопленного человечеством (этносом) опыт выживания в условиях Севера;
- изменения, которые должны быть внесены в содержание экологосообразного образовательного процесса, его организацию;
- принципы управления экологосообразным образовательным процессом;
- личность учителя, стиль взаимодействия в детско-взрослом сообществе;
- роль взаимодействия с родителями по формированию экологически целесообразного, здорового образа жизни и т. д.

Для успешной реализации этих и других направлений в соответствии с образовательной программой школы были внесены изменения в штатное расписание, спланирована и организована многоэтапная опе-

режающая подготовка кадров с участием ведущих ученых страны в области образования, экологии, здоровья, разработана программа по созданию экодизайна школы, а также поэтапной реконструкции ее материально-технического оснащения и другое.

Так в школьные штаты были введены специалисты: научный консультант, заместитель директора по научно-методической работе, преподаватель-организатор ОБЖ, педагоги-психологи, логопеды, инструкторы лечебной физкультуры, администратор сайта, программист. В школе работали врач-педиатр, психотерапевт (на договорной основе). Накапливался опыт их взаимодействия по созданию здоровьесберегающих основ обучения, научно-методического, психолого-медицинского сопровождения экспериментальной работы.

С 2000 года осуществлялась системное повышение квалификации педагогических кадров под руководством научных сотрудников Иркутского ИПКРО, Института стратегии развития образования РАО, Научного центра проблем здоровья семьи и репродуктивного здоровья СО РАМН. На базе школы были проведены курсы повышения квалификации руководителей, психологов, учителей начальной школы, педагогов-предметников, воспитателей, педагогов дополнительного образования, социальных педагогов, медицинских работников.

Под влиянием системного взаимодействия науки и практики совершенствовалась и методика обучения и воспитания, основанная на ведущих принципах адаптивно-развивающей стратегии охраны здоровья, образования для устойчивого развития:

1. *Системности, комплексности*: усилиями всех участников образовательного процесса создавать микроклимат, уклад школьной жизни, положительно влияющих на эмоции, разум, душу, тело ребенка;

2. *Опосредованности*: искать в любом проявлении вредности, протеста, агрессии ученика причину, а не загонять ее во внутрь; прогнозировать в ребенке только положительное;

3. *Расширение поля разнообразия*: использование в организации образовательного процесса мультисенсорности, расширяющей рациональные способы восприятия школьником учебной информации, с опорой на разные анализаторы (зрительные, тактильные, слуховые).

4. *Поисковый режим регуляции*: свобода колебаний, ритмичность биопроцессов. Чем выше поисковая активность, тем шире адаптивные возможности человека (Н. И. Моисеев, 1990). Применительно к школе это означает свободу двигательного режима, творческого самовыражения, предоставление ребенку права в определении индивидуальной образовательно-оздоровительной траектории, обучение с учетом личных целей, своих возможностей, личностного содержания образования и т. д., адаптация педагогических технологий к конкретным условиям, контингенту обучающихся [3].

Данная экспериментальная практика показала, что экологосообразные технологии обучения и воспитания школьников в условиях северного города обеспечивают:

- интеграцию учебных предметов по способам учебно-познавательной деятельности;

- объяснение нового материала на основе мультисенсорности, с опорой на схемы, символы, таблицы, а также на чувства, эмоции ученика; движение вместе с ним от частного — к целому, к общему; от общего — к частному; от целого — к деталям и т. д.;

- включение в урок «эмоциональных качелей» (переход от переживания, сочувствия, огорчения к смеху, удовольствию, восторгу и наоборот); исключение эмоциональной монотонности;

- формирование и совершенствование способов учебно-познавательной деятельности, обеспечение ее творческого, поискового характера;

- освоение приемов быстрого запоминания, обобщения, регуляции внимания — овладение разными способами и формами учебно-познавательной деятельности;

- обучение приемам саморегуляции, самопознания; формирование базы интеллектуальных качеств: любознательности, критичности, самоконтроля, способности видеть проблемы;

- создание неагрессивной образовательной среды, психофизиологической совместимости в системе отношений «ученик—учитель»;

- формирование устойчивой учебной мотивации с учетом функционального состояния ребенка, его когнитивной индивидуальности;

- реализацию права ребенка на свободный выбор получения, обработки, кодирования информации с учетом его индивидуальности;

- познание ребенком своих индивидуальных сторон организма и личности: сильных и слабых сторон интеллекта, особенностей памяти, внимания, восприятия;

- контроль знаний с опорой на сильную интеллектуальную сторону ребенка, создание ситуации уверенности, защищенности, успеха;

- коррекцию имеющихся у ребенка личностных, психических, физиологических отклонений;

- гибкое использование системы оценок (не отметок), исключающей снижение отметок за низкую интенсивность учебного труда ребенка;

- многовариантность домашних заданий не только по содержанию, но и по способам его выполнения;

- снижение показателей общей заболеваемости детей, нервно-психических расстройств, заболеваний опорно-двигательного аппарата, костно-мышечной, пищеварительной систем, органов зрения;

- демократический тип взаимоотношений «учитель—ученик—родитель», поддерживающий здоровьесберегающую направленность обучения.

