

УДК 371.7:373.3

Н. Н. Головина

Марийский государственный университет, Йошкар-Ола

**ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
В ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО НАРКОПРОФИЛАКТИКЕ
В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ**

В статье рассматриваются проблемы наркопрофилактики, приводятся примеры нормативных актов Правительства РФ и РМЭ по охране здоровья граждан в Российской Федерации, контролю за оборотом наркотиков, даны статистические данные, описывающие особенности организации наркопрофилактической работы в Российской Федерации в мировом сообществе. Цель статьи – опираясь на опыт реализации комплексных программ по наркопрофилактике, раскрыть возможности использования здоровьесберегающих технологий в практике работы по наркопрофилактике в начальной школе, показать перспективы использования целевых программ в данном направлении. В статье обосновывается возможность использования здоровьесберегающих технологий как средства наркопрофилактики в практике воспитательной и оздоровительной работы массовой школы, представлен опыт формирования здорового образа жизни в учебной и внеучебной деятельности, показаны статистические результаты успешности реализации наркопрофилактического проекта «Букварь здоровья» с обучающимися начальных классов. В заключении статьи содержится вывод о перспективности использования здоровьесберегающих технологий в организации работы по наркопрофилактике среди младших школьников, значимости формирования у них здравотворческой позиции.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, наркопрофилактика, наркотики, психоактивные вещества.

В современной России программы по формированию здорового образа жизни носят приоритетный характер. В Федеральном законе Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» в ст. 4 определены основные принципы охраны здоровья, среди которых особое место уделяется приоритетам охраны здоровья детей; в ст. 12 данного нормативного акта среди приоритетов профилактики в сфере охраны здоровья выделяется разработка и реализация программ формирования здорового образа жизни, в том числе программ снижения потребления алкоголя и табака, предупреждения и борьбы с немедическим потреблением наркотических средств и психотропных веществ [6]. Осознавая важность проблемы сохранения и укрепления здоровья детей, государство развернуло Президентскую кампанию под девизом «От здоровья детей – к здоровью нации». Цель кампании – интенсификация усилий общества по ускоренному достижению физического, духовного и нравственного здоровья подрастающего поколения.

В Республике Марий Эл в рамках Федеральной кампании «Дети России» были приняты и разработаны республиканские целевые программы «Здоровый ребенок» на 2009–2011 гг.; «Комплексные меры по противодействию злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту» на 2010–2012 гг. [3]. Это связано с тем, что в последние годы в нашей стране, как и во всем мире, наблюдаются высокие темпы роста числа больных наркоманией. Проблема усугубляется криминальной ситуацией, риском заражения различными инфекциями, включая и СПИД. При этом имеет место устойчивая тенденция к снижению возраста «первой пробы» наркосодержащих веществ, когда дети в возрасте 5–7 лет становятся наркоманами и токсикоманами. 97 % «первых проб» приходится на возраст до 17 лет, а основная масса – на 14–15 лет. Участились случаи приобщения к психоактивным веществам (ПАВ) детей 10–13 лет (отмечены случаи употребления ПАВ детьми 5–7 лет) [4].

В связи с этим вопросы организации наркопрофилактической работы выдвигаются на передний

план и становятся особенно актуальны в организации работы школы. Педагогическая наркопрофилактическая работа должна отражать наиболее значимые для каждого возраста проблемы, связанные с различными аспектами наркотизма. При работе с 7–9-летними детьми основное внимание уделяется предупреждению приобщения к употреблению табака и алкоголя. В 10–11 лет необходимо подходить к анализу вопросов, связанных с убежденным отказом от проб наркотиков и токсических препаратов. Ведущим фактором в организации наркопрофилактической работы является пропаганда здорового образа жизни и формирование основ здоровьесберегающей концепции у младших школьников, препятствующих вовлечению их в наркогенную ситуацию.

