

ОКУТУУНУН ТЕХНОЛОГИЯСЫ

ТЕХНОЛОГИЯ ОБУЧЕНИЯ

Мамбетакунов Э.М.,

д. п.н., профессор

Национальная Академия Наук Кыргызской Республики

Кособаева Б.М.

п.и.к., доцент.

Кыргызская Академия Образования

БИЛИМ БЕРҮҮ ПРОЦЕССИНИН КАТЫШУУЧУЛАРЫНЫН ДЕН СОЛУГУН САКТООНУ ЖАНА БААЛООНУ ҮЙРӨНҮҮ МААНИЛҮҮ

ВАЖНО ОБУЧЕНИЕ УЧАСТНИКОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА СОХРАНЯТЬ И ЦЕНИТЬ ЗДОРОВЬЕ

Түйүндүү түшүнүктөр: ден-соолук маданияты, ден-соолукка болгон мамиле, эмгек, ден-соолуктун бузулушу, ден-соолукту сактоо, ден соолукту баалоо техникалык ден-соолук. инсандын өнүгүшү.

Ключевые слова: здоровье, культура, отношение к здоровью, нарушение здоровья, сохранение здоровья, ценность здоровья. Техническое здоровье, развитие личности.

Адамдын ден соолугу - чейрөнүн экологиялык факторлору жана адамдын жашоосунун социалдык шарттары холистикалык байланышты түзүүчү физикалык, психикалык жана руханий компоненттеринин биримдиги (1).

Сыртынан билинбегени менен Кыргыз Республикасынын элинин көпчүлүгүнүн ден соолугунда түрдүү проблемалар бар. Ошондуктан балдардын, өспүрүмдөрдүн, жаштардын ден соолугун калыптандыруу, сактоо Кыргызстан мамлекетинин ички саясатынын негизги багыттарынын бири болуп саналат.

Адамдын ден соолугу жана анын коркунучсуздугу чоң баалуулук болуу менен инсандын максаттарын натыйжалуу ишке ашыруусунун негизги шартын түзөт. Адамдын өз ден соолугун сактоо, сергек жашоо маданиятынын калыптанышы үй-бүлөдө жана мектепте башталат.

Кыргыз республикасынын билим боюнча мыйзамы окуучулардын ден соолугуна кам көрүүнү ар бир мектептин, окуу жайынын приоритеттүү багыты катары аныктайт. Ошондуктан билим берүүчү ар бир мекеме, ал жерде окуп жаткан окуучулардын жана эмгектенип жаткан мугалимдердин, окутуучулардын ден соолугуна зыян келтирбегендей шартты түзүүлөрү зарыл. Ага байланыштуу жалпы билим берүүнү модернизациялоодо, оптималдаштырууда ден соолукту сактоо менен билим берүүнүн тарбиялоонун программалары жана технологиялары киргизи-

лүүдө. Социомаданий жана билим берүүчүлүк тенденцияларды талдоо адамдын өзүнүн ден соолугуна карата жүрүм турумунун түрдүү аспектилери дисциплиналар аралык изилдөөлөрдүн предметине жана коомчулуктун көңүл буруусунун объектисине айланып баратканы жакшы көрүнүш. Ошол эле учурда Кыргызстанда бул жаатта аздыр көптүр иликтөөлөр болгону менен, азырынча адамдын өз ден соолугуна карата жүрүм турумунун проблемалары толук баалуу илимдин предметине айлана электигин белгиленген (2). Аталган проблемага байланыштуу Г.С. Акиева өз эмгегинде, педагогикалык изилдөөлөрдү жүргүзгөн кыргызстандык окумуштуулардан Х.Ф. Анаркуловду, А.М. Мамытовду, Н.И. Шарабакинди белгилеп кеткен (3).

