

**Панина Светлана Викторовна**

кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры педагогики  
Педагогического института  
Северо-Восточного федерального университета  
dom-hors@mail.ru

**Бараксанова Елизавета Афанасьевна**

доктор педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой компьютерных  
технологий обучения  
Педагогического института  
Северо-Восточного федерального университета  
dom-hors@mail.ru

## **ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В КОНТЕКСТЕ ЦИФРОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

---

---

**Аннотация:**

*В статье рассматриваются вопросы применения здоровьесберегающих технологий в учебном заведении в условиях цифрового образования. Приводится практический опыт по формированию здоровьесберегающей среды школы.*

**Ключевые слова:**

*здоровьесберегающие технологии, информационно-коммуникационные технологии, цифровое образование.*

---

---

**Panina Svetlana Viktorovna**

PhD in Education Science, Assistant Professor of  
the Education Science Subdepartment,  
Pedagogical Institute,  
North Eastern Federal University  
dom-hors@mail.ru

**Barakhsanova Elisaveta Afanasyevna**

D.Phil. in Education Science, Professor,  
Head of the Subdepartment  
for Computer Technologies in Education,  
Pedagogical Institute,  
North Eastern Federal University  
dom-hors@mail.ru

## **HEALTHCARE TECHNOLOGIES IN THE CONTEXT OF COMPUTER-BASED EDUCATION**

---

---

**Summary:**

*The article deals with application of the healthcare technologies in the educational institution in the context of the computer-based education. The authors consider the experience in formation of the health care environment in a school.*

**Keywords:**

*health care technologies, information and communication technologies, computer-based education.*

---

---

Современное общество испытывает потребность в творческой, самостоятельной, активной личности, с ярко выраженными индивидуальными качествами, способной, реализуя свои личностные запросы, решать и проблемы общества. Одним из самых важных факторов для успешной социализации ребенка, его дальнейшего становления как личности, является его психическое и физическое развитие, и в развитии здорового человека, привития ему с юного возраста культуру здоровья, главную роль играет школа. Если обратиться к школьным проблемам, то специалисты выделяют учебную перегрузку, школьные стрессы; вредные привычки; неправильную организацию физической активности; организацию питания школьников и педагогов; недостатки материально-технического оснащения (освещение, климатконтроль, размеры мебели и т.д.); низкий уровень культуры здоровья; недостаточную работу с семьей в аспекте здоровьесбережения; недостаточный уровень компетентности педагогов в данных вопросах школьников, и профессионального здоровья [1].

Информатизация системы образования предполагает активное использование средств информационно-коммуникационных технологий в образовательном процессе, однако при внедрении ИКТ в процесс обучения и воспитания, необходимо учитывать возникновение рисков, которые влекут за собой не только «экономические» последствия, но и видоизменение организации учебного процесса и методики обучения. В настоящее время учащиеся предпочитают общаться и получать информацию из сети Интернет, поэтому зачастую исследователи указывают на то, что отказ отключения от информатизации равносителен отказу от социализации личности. Ведь используя широкий потенциал цифровой коммуникации, педагог получает возможность воздействовать не только на сознание учащихся, но и на их подсознание. Как справедливо отмечает Е.Е. Сивоконь, несмотря на значимость средств ИКТ, при организации процесса обучения и воспитания необходимо учитывать следующие риски: технико-машинной зависимости; технократической социализации; дезориентации; возникновения синдромов авитализма и виртуализма (замена реальности на «виртуальность»): обеднение эмоциональной сферы при увеличении чувства безнаказанности и вседозволенности. Исследователь определяет риски, связанные с психическим и физическим здоровьем учащихся: информационная нагрузка; высокая

эффективность обучения – достигаются только в том случае, когда оборонительные реакции (отрицательные эмоции) вовлекаются в минимальной степени. Избыточное количество информации может вызвать состояние сонливости. Все перечисленные риски ведут к возможности потери здоровья школьников за счет информационной перегрузки [2].

Для уменьшения вероятности возникновения рисков, связанных со здоровьем, следует использовать здоровьесберегающие технологии, при реализации которых решается задача сохранения здоровья и учащихся и педагогов. Данные технологии представляют собой систему мер, учитывающую важнейшие характеристики образовательной среды, реализованную на базе средств ИКТ, а также условия жизни учащегося, воздействующие на здоровье. Здоровьесберегающие технологии используются в образовательном процессе и направлены на пользу здоровья учащихся, то есть представляют собой совокупность медицинских и педагогических приемов, технологий, мероприятий, обеспечивающих мониторинг здоровья и контроль над воздействием факторов среды учебного заведения, способных нанести потенциальный вред здоровью учащихся и педагогов.