Комплексные программы по наркопрофилактике в школе используются во всех развитых странах мира. Так, рекомендуемая к использованию с 1999 г. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion (США). «Программа здравоохранения в школе» включает 7 основных модулей:

1) образование детей в сфере здоровья (Health Education);

2) программы и практические руководства по физической активности (Physical Activity Programs and Practices);

3) школьное питание (Nutrition Services);

4) медицинские услуги в школе (School Health Services);

5) психологическое и социальное консультирование (School Counseling, Psychological and Social Services);

6) повышение квалификации работников школ в области здравоохранения (School – Site Health Promotion for Staff);

7) активное участие семьи и общества (Family and Community Involvement) [4].

В ходе изучения теоретических материалов и практического опыта мы можем отметить, что к настоящему времени разработано немало достаточно эффективных программ для разных классов массовых школ по проблемам профилактики вредных привычек и наркозависимости [4, с. 6]. В начальной школе одним из средств в работе по наркопрофилактике может стать востребованность использования педагогами здоровьесберегающих технологий в воспитательно-образовательном процессе. Мы в своей практике определили использование здоровьесберегающих технологий как один из ведущих методов, способствующих наркопрофилактике среди младших школьников

нашей республики. Под здоровьесберегающими технологиями следует понимать систему мер по охране и укреплению здоровья обучающихся, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды и условия жизни ребенка, формирующие здоровье [7, с. 85]. Также здоровьесберегающие технологии можно определить как совокупность приемов, методов, методик, средств обучения и воспитания, при которых выполняются следующие основные требования:

– исключение чрезмерной интеллектуальной, эмоциональной, физической нагрузки, позволяющее добиться оптимальных результатов при минимальных затратах времени и сил школьника;

– исключение факторов, негативно влияющих на психическое состояние ребенка (авторитарное давление, бестактность и т. п.);

– обеспечение благоприятного морально-психологического климата в классе, способствующего сохранению и укреплению психического и духовно-нравственного здоровья;

– учет индивидуальных особенностей ребенка, его возможностей и способностей.

Термин «здоровьесберегающие образовательные технологии» можно рассматривать и как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения.

В настоящее время разработано много здоровьесберегающих технологий, например, технология саморазвития Марии Монтессори, технология психологического сопровождения учебной группы (ТПСУГ), разработанная М. Ю. Громовым и Н. К. Смирновым, технология уровневой дифференциации обучения на основе обязательных результатов В. В. Фирсова, технология раскрепощенного развития детей, разработанная физиологом В. Ф. Базарным, программа Г. К. Зайцева «Расти здоровым» (1–4 классы), программа В. Н. Касаткина «Педагогика здоровья» (1–4 классы), технологии развивающего обучения, технологии игровых форм обучения, технологии проектирования и моделирования и другие, которые имеют огромное значение в сохранении и укреплении здоровья учащихся. Развивающийся человек большую часть времени проводит в школе, и именно школе принадлежит ведущая роль в развитии у детей позитивного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. В младшем школьном

возрасте происходит интенсивный рост организма и мыслительных способностей, поэтому это наиболее предпочтительный возраст для формирования основ здорового образа жизни. Воспитание у младших школьников здорового образа жизни требует модернизации содержания учебных предметов и применения здоровьесберегающих технологий.

Экспериментальное исследование по использованию здоровьесберегающих технологий в организации работы по наркопрофилактике проводилось на базе МБОУ СОШ № 27 г. Йошкар-Олы в рамках реализации наркопрофилактического проекта «Букварь здоровья» на период с 2010 по 2014 гг. В эксперименте участвовали учащиеся 1–4 классов, которые были подразделены на две группы «экспериментальные» и «контрольные» классы. В экспериментальную группу вошли учащиеся всех параллелей, в классах, педагоги которых реализовывались технологии здоровьесбережения, что составило половину всей выборки.