Айрым мамлекеттерде ар бир окуучунун ден соолугуна келтирилүүчү зыянды минималдаштырууга өзгөчө мамиле жасалууда. Мисалы, Россияда аскер жашына жеткен ар бир уландын физикалык жана моралдык-психологиялык абалы жөнүндөгү маалымат камтылган электрондук паспортту иштеп чыгуу максаты коюлган (1). Адамдын ден соолугун баалоонун методологиялык негизи катары төмөнкү принциптер алынган:

1) Ден соолук - бул оорунун же физикалык дефектинин гана жоктугу эсептелбестен, адамдын физикалык, психикалык жана социалдык толук кандуу абалы. Организмдин жана анын компоненттеринин мындай абалы инсандын сырткы экологиялык жана социалдык шарттарга ыңгайланышуусунда, анын биологиялык, руханий жана социалдык кардарлыгын канааттандыруу мүмкүнчүлүктөрүн, жөндөмдүүлүктөрүн мүнөздөйт. Мындай мамиле ден соолукту өтө татаал эмес эле керсөткүчтөр менен баалоого мүмкүндүк берерин байкоолор жана изилдөөлөр көрсөткөн.

2) Ден соолуктун деңгээлин, организмдин резервдик мүмкүнчүлүктөрүн негиз катары алуу менен сандык жактан баалоого болору белгилүү.

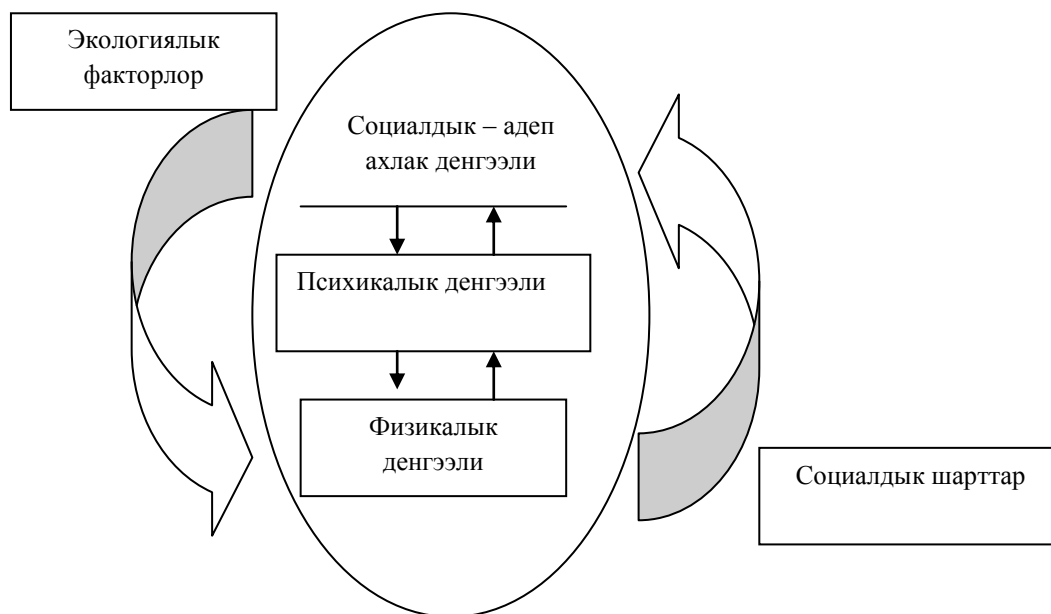
3) Организм жана анын жашоо чөйрөсү – бирдиктүү болгондуктан, алар бири-бирине таасир этишери бышык.

Адамдын ден соолугунун холистикалык модели да түзүлгөн (1 - сүрөт).

4) Баланын организми дайыма өрчүп тургандыктан, анын ден соолугун мүнөздөөчү параметрлер өзгөрүп турат, ошондуктан процесстер-

дин динамикасын эске алышат.

5) Ден соолукту мүнөздөөдө, физикалык, функционалдык, психоэмоционалдык өнүгүүнүн динамикасын жана окутуу чөйрөсүн эске ала турган, ден соолукту сактоо мүнөздөмөсүн алып жүргөн интегративдүү мамиле маанилүү. Бул принциптердин негизинде окуучулардын жана мугалимдердин ден соолуктарын комплекстүү баалоонун методикаларынын компьютердик варианттары иштелип чыккан.



1 - сүрөт. Адамдын ден-соолугунун холистикалык модели.