Требование сохранения здоровья учащихся находится на первом месте в иерархии запросов к результатам общего образования. По материалам проекта «Федеральные государственные образовательные стандарты (далее – ФГОС) нового поколения» большинство опрошенных среди всех заинтересованных групп (семей, школьных специалистов, педагогической общественности, медицинских ассоциаций и т.п.) включают данный пункт в первую пятерку запросов участников образовательного процесса [3]. В нормативно-правовых документах российского образования указаны важные задачи школы: обеспечение индивидуального подхода, минимизирующего риски для здоровья в процессе обучения; создание комфортных условий для учебного процесса; создание мотиваций и условий для здорового образа жизни. ФГОС общего образования нового поколения впервые определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, и его сохранение и укрепление – в качестве приоритетного направления деятельности отечественной школы.

Так на базе СОШ № 21 г. Якутска организована опытно-экспериментальная работа по моделированию здоровьесберегающей среды школы. Начиная с пятого класса, все учащиеся записываются в школьные секции по направлениям: спортивное ориентирование и туризм, волейбол, баскетбол, мини-футбол, бокс и кикс-боксинг, атлетическая гимнастика, легкая атлетика, ОФП для группы здоровья. Занятия в секциях ведут не только школьные учителя физической культуры, – привлекаются тренеры из детских спортивных школ. Данная модель организации учебно-тренировочных занятий имеет следующие преимущества: повышается уровень мотивации к занятиям физкультурой и спортом среди учащихся; оказывается более глубокий эффект оздоровления и развития организма детей; возникает стойкая привязанность к здоровому образу жизни (как показывает практика, большинство школьников-разрядников (на уровне юношеских массовых разрядов) на всю жизнь остаются в спорте, занимаясь в последующем «для себя» и привлекая к занятиям спортом своих близких); разгружаются спортивные залы; оптимизируется расписание уроков. Целью деятельности образовательного учреждения является создание и апробация организационно-функциональной модели системы занятий физической культурой, формирования культуры здоровья обучающихся школы на основе дифференцированного подхода, ориентированного на индивидуальное развитие личности. Также школа имеет статус Ресурсного центра Института развития образования и повышения квалификации Министерства образования Республики Саха (Якутия) по теме «Формирование здоровьесберегающей среды школы». В связи с этим организовываются проблемные курсы повышения квалификации учителей физической культуры, тренеров ДЮСШ, инструкторов ДОУ; разрабатываются научно-методические материалы; создаются электронные учебные методические материалы (далее – ЭУМК) по физической культуре (подготовка к олимпиадам, тесты и т.п.); ведутся «Страницы здоровья» на школьном сайте, тем самым способствуя развитию информационного образовательного пространства школы в сфере формирования культуры здоровья посредством совершенствования динамического WEB-сайта. Так, в школе функционирует информационная локальная сеть из более ста компьютеров с выходом в сеть Интернет. Она позволяет проводить занятия для слушателей с применением ИКТ-технологий, предметных кабинетов, оснащенных интерактивными досками, стационарно установленных медиа проекторов, рабочих станций учителя; в библиотеке создана зона свободного доступа в интернет для учащихся, имеются два компьютерных класса, студия компьютерного дизайна и видео. Библиотека школы полностью укомплектована основной учебной и художественной литературой, содержит большое количество методических и дидактических материалов и наглядной информации здоровьесозидающей направленности, доступных педагогам, учащимся и родителям. На школьном сервере размещена сетевая школьная медиатека из 99 обучающих видеуроков (с пакета «1-я по-