Изложение учебного материала мультисенсорно способствует развитию несформированной системы

восприятия ученика. Мультисенсорность предполагает опору на разные анализаторы (зрительный, тактильный, слуховой) для расширения рациональных способов восприятия информации.

Наша практика показала: экологосообразные здоровьесберегающие технологии дают возможность ориентировать программу и методики на конкретного ученика, учитывать его психофизиологические возможности, оказывать реабилитационное влияние на нервно-психические процессы, формировать индивидуальный стиль учебной деятельности школьника.

Таким образом, реализуемый в нашей практике адаптивно-развивающий подход к сохранению здоровья школьников направлен на повышение ресурсов его здоровья путем формирования умений учиться, сознательно управлять своим учением, овладевать рациональными приемами восприятия учебного материала, предотвращать учебные перегрузки. Адаптивно-развивающая направленность образовательного процесса предусматривает учет особенностей ученика, становление индивидуального стиля учебно-познавательной деятельности, неразрывно связанной с системой здорового образа жизни.

При таком подходе ученики определяют способы работы с информацией и информационной средой не в ущерб здоровью, включаются в самореализацию и в познание самого себя, своих индивидуальных особенностей: памяти, воли, внимания, силы нервной системы, скорости выполнения умственных действий, помогающих рационально организовать учебно-познавательную деятельность, самостоятельно контролировать качество выполненного задания, собственными волевыми усилиями поддерживать учебную мотивацию.

Адаптивно-развивающий подход раскрывает резервы саморегуляции детского организма, повышает его устойчивость к учебным нагрузкам, увеличивает умственную работоспособность школьника без ущерба здоровью.

Адаптивно-развивающая стратегия обеспечивает формирование универсальных учебных действий (далее УУД), которые выступают главным средством безопасности всех видов деятельности школьника, в том числе учебно-познавательной. УУД обеспечивают произвольную саморегуляцию учебной деятельности, осмысленный выбор способов обработки и преобразования информации, учебную мотивацию. Согласно ФГОС, умения организации учебно-познавательной деятельности обеспечиваются усвоением регулятивных и коммуникативных УУД; умения по определению способов работы с информацией — познавательными; учебная мотивация — личностными УУД [4, 11]. Сформированность таких умений значительно снижает риск учебных перегрузок, экономит время на выполнение учебных заданий, повышает результативность познавательной деятельности, адаптационные ресурсы организма/личности ребенка.

Адаптивно-развивающий подход предусматривает сознательное управление учебно-познавательной деятельностью на основе экологического императива, экосистемного подхода, экологического мышления, принципов саморегуляции природных систем. Такой подход, как показали комплексные медико-психолого-педагогические исследования, оказался результативным как для повышения успешности учебы, так и для сохранения здоровья школьников, независимо от индивидуальных психологических особенностей, экологических факторов окружающей среды, обученности. Вместе с этим повышается осведомленность школьников о способах экологически безопасного проживания в условиях экологически напряженной среды, адаптации к ней.

Новый подход сочетает в себе развивающую и адаптивную направленность образования, которая успешно реализуется на основе взаимодействия педагогических и медицинских работников, а также включением в этот процесс родителей школьников.

Создаваемый по каждому ребенку психофизиологический профиль дает возможность учителю, психологу, логопеду, педагогам-предметникам, воспитателям, медицинским работникам материал для обсуждения его на супервизорных группах и предоставляет возможность на этой основе определить программу индивидуального развития ребенка в школе, занятий с ним в домашних условиях. Такое целенаправленное воздействие на школьника позволяет формировать важные звенья экологически направленной учебно-познавательной деятельности: мотив к познанию, творческий поиск, ценностный выбор, практическая деятельность, способы ее познания. Однако и в отсутствие этого направления работы были отмечены положительные результаты в сохранении здоровья школьников при одновременном повышении качества обучения.

При таком подходе формируется положительная учебная мотивация, оптимизируются процессы произвольной и непроизвольной саморегуляции. Дети успешно овладевают навыками работы с различными источниками информации. Они способны осуществлять учебную деятельность на высоком уровне, в разных темпах, на основе регулируемого самоконтроля, уверенности в своих силах. Существенно улучшается психологический климат, эмоциональный настрой, конструктивное общение в семье. Снижаются затраты времени школьников на выполнение домашних заданий, которые чаще всего обучающиеся выполняют самостоятельно. Отмечается снижение тенденции ухудшения здоровья детей. Значительно уменьшается число пропусков занятий по болезни. Происходит снижение напряжения адаптации, оптимизируется ведущая деятельность: для младшего школьника — учебная; для подростков — общение; для юношеского возраста — профессиональная ориентация и социальная практика. Родители положительно оценивают обучение детей способам безопасной и ра-

циональной работы с информацией с использованием современных учебных методических комплектов «Экология учебной деятельности» и апробируемых в нашей практике, оценивают достаточный уровень адаптации при переходе из дошкольной среды в начальную, к предметному обучению в основной школе, профессиональному самоопределению в старшей школе.