Холизм (англ.holism< holos бүтүн) – учурдагы идеалистик философиянын бир формасы, жаратылышты “бир бүтүндүктүн”иерархиясы катары карайт, ал руханий бирдиктүүлүк, материалдуу эмес структура катары түшүнүлөт.

Окуучулардын ден соолуктарын баалоо боюнча атайын тесттер даярдалган, мониторинг өткөрүүнүн ирети берилген. Мындай мониторингди окуучулар менен эле өткөрүү эмес, мугалимдердин ден соолугун мониторингдөө да бизди кызыктырды. Анткени мугалимдердин ден соолугун мониторингдөөнүн максаты, педагогикалык иш аракетте мугалимдин ден соолугун сактоо максаты көздөлгөн. Ошол эле убакытта көптөгөн милдеттерди чечүү кошумча каралган, алар:

- өзүнүн физикалык, психофизиологиялык, инсандык, мүнөздөөчүлүк, өзүн-өзү коррекциялоо жана өнүгүү үчүн кесиптик - маанилүү сапаттарын баалоо;

- социалдык - психологиялык адаптациялануу жана коллективдеги психологиялык климаттын деңгээлин өзү баалоо;

- өзүнүн ден соолугуна болгон мамилесин өзү баалоо;

- кесиптик "эмоционалдык күйүп кетүүдөн" өзүн сактоо, алдын алуу.

Педагогдордун ден соолугун баалоо үчүн атайын тесттер түзүлгөн (1):

- организмдин функционалдык абалын баалоо;

- социалдык-психологиялык адаптациялануу баалоо;

- өзүнүн психикалык абалын баалоо;

- ийгиликке жетүүнү мотивдештирүүнүн деңгээлин баалоо;

- коллективдеги климатты баалоо;

- кесиптик кризистерди аныктоо;

- эмоционалдык күйүп кетүү деңгээлин өлчөө;

- өзүнүн ден соолугуна жана сергек жашоосуна мамилеси;

- стресске туруштук берүү деңгээлин баалоо;

- кооптонуу деңгээлин баалоо;

- конфликтүүлүк деңгээлин баалоо;

- невротизация, психопатизация деңгээлдерин баалоо;

- агрессивдүү абалын диагноздоо;

- мээнин функционалдык асимметриясын баа-

лоо;

- эске тутуунун түрлөрүн баалоо (механикалык, маанилүүлүк, образдык);

- акыл эмгегине жөндөмдүүлүгүн аныктоо;

- нерв системасынын нейродинамикалык касиеттерин баалоо:

- сенсомотордук реакциялар, жылып келе жаткан объектиге реакциясын баалоо.

Бардык методикаларды өзүнүн ден соолугун билгиси келген адам өзү изилдесе боло тургандыгы, изилдөөнүн өтө жөнөкөйлүгү, эч кандай баалуу жабдуулардын зарыл эмес экендиктерине күбө, колдонууга ыңгайлуу. Мындай изилдөөдөн өткөн мугалим, өз ден соолугун андан ары сактоого, сергек жашоого аракеттенээри бышык. Ошол себептүү жогоруда келтирилген маалыматтарды мектепте эмгектенген мугалим, кайсы предметти окутпасын, ага байланышсыз өзү үчүн колдонууга боло тургандыгын, квалификациясын жогорулатуу курсуна келген мугалимдерге сунуштоого болот.

Ден соолук адамдын кызмат аткаруусун аныктайт, ага физикалык жана интеллектуалдык эмгекке жөндөмдүүлүк, окууга, өнүгүүгө, тукум калтырууга жөндөмдүүлүк сыяктуу түйүндүү экономикалык касиеттерди берет (4).

Ден соолук түшүнүгүнүн экономикалык ресурс катары маңызы эмгек сыяктуу экономикалык категория менен өз ара мамиледе ачылып көрсөтүлөт (5). Эмгек ден соолуктагы адамдын продуктусу. Ден соолук эмгектин гана негизи эмес, ошондой эле анын продуктивдүүлүгүн көбөйтөт. Ден соолуктун жогорку деңгээли эмгектин жогорку продуктивдүүлүгүн жана эффективдүүлүгүн камсыз кылат. Ошентип, ден соолук - адамдын бардык кардарлыгын канаатандыра турган негизги ресурс.