Для определения уровня сформированности знаний о здоровье, здоровом образе жизни и отношении к неприятию психоактивных веществ (ПАВ) всем учащимся была предложена анкета «Я и мое здоровье». Вопросы анкеты были направлены на раскрытие готовности детей к ведению собственного здорового образа жизни (ЗОЖ), включая их представления о состоянии своего здоровья, отношении к физическим упражнениям, стремления к ЗОЖ, готовности отказаться от любых форм использования ПАВ.

По результатам констатирующего эксперимента можно свидетельствовать о том, что в экспериментальных и контрольных классах (рис. 1) уровень сформированности знаний о здоровье, ЗОЖ и отношении к неприятию ПАВ приблизительно одинаков, и находится на среднем уровне.

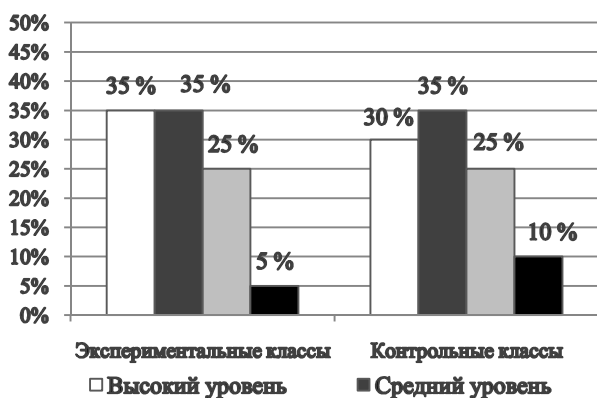


Рис. 1. Уровни сформированности знаний о здоровье, ЗОЖ и отношении неприятия ПАВ в экспериментальном и контрольном классах

Формирующая работа была направлена на реализацию здоровьесберегающих технологий в деятельности по наркопрофилактике. В ходе реализации наркопрофилактической работы мы опирались на технологию В. В. Фирсова по созданию в школе обстановки комфортного психологического климата, отношения нетерпимости к употреблению любых видов психоактивных веществ (ПАВ), формированию альтернативной «моды» на здоровый образ жизни, гордости за свою способность противостоять этим соблазнам. Вся эта работа была: а) методически обоснована и системно встроена в общешкольную программу противодействия распространению вредных привычек; б) осуществлена психологически грамотно, с доминирующей позитивной ориентацией (не «против вредных привычек», а за «полезные привычки»; не «против наркотиков», а «за счастливую жизнь и крепкое здоровье», иначе легко перейти грань, когда профилактический эффект замещается стимулирующим, что нередко и происходит).

Большие возможности в формировании у младших школьников здорового образа жизни были заложены в содержании учебных предметов начальной школы. Так, программа по математике в младших классах предусматривала важные требования к учителю, заинтересованному в формировании у своих учеников положительного отношения к здоровью, здоровому образу жизни. Учителя не должны допускать перегрузки учащихся учебным материалом как на уроках, так и в домашних заданиях. На каждом уроке они заботились о рациональной смене видов деятельности, проводили 1–2 физкультминутки, способствующие разрядке и снимающие утомление детей.

На уроках русского языка знакомили с правилами гигиены письма, чтения, формировали и закрепляли гигиенические навыки чтения и письма (то есть правильной посадки, формирующей в дальнейшем красивую осанку; положение книги при чтении, тетради при письме для щадящего отношения к зрению). Природоведение как учебная дисциплина обладала специфическими возможностями воздействия на развитие интеллектуальных, нравственных качеств личности ребенка, так как в основе ее содержания лежал комплексный подход к изучению жизнедеятельности общества и его взаимодействия с природой. Уроки физической культуры закрепляли и совершенствовали двигательные навыки, обогащали двигательный опыт с помощью освоения новых, более сложных двигательных действий. Особенно значимы в этом плане были уроки естественнонаучного

цикла – «Природоведение», «Окружающий мир» и др., своим содержанием непосредственно направленные на формирование положительного отношения к здоровому образу жизни.

Наряду с формированием у школьников положительного отношения к здоровому образу жизни, мы воспитывали у них отрицательное отношение к антисоциальным проявлениям: наркомании, курению, алкоголизму, так как среда и окружение ребенка не всегда является собой положительный пример. Большими возможностями в этом отношении обладала внеурочная работа, как по изучаемому предмету, так и в процессе внеклассной воспитательной деятельности. Также ежедневно учитель включал в свои уроки оздоровительные минутки или «минутки здоровья» – это комплексы упражнений для укрепления позвоночника, стоп, рук, для красивой осанки, снятия усталости, упражнения для глаз и упражнения на релаксацию, а также проводил «пятиминутки здоровья» – беседы на различные темы о ЗОЖ. Приветствовалось использование в процессе работы дополнительного материала, дидактических карточек, тестов, программированного опроса, творческих заданий на дом, что вносило в урок определенную эмоциональность, способствовало активизации познавательной деятельности учащихся, положительно влияло на переосмысление ценностей по отношению к здоровью и к здоровому образу жизни. Обязательными в школе были выставки книг, посвященные здоровому образу жизни, вреду наркотиков и ПАВ, проводились конкурсы рисунков на тему: «Здоровье и я», оформлялись классные «Уголки здоровья». Исключалась возможность распространения в школе и вокруг нее наркосодержащих веществ.



Рис. 2. Уровни сформированности знаний о здоровье, ЗОЖ и отношения неприятия ПАВ в экспериментальных и контрольных классах на контрольном этапе исследования

По результатам формирующей работы была отслежена динамика сформированности знаний о здоровье, ЗОЖ и отношения неприятия ПАВ в экспериментальном и контрольном классах. Как свидетельствуют данные использование здоровьесберегающих технологий в школьной среде принесло положительные результаты по формированию у детей ЗОЖ, неприятия ПАВ.

Таким образом, наши исследования показали, что использование здоровьесберегающих технологий в организации работы по наркопрофилактике в начальной школе способствует формированию достаточно прочных знаний о здоровье, ЗОЖ и неприятии ПАВ в среде младших школьников. Роль здоровьесберегающих технологий в организации работы достаточно велика, поскольку они способствуют формированию у младших школьников прочной здравотворческой позиции. Использование здоровьесберегающих технологий в учебном процессе позволяет учащимся более успешно адаптироваться в образовательном и социальном пространстве, раскрывать свои творческие способности, а учителю эффективно проводить наркопрофилактическую работу, формировать стойкую мотивацию учащихся к отказу от употребления наркосодержащих веществ.



1. Коротков С. Г., Крылов Д. А. Особенности организации производственной практики будущих бакалавров профессионального обучения // Вестник Марийского государственного университета. 2015. № 1 (16). С. 26–30.
2. Министерство образования РФ. О работе экспериментальных общеобразовательных учреждений по направлению Здоровьесберегающие технологии: Письмо Минобрнауки РФ от 26 авг. 2002 г. № 13-51-104/13 // Вестник образования. 2002. № 19. С. 47.
3. Министерство здравоохранения РМЭ [Электронный ресурс] / Республиканская целевая программа «Комплексные меры по противодействию злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту на 2010–2012 годы»: утверждена постановлением Правительства Республики Марий Эл от 11 сентября 2009 г. № 208. URL: <http://portal.mari.ru/minzdrav/Pages/programms.aspx> свободный. Заглавие с экрана.
4. Наркотики.РУ [Электронный ресурс] / О наркоситуации в Российской Федерации: вызовы и угрозы. Электронные данные. М., 2008. URL: <http://www.narkotiki.ru> свободный. Заглавие с экрана.
5. Профилактика наркомании: Методические рекомендации / авт.-сост. М. В. Кривец. Йошкар-Ола: ГОУ ДПО (ПК) С «Марийский институт образования», 2005. 36 с.
6. Российская газета [Электронный ресурс] / Федеральный закон Российской Федерации от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации». URL: <http://www.rg.ru/2011/11/23/zdorovie-dok.html> свободный. Заглавие с экрана.

7. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы. М.: Аркти, 2003. С. 84–89.

1. Korotkov S. G., Krylov D. A. Osobennosti organizatsii proizvodstvennoi praktiki budushchikh bakalavrov professional'nogo obucheniya, *Vestnik Mariiskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2015, No. 1 (16), pp. 26–30.

2. Ministerstvo obrazovaniya RF. O rabote eksperimental'nykh obshcheobrazovatel'nykh uchrezhdenii po napravleniyu Zdorov'esberegayushchie tekhnologii: Pis'mo Minobrazovaniya RF ot 26 avg. 2002 g. No. 13-51-104/13», *Vestnik obrazovaniya*, 2002, No. 19, p. 47.

3. Ministerstvo zdravookhraneniya RME [Elektronnyi resurs], Respublikanskaya tselevaya programma «Kompleksnye mery po protivodeistviyu zloupotrebleniyu narkotikami i ikh nezakonnomu obrotu na 2010–2012 gody»: utverzhdena postanovleniem Pravitel'stva Respubliki Marii El ot 11 sentyabrya 2009 g.

No. 208, URL: <http://portal.mari.ru/minzdrav/Pages/programms.aspx> svobodnyi. Zaglavie s ekrana.

4. Narkotiki.RU [Elektronnyi resurs], O narkosituatsii v Rossiiskoi Federatsii: vyzovy i ugrozy. Elektronnye dannye, M., 2008, URL: <http://www.narkotiki.ru> svobodnyi. Zaglavie s ekrana.

5. Profilaktika narkomanii: Metodicheskie rekomendatsii, avt.-sost. M. V. Krivets. Ioshkar-Ola: GOU DPO (PK) S «Mariiskii institut obrazovaniya», 2005, 36 p.

6. Rossiiskaya gazeta [Elektronnyi resurs], Federal'nyi zakon Rossiiskoi Federatsii ot 21 noyabrya 2011 g. № 323-FZ «Ob osnovakh okhrany zdorov'ya grazhdan v Rossiiskoi Federatsii». URL: <http://www.rg.ru/2011/11/23/zdorovie-dok.html> svobodnyi. Zaglavie s ekrana.

7. Sмирнов Н. К. Zdorov'esberegayushchie obrazovatel'nye tekhnologii v rabote uchitelya i shkoly, M.: Arkti, 2003, pp. 84–89.

Статья поступила в редакцию 14.10.2015 г

UDK 371.7:373.3

N. N. Golovina

Mari State University, Yoshkar-Ola

USE OF HEALTH SAVING TECHNOLOGIES IN THE ORGANIZATION OF WORK ON DRUG PREVENTION AT PRIMARY SCHOOL

The article deals with the problem of drug prevention. The study gives examples of regulations of the Government of the Russian Federation and Mari El Republic on health protection of citizens in the Russian Federation for Drugs Traffic Control. The statistics describe the features of the organization of drug prevention work in the Russian Federation and in the international community. Purpose of the article is - using the experience of the implementation of comprehensive programs on drug prevention, to disclose the possibility of using health saving technologies on drug prevention in elementary school, and to show prospects for the use of targeted programs in this direction. The article explains the use of health saving technologies as the means of drug prevention in the practice of educational and health work in regular school. The study presents the experience of a healthy lifestyle in educational and extracurricular activities, and shows the statistical results of successful implementation of the drug preventive project "The ABC Book of Health" with the students of primary classes. The article concludes perspectives of health saving technologies in the organization of work on drug prevention among the younger students, and the importance of the formation of their healthy position.

Keywords: health, health saving technologies, healthy lifestyle, drug prevention, drugs, psychoactive agents.