Адаптивно-развивающий подход оказывает влияние на формирование нравственных качеств, межличностных отношений школьников. Дети умеют принимать позиции другого, терпимы друг к другу, умеют работать в парах сменного состава, в группах, владеют способами совместной групповой деятельности, умеют искать и находить решения на основе учета интересов членов команды. В классных коллективах устанавливается благоприятный психологический микроклимат, осознанно соблюдается культура общения. Формируется ценность здоровья, осознанная готовность к здоровому образу жизни, проявляется повышенный интерес к двигательной активности как к «мышечному удовольствию». Меняется отношение к этическим вопросам экологии. Формируется экологическое сознание, экологическая грамотность и, в целом, экологическая культура. Уменьшается число детей, готовых совершить противоправный поступок в отношении объектов природы, памятников природного и культурного наследия. Возрастает активное участие в проектировании совместно со взрослыми экологосообразной образовательной среды, экологоориентированной деятельности в природно-социальном окружении [4, 7].

Список литературы:

1. Гумилев Л. Н. Этногенез и биосфера Земли. Институт научной информации, Люберцы. Москва, 1994. 494 с.
2. Дзятковская Е. Н. Здоровьесбережение и экологическое образование в массовой школе. Монография. Иркутск : ИПКРО, 2009. 240 с.
3. Дзятковская Е. Н. Образование и ... или здоровье? Книга для учителя. М. : Центр «Образование и экология», 2007. 112 с. Изд. 2-ое.
4. Дзятковская Е. Н. Учебная культура школьников как фактор информационной безопасности его жизнедеятель-

ности (Интеграция экологического и здоровьесберегающего образования): Монография. М. : Центр «Образование и экология», 2012. 200 с.

5. Дзятковская Е. Н., Дьякова М. Б., Косоногова А. С., Нодельман В. И. Принципы формирования экологически направленного процесса образования: Межвузовский сборник научных трудов. ЦНТМ, Иркутск, 1996. 58 с.
6. Завлишина Д. Н. Психологическая структура способностей // Развитие и диагностика способностей. М. : Наука, 1991. С.28–38.
7. Колесникова Л. И., Дзятковская Е. Н., Долгих В. В., Поляков В. М., Рычкова Л. А. Адаптивно-развивающая стратегия сохранения здоровья: Монография. М. : Литтерра, 2015. 176 с.
8. Николаев М. Е. Российский Север — регион нового развития. <http://nlib.sakha.ru:83/index.php/ru/2008-11-21-09-00-12/667-2010-06-15-23-46-3> (дата обращения: 31.01.2017).
9. Основы государственной политики в области экологического развития Российской Федерации на период до 2030 года (утв. Президентом РФ 30.04.2012) http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_129117/ (дата обращения 30.12.2016).
10. Петрова А. Д. Представления младших школьников о ЗОЖ / Авто-реф. дис....к.пед.н. М., 2006. 24 с.
11. Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 (ред. от 31.12.2015) «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (Зарегистрировано в Минюсте России 01.02.2011 N 19644). http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_110255/ (дата обращения: 31.01.2017).
12. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. 19.12.2016) http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 31.01.2017).
13. Хаснулин В. И. Этнические особенности психофизиологии коренных жителей Севера как основы выживания в экстремальных природных условиях http://national-mentalities.ru/files/hasnulin_-_etnicheskie_osobennosti_korennyh_zhitelej_severa.pdf (дата обращения: 31.01.2017).
14. Цветкова Н. И. Практики социально-педагогического взаимодействия на примере экологического образования // Сибирский учитель. 2016. № 5. С. 102–109. ▲

Газета работников образования Новосибирской области

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ЭХО

Газета приглашает к сотрудничеству всех, кого занимают проблемы образования, кто хотел бы поделиться с коллегами интересными наблюдениями и замечаниями. Наш телефон: (383) 223-56-96.

Подписной индекс — 31523.

Газета «Педагогическое эхо» — ежемесячное издание, посвященное различным сторонам образования.

Так как газета выходит один раз в месяц, то главное для нее — не столько оперативность, сколько оригинальность и актуальность информации. Поэтому для нас очень важны материалы самих учителей и учеников о том, что происходит в школах города и области.

Газета приглашает к сотрудничеству всех, кого за-