Мугалимдин кесиптик педагогикалык иш аракети менен анын инсанынын өз ара бири бирине таасири позитивдик жактан кенен изилденген. Акыркы 10-15 жыл ичинде педагогикалык иш аракеттин мугалимдин инсанына негативдик, деформациялай, дезадаптацияга алып келе турган тескери таасирлери жөнүндө изилдөө эмгектери жарык көргөн (Л.М. Митина, А.В. Осницкий, Н.А. Подымов Е.В., Руденский, Е.Н. Смоленская, Е.В. Улыбина, Т.В. Форманюк, Е.В. Юрченко ж.б.) (6). Буга окшогон таасирди мугалимде пайда болгон ички чечкиндүүлүктүн жоктугунан, чыгармачыл жөндөмсүздүүлүктүн төмөндөшүнөн, консерватизмден, агрессивдүүлүгүнөн, аябастыктан, конфликтүүлүктөн, өз оюн бербестигинен, ролдук маскасынан көрүүгө болот.

Инсандык - кесиптик деформацияны – мугалимдин кесиптик эмгектенүүсүнүн натыйжалуу-

лугуна тоскоолдук келтирүүчү, төмөндөтүүчү терс касиеттерди, инсандын оптималдуу өнүгүшүнөн орчундуу четтөөнү түшүнүүгө болот.

Жогоруда каралгандай ден соолук түшүнүгүнө түрдүү аныктамалар берилген. В.И. Петленко жана Д.Н. Давиденконун эмгектеринде ден соолуктун төмөнкү компоненттери бөлүнүп көрсөтүлгөн (7):

- Соматикалык - адамдын организмдеги органдар системасындагы органдардын дайымкы абалы.

- Физикалык - түрдүү факторлорлордун таасирлерине организмдин ыңгайлануусун камсыз кылуучу органдардын жана органдар системасынын өнүгүү жана функционалдык мүмкүнчүлүк деңгээлдери.

- Психикалык - адамдын психикалык чөйрөсүнүн абалы, жүрүм турумду адекваттуу башкаруучу жалпы руханийлик бейпилдик абалы (жынысына жана жашына жараша).

- Сексуалдык - адамдын коммуникабелдүүлүгүн жана сүйүүгө жөндөмдүүлүгүн жогорулатуучу, соматикалык, эмоционалдык, интеллектуалдык жана социалдык аспектеринин комплекси.

- Адеп — ахлактык — адамдын жашоо тиричилигинин, социалдык чөйрөдөгү индивиддин баалуулук системасынын жүрүм турум багыттарынын жана мотивдеринин мүнөздөмөлөрүнүн комплекси.

Гуманистик теорияларда адамдын өмүр кечирүүсүндө, анын сапаттары дайыма өзгөрүүгө дуушар болот. К. Роджерс сунуштаган “толук кандуу кызмат аткарган адамдын динамикалык моделинде, ден соолук, инсандын табигый өнүгүшүндө төмөнкүдөй каралган: “Толук кандуу кызмат аткарган адам дайыма өзү ар тараптуу актуалдашкан процессте болот; ситуацияны эркин баамдайт, өз реакциясын эркин кайрадан башынан кечирет”, натыйжада ал адам накта, чыныгы жакшы жашоону кечирет(8).

Э. Эриксондун теориясы боюнча адамдык өнүгүүнүн логикасынын өзү инсанды жетилүүнүн, ден соолуктун жана регресстин ортосунан тандоого алып келет; инсандык өсүү, өзүн аныктоо менен - жана ооруу невроз менен. Э Эриксондун көз карашында адам ар бир психологиялык кризис учурунда, инсандык өсүү шансына жана мүмкүнчүлүктөрүнүн кеңейүүсүнө ээ (9). Э. Эриксондун теориясы боюнча инсандык өсүү менен ден соолуктун ички байланышы бар.

Демек, билимге ээ болгон жана сергек жашоодо тарбияланган инсан, сергек жашоонун маанилүү элементтерин өздөштүргөн мугалим өзүнүн ден соолугуна аