

Ольга КЛЕЗОВИЧ,

кандидат педагогических наук, доцент,

декан факультета повышения квалификации специалистов образования ИПКиП БГПУ им. Максима Танка

Повышение квалификации педагогов дошкольного образования

Современная парадигма образования предъявляет высокие требования к профессионализму и компетентности педагогов в вопросах здоровьесбережения детей. Современному педагогу необходимо самому быть здоровым, сохраняя высокую работоспособность и творческое долголетие.

Категория «здоровье» является центральной в научном осмыслении понятия «здоровьесбережение», которое рассматривается преимущественно в рамках холистического подхода (Р. И. Айзман, Н. А. Агаджанян, А. А. Амосов, И. И. Брехман и др.) и предстаёт как взаимосвязь и взаимообусловленность *соматического, физического, психического, нравственного и социального компонентов*, зависящих от экологических, социальных и педагогических факторов и условий.

В современных условиях возрастает социальная и педагогическая значимость сохранения здоровья учащихся в процессе образовательной деятельности, когда здоровье рассматривается как образовательная ценность. На основе анализа работ по проблеме здоровьесбережения в целом и в образовании в частности (А. А. Амосов, О. С. Васильева, Н. К. Смирнов, А. М. Митяева, Г. С. Никифоров и др.) определена позиция в отношении базовых понятий «здоровье» и «здоровьесбережение». Ценность здоровья несомненна. Особенно ярко оценил роль здоровья в жизни человека известный русский врач и писатель В. В. Вересаев: «С ним ничего не страшно, никакие испытания, его потерять – значит потерять всё; без него нет свободы, нет независимости, человек становится рабом окружающих людей и обстановки; оно – высшее и необходимое благо, а между тем удержать его так трудно!» (Записки врача, – М., 1936. – С. 31).

Педагогическое управление процессом здоровьесбережения *предполагает уточнение и расширение представлений субъектов образовательного процесса о здоровье как ценности, что предполагает специальную организацию работы в данном направ-*

лении. Следует отметить, что представления педагога о здоровье как ценности входят в структуру базовой компетентности. Субъективная составляющая включает понимание педагогом ответственности за здоровье детей и за собственное здоровье [3].

Рассмотрение в педагогике здоровья как биологического и социального благополучия с позиции ценностного подхода даёт наиболее яркое представление о его роли как одном из главных факторов профессиональной подготовки педагога. Актуализация представлений у педагогов и у учащихся о здоровье может осуществляться посредством использования активных и интерактивных методов обучения, которые обеспечивают процесс акмеологизации в пяти пространствах:

1. *Ценностно-мотивационном* – проявляющемся в желании сохранить здоровье, целеустремлённости, активности, адекватной самооценке и адекватном уровне притязаний.

2. *Поведенческом* – характеризующемся степенью приверженности человека здоровому образу жизни, увлечённостью своей деятельностью, потреб-

ЗДОРОВЬЕ – это:

- субъективное чувство и объективное состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (*Всемирная организация здравоохранения, 1948 г.*);

- свойство человека выполнять свои биосоциальные функции в изменяющейся среде, с перегрузками и без потерь, при условии отсутствия болезней и дефектов (*Всемирная организация здравоохранения, 1968 г.*);

- нормальное состояние правильного функционирующего, неповреждённого организма (*Ожегов. Толковый словарь русского языка*);

- относительно устойчивое состояние, в котором личность хорошо адаптирована, сохраняет интерес к жизни и достигает самореализации (*Толковый словарь психологических и психоаналитических терминов*).

ностью к движению, стремлением к самосовершенствованию.

3. *Эмоционально-чувственном* – представляющим умение управлять своими эмоциями, осуществлять самоконтроль, чувствовать ответственность за результаты своей жизнедеятельности.

4. *Когнитивном* – выраженном в понимании того, как получать знания о здоровье, здоровом образе жизни и факторах, влияющих на здоровье.

5. *Рефлексивно-оценочном* – отражающем умение осознать и оценить свои внутренние переживания, связанные со здоровьем, способность оценивать своё состояние, размышлять над своим физическим и психическим состоянием.

Этимология слова «здоровье» (общеслав.) от *dogъ* – «дерево»; первоначальное значение слова «здоровье» – «подобный дереву» (по крепости, высоте).

В древние времена слово «здоровье» производилось иначе — *съдоровъ* и значило «крепкий, как дерево». *Съдоровъ* по происхождению связано с выражением *su-dogv-o*, что буквально значит: «из хорошего дерева». Известные с древнерусских времён приветствия «Здорово!», «Здравствуй!» образовались из пожелания быть твёрдым и крепким, «как лесное дерево» [2, с. 171].

Освоение воспитателями дошкольного образования методов и приёмов формирования вышеуказанных компетенций успешно осуществляется в процессе реализации образовательных программ повышения квалификации. Содержание специально разработанной и успешно апробированной образовательной программы повышения квалификации воспитателей дошкольного образования по теме «Здоровьесберегающая деятельность учреждения дошкольного образования» (на базе факультета повышения квалификации специалистов образования Института повышения квалификации и переподготовки БГПУ им. Максима Танка) позволяет осваивать специально адаптированные методики, которые могут использоваться в работе по формированию здоровьесберегающих компетенций как у детей, так и у их родителей.

Методики представлены далее в порядке реализации структуры занятия как «кейсы» с разными составляющими.

Аллитерация имени

Цель: актуализация проблемного поля понятия «здоровье».

Технология реализации: участники располагаются по кругу (стоя или сидя, желательно без

столов). Им предлагается на первую букву своего имени придумать слово-ассоциацию из области здоровья. Первый участник называет своё имя и слово-ассоциацию. Следующий участник называет имя и слово-ассоциацию первого, а затем своё имя и слово-ассоциацию. Далее участники называют имена и слова-ассоциации по принципу «снежного кома», начиная с первого участника.

Например:

Первый участник: «Марина – миролюбивая»...

Второй участник: «Марина – миролюбивая, Глеб – горячий»...

Третий участник: «Марина – миролюбивая, Глеб – горячий, Саша – сильный» и т. д.

Поменяйтесь местами

Цель: актуализация собственного отношения и деятельности по формированию собственного здоровья.

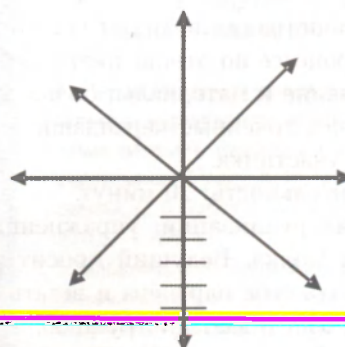
Продолжительность: 10–15 минут.

Технология реализации: все участники сидят в кругу. В центре располагается ведущий. Лишний стул убирается, а стоящий в центре ведущий произносит: «Поменяйтесь местами те, кто...» и задаёт условие, относящееся к большинству сидящих, обязательно о здоровье. Например: «Поменяйтесь местами те, кто сегодня делал зарядку». Все участники, к которым подходит это условие, должны быстро встать и пересесть на другое освободившееся место. Ведущий также занимает первое свободное место. Тот, кто остался без места, становится ведущим и задаёт следующее условие. Например, поменяйтесь местами с тем, кто любит кататься на коньках (улыбнулся утром родителем, поздоровался с одноклассниками и т. д.).

Паутина ценностей

Цель: определение места ценности собственного здоровья в иерархии ценностей.

Оборудование: листы бумаги формата А4 и ручки – по количеству участников.



Технология реализации: каждому участнику предлагается изобразить на листе бумаги «паути-

ну». Каждый луч разбивается на равное количество отрезков (5 или 10 (по желанию)). Участникам предлагается обозначить каждый луч в соответствии со сферой жизнедеятельности человека. Например, «семья», «хобби», «работа», «образование», «здоровье». Далее предлагается обозначить точкой значение каждой сферы жизнедеятельности (поставить отметку от 1 до 5). Затем изобразить вторую «паутину» и поставить значения каждой сферы жизнедеятельности в соответствии с тем, сколько реального времени и внимания участник ей уделяет.

Педагог предлагает проанализировать с участниками оценки, отражающие понимание ответственности и значения здоровья в жизни человека, и (как показывает практика) низкий уровень реальной деятельности, направленной на укрепление и сохранение собственного здоровья.

Заверши фразу

Цель: актуализация представлений участников о здоровье.

Технология реализации: каждому из участников по кругу предлагается завершить какую-либо фразу. Например: «Здоровье – это...», «Я здоров, когда...», «Быть здоровым – значит...», «Для того, чтобы быть здоровым, необходимо...» и др.

Педагог в итоге предлагает участникам назвать те фразы, которые их впечатлили, удивили или порадовали.

Цепочка пожеланий

Цель: формирование позитивного отношения к чужому здоровью.

Оборудование: вырезки из газет и журналов о здоровье.

Технология реализации: каждый участник зачитывает своё пожелание-вырезку и дарит его другому участнику. Выполняется упражнение, стоя в кругу.

Веди меня – иди за мной

Цель: демонстрация позиции педагога в образовательном процессе по отношению к ребёнку.

Оборудование и материалы: большое свободное помещение; незаточенные карандаши – по одному для каждого участника.

Продолжительность: 20 минут.

Технология реализации: упражнение выполняется в парах молча. Ведущий просит участников группы выбрать себе партнёра и встать вместе. Затем ведущий предлагает участникам

Ведущий. Встаньте лицом друг к другу. Подушечками указательных пальцев каждый из вас должен зафиксировать карандаш таким образом, чтобы

он находился между вами и партнёром, соединяя вас. Каждый участник одновременно поддерживает два карандаша – свой и партнёра.

Ведущий, выбрав себе пару, может продемонстрировать, как надо встать.

Ведущий. Сейчас вам предстоит вступить в контакт с вашим партнёром, пообщаться с ним необычным способом. Общение будет происходить молча, без слов. Оно будет заключаться во взаимодействии через карандаши. Вы можете делать любые движения руками, можете передвигаться по комнате. При выполнении движений карандаши не должны падать на пол. Желательно, чтобы вы смотрели не на руки партнёра, а ему в глаза, чтобы было легче установить контакт. Во время упражнения обращайтесь внимание на чувства, ощущения, мысли, ассоциации, которые будут у вас возникать.

По команде ведущего участники начинают «общаться» в парах. Каждая выбирает свой индивидуальный темп, ритм движений, между партнёрами устанавливается «свой контакт».

Это задание выполняют в течение 2–3 минут, потом ведущий предлагает каждому найти другого партнёра и выполнить это же задание.

Если партнёрам удаётся установить доверительный, устойчивый контакт, то они могут выполнять достаточно сложные действия (например, не отрывая рук, не роняя карандашей, встать спиной друг к другу, при этом скрестив руки над головами).

При выполнении упражнения ведущий может подсказать участникам, на что следует обратить внимание.

Ведущий. Отмечайте, в какой позиции находитесь вы и ваш партнёр, кто из вас ведущий, а кто ведомый. В какой позиции вы чувствуете себя комфортно? Как происходит процесс взаимодействия? Что вы хотите «сказать» своему партнёру?

Ведущий предлагает каждому сменить от пяти до семи партнёров. После выполнения упражнения все собираются в круг и обсуждают свои чувства, впечатления, ощущения. Ведущий уточняет, кто был ведущим, а кто только ведомым. Спрашивает у участников, должен ли педагог быть только ведущим, организатором образовательного процесса, или он может быть и «ведомым».

Одним из методов, позволяющих в рамках реализации позиций психологического здоровьесбережения актуализировать понимание проявлений завышенных требований к учащемуся (как нормально развивающемуся, так и с особенностями психофизического развития), является метод «Фундамент позитивной педагогики».

Цель: демонстрация ожиданий.

Необходимые материалы: ручка и лист бумаги формата А4 – по количеству участников; лист бумаги формата А3; маркер; доска.

Время проведения: 20–40 минут.

Ход работы: каждый участник рисует на листе таблицу из четырёх столбцов.

Ведущий предлагает представить учащегося с особенностями психофизического развития и написать в первом столбце в течение 5 минут его 5 отрицательных качеств. После выполнения этой части задания ведущий предлагает каждому озвучить перечисленные качества и сам записывает их на листе А3 или на доске. Повторяющиеся качества он записывает только один раз.

Затем ведущий предлагает участникам представить нормально развивающегося ребёнка и написать во втором столбце в течение 5 минут его 5 положительных характеристик. После выполнения этой части задания он просит каждого озвучить свой ответ и записывает положительные качества на листе А3 или на доске. Повторяющиеся качества он также записывает только один раз.

Ведущий предлагает представить учащегося с особенностями психофизического развития и в третьем столбце в течение 5 минут записать его 5 положительных характеристик. После выполнения данной части задания он просит каждого озвучить свой ответ и записывает положительные качества на листе А3 или на доске. Повторяющиеся качества он записывает только один раз.

Ведущий предлагает представить нормально развивающегося ребёнка и записать его 5 отрицательных характеристик в четвёртом столбце в течение 5 минут. После выполнения этой части задания он просит каждого озвучить свой ответ и записывает отрицательные качества на листе А3 или на до-



ске. Повторяющиеся качества он записывает только один раз.

После заполнения таблицы ведущий предлагает проанализировать общую таблицу, а также уточняет у участников, перечисление каких из характеристик вызвало наибольшие затруднения. Затем он предлагает обратить внимание на столбец, в котором перечислены положительные характеристики нормально развивающегося учащегося и обсуждает с участниками уровень их ожиданий (самостоятельный, трудолюбивый, инициативный, доброжелательный, послушный, усидчивый, дисциплинированный и др.).

Вывод: ожидания учителей в большинстве случаев достаточно и необоснованно высоки.

Список использованных источников

1. Варданян, М. Р. Влияние имиджа педагога на психологическое здоровье школьников // Журнал прикладной психологии. – 2006. – № 6 – 1. – С. 45–53.
2. Васильева, О. С. Психология здоровья человека: эталоны, представления, установки: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведения / О. В. Васильева, Ф. Р. Филатова. – М. : Издательский центр «Академия», 2001.
3. Здоровьесберегающие технологии в образовании детей с особенностями психофизического развития: учеб.-метод. пособие / С. Е. Гайдукевич, В. В. Радыгина, И. Ю. Евдокимова и др. – Минск : БГПУ, 2009.
4. Педагогический совет в общеобразовательном учреждении: пособие для рук., их заместителей, педагогов общеобразоват. учреждения / [сост. А. М. Городович, Т. В. Куратник, С. В. Курак]. – Мозырь : Белый ветер, 2010. – С. 86–117.
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н. К. Смирнов. – М. : АРКТИК, 2005.



Фото к статье О. Клезович