мощь», дополнительный заказ), по различным компьютерным программам, методические материалы по основным школьным предметам, сделан каталог дисков. Любой преподаватель может найти по каталогу интересующую его программу, скачать и установить на свой компьютер обучающий видеурок (начиная от офисных программ и основ сети Интернет, до сложных графических редакторов). В этой сетевой медиатеке находится 10 000 разработанных интерактивных уроков по основным предметам средней школы. Кроме этого, в медиатеке имеется 200 обучающих дисков по разным предметам (разработки компаний «Кирилл и Мефодий», «1С», «Новый диск», «Учитель» и т.п.). В программе «1С. Хронограф. Школьная библиотека» создается база данных книг библиотеки. Действует и постоянно обновляется школьный сайт, на свободном программном обеспечении Joomla: <http://школа21якутск.рф>. Ресурс сделан и поддерживается самостоятельно силами школьной ИКТ-команды. Таким образом, в школе создана целостная система формирования культуры здоровья обучающихся – ключевой показатель образовательной программы. Так, в 2006–2007 учебном году Министерством образования РС (Я) школа была удостоена Гранта (50 000 руб.) по программе «Школа – территория здоровья». Составлена адаптированная к условиям нашей школы программа «Здоровье», создан спортивно-оздоровительный центр. Ежегодно проводится обязательный медосмотр всех учащихся медицинским кабинетом совместно с поликлиникой № 4. Среди заболеваний выделены: болезни эндокринной системы, органов дыхания, опорно-двигательного аппарата, ослабление зрения. Школой приобретен аппарат компьютерной диагностики «Кардио-эксперт». С помощью данной системы можно быстро и легко диагностировать функциональное состояние организма школьников. Встроенные в систему Cardio-Expert инструменты дают возможность проводить длительный мониторинг адаптации каждого ученика на протяжении всего образовательного процесса. Внедрение в школе комплексного мониторинга здоровья позволяет: создать банк данных о состоянии здоровья и развитии ребенка с целью дальнейшего отслеживания изменений его состояния; обеспечить оптимальную и широкую социально-психологическую адаптацию учащегося и реализацию его индивидуального творческого потенциала; оценить влияние любых педагогических инноваций с точки зрения их воздействия на здоровье школьников; оценить эффективность оздоровительной и коррекционной работы в современной школе. Ведется профилактическая работа по формированию здоровой среды и здорового образа жизни. Силами учителей физкультуры создан спортивно-оздоровительный центр, где имеется тренажерный зал. Работа с учащимися, отнесенными по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, занимает одно из важных мест в осуществлении задач физического воспитания и оздоровления школьников. В школе разработаны и действуют две программы: «Здоровое поколение» (разработана совместно с медицинским институтом) и «Программа по профилактике употребления ПАВ среди детей и подростков», действует наркопост. В рамках его работы постоянно отслеживаются учащиеся, ведется профилактическая деятельность. Школа сотрудничает со следующими организациями: Якутским наркодиспансером, студентами медицинского колледжа, анатомическим музеем медицинского института, инспектором ИДН и прокуратурой.

Таким образом, именно учебное заведение призвано кроме обучения знаниям и умениям строить свою деятельность так, чтобы обеспечить гармонично-духовное, интеллектуальное, физическое развитие личности. Создать образовательную среду, способствующую сохранению здоровья, возможно на основе современных научных достижений в области возрастной психологии и физиологии, педагогики, охраны и мониторинга состояния здоровья учащихся и их индивидуальных и возрастных особенностей. Именно образовательное учреждение должно стать идеальной системой для укрепления и сохранения здоровья в условиях киберсоциализации.

#### **Ссылки:**

1. Сафонова Л.В. Формирование здоровьесберегающей среды ОУ в условиях использования информационно-коммуникационных технологий. URL: [www.Myshared.ru](http://www.Myshared.ru) (дата обращения: 01.11.2013).
2. Сивоконь Е.Е. Здоровьесберегающие технологии в информатизации системы образования // Вестник Нижневартского государственного гуманитарного ун-та. 2013. № 1. С. 71–73.
3. Федеральные Государственные Образовательные Стандарты. URL: [standart.edu.ru](http://standart.edu.ru) (дата обращения: 01.11.2013).

#### **References:**

1. Safonova, LV 2013, *Formation of health-OS environment in terms of information and communication technologies*, retrieved 01 November 2013, <[www.Myshared.ru](http://www.Myshared.ru)>.
2. Sivokon, EE 2013, 'Technologies will be in the education system information', *Bulletin of the Lithuanian Nizhnevartovsk State Humanitarian University*, no. 1, pp. 71-73.
3. *Federal state educational standards* 2013, 01 November 2013, <[standart.edu.ru](http://standart.edu.ru)>.