

*Pulatjon A. Ismatov,
Lecturer,
Andijan State university*

Teacher 's role in Organizing Health-Saving Activity at Educational System

Key words: *teacher, health-preserving activities, students, psychology, physiology, methodology and methods, physical health practice.*

Annotation: *in this article, an attempt is made to reveal the expressed contradictions and to present our view on the tasks of a teacher in shaping the health of students.*

В настоящей статье будет представлена методология и методика практической реализации нашего подхода к оценке здоровьесберегающей деятельности. Мы считаем, что наиболее адекватным критерием эффективности такой деятельности образовательной организации является уровень здоровья участников образовательного процесса, количество лиц с различными психо-социальными аддикциями и состояние кадровой и материально-технической базы, необходимой для выполнения данных функций. Поэтому в учебные планы АндГУ подготовки бакалавров-педагогов всех профилей и магистров педагогического направления.

Психофизиологии здоровья, технологии скрининг диагностики физического и психического здоровья, методике оценки риска развития психо-социальных аддикций и социально-психологической адаптации учащихся и студентов, а также по педагогике здоровья. Это дало возможность готовить современные кадры для системы образования с учетом наших взглядов на здоровьесберегающую деятельность.

В основу методологического подхода оценки здоровья человека положены следующие принципы: 1) здоровье - это состояние целостности организма и его компонентов, которые характеризуют возможности и способности личности удовлетворять свои физиологические, психические и социальные потребности при совершенной адаптации к внешним экологическим и социальным условиям. 2) Уровень здоровья можно оценить количественно, если принять за основу величину резервных возможностей организма, обеспечивающих сохранение гомеостаза его внутренней среды при адаптации к постоянно меняющимся условиям внешнего мира (или нагрузкам). Это дает возможность использовать различные нагрузочные пробы для оценки резервных возможностей разных систем и всего организма в целом. 3) Организм и среда его обитания являются единым целым, что обуславливает взаимные влияния друг на друга. 4) Детский организм находится в постоянном развитии, поэтому параметры, характеризующие его здоровье, в онтогенезе изменяются. Следовательно, при оценке здоровья детей и подростков необходимо учитывать не только наличие или отсутствие имеющихся отклонений, но динамику состояния.

Эти принципы легли в основу разработанного нами компьютерного мониторинга здоровья. Мониторинг здоровья - это динамическая скрининг диагностика физического

развития, функциональных резервов организма, нейродинамических показателей нервной системы, психического состояния, адаптивных (резервных) возможностей, наличия психосоциальных рисков, характеристики среды обучения и воспитания.

Для оценки физического здоровья в условиях образовательной организации выбраны следующие критерии:

- Морфологические (уровень физического развития, тип конституции);
- Функциональные (функциональное состояние различных органов и систем в покое и после нагрузочных проб, функциональный тип конституции);
- Уровень развития физических качеств (физической подготовленности).

Психическое здоровье - это состояние благополучия, при котором человек может реализовать свой потенциал, справляться с обычными жизненными стрессами, продуктивно и плодотворно работать, а также вносить вклад в жизнь своего сообщества. Его можно оценить по состоянию психо-эмоциональной, интеллектуальной, поведенческой, мотивационной и волевой сфер. С этой целью применяется ряд общепринятых психологических методик, темперамент, уровень тревожности, стрессоустойчивости, агрессивности, память, внимание, тип личности, характер мышления, мотивации и т.д. Нет сомнения, что именно психическое здоровье участников образовательного процесса является одним из определяющих факторов успешности.

Наконец, нравственное, или социально-духовное здоровье, отражающее соблюдение личностью морально-этических и правовых норм, является основной целью воспитательного процесса - формирование достойных целей, ценностей, идеалов, способности к самореализации своих потенциальных возможностей.

При проведении мониторинга здоровья следует базироваться на следующих принципах:

- холистичность (целостность) оценки всех компонентов здоровья;
- единство организма и среды обучения и воспитания;
- количественная оценка уровня здоровья;
- индивидуальность оценки;
- динамичность наблюдений (не менее 1 -го раза в год; в идеале 2 раза: в начале и конце учебного года)
- интегративный подход (участие руководителей, психологов, преподавателей физкультуры и медицинских работников) в оценке здоровья.

Цель мониторинга здоровья учащихся: на основе данных об индивидуальных особенностях и возможностях организма обеспечить:

- сохранение здоровья в процессе индивидуального развития и обучения;
- профессиональную ориентацию для осознанного и адекватного возможностям организма выбора профессии;
- оценку здоровьесохраняющей деятельности образовательной организации;
- индивидуальный подход к организации учебно-воспитательного процесса и его коррекцию для достижения наибольшей эффективности;
- выявление лиц, имеющих риски развития различных психо-социальных зависимостей (алкогольной, наркотической, табачной, компьютерной и т.д.).

Понятно, что перечень показателей, используемых для мониторинга, может быть адаптирован для каждого учебного заведения в зависимости от кадрового и материально-технического потенциала.

Мониторинг здоровья педагогов позволяет, наряду с указанными задачами, провести:

- самооценку физических, психофизиологических, личностных, характерологических, профессионально-значимых качеств для самокоррекции и саморазвития;
- самооценку уровня социально-психологической адаптации и психологического климата в коллективе;
- предупреждение профессионального эмоционального выгорания.

На основе этих принципов разработаны и внедрены в систему образования Новосибирской области компьютерные программы комплексной оценки здоровья учащихся, студентов, педагогов, выявления лиц с риском развития психосоциальных зависимостей.

Достоинством предлагаемых электронных паспортов является:

- интегративный подход к здоровью как системному состоянию, включающему показатели физического, психического и социального уровней;
- компьютеризация всех данных, что позволяет создать банк здоровья различных возрастно-половых и профессиональных групп;
- количественное выражение показателей, обеспечивающее возможность динамического наблюдения и сопоставления уровня здоровья различных групп, образовательных учреждений, районов, т.д.;
- относительная простота и скорость обследования, не требующая дорогостоящего оборудования и больших временных затрат;
- возможность передачи результатов обследования по Интернету;
- вовлечение субъекта в сам процесс обследования, что повышает его личную заинтересованность в сохранении и развитии здоровья;

Опыт использования таких электронных паспортов получил одобрение педагогической общественности, самих обследуемых, привлек внимание средств массовой информации, показал свою востребованность и доступность для широкого использования в системе среднего и высшего образования.

References:

1. *Healthy lifestyle: [Internet] Available from: <http://mcrb2008.ru/zoi>*
2. *Zimbardo F, Leippe M. Social influence. 2001; 448.*
3. *Myers D. Social psychology. St. Petersburg, 2006; 794.*
4. *Bensley LS, Wu R. The role of psychological reactance in drinking follow in gal cool prevention messages: Journal of Applied Social Psychology, 21, 1991; 1111-1124.*
5. *Meyerowitz BE, Chaiken S. The effect of message framing the breast self-examination attitudes, intentions, and behavior: Journal of Personality and Social Psychology, 52, 1987; 500-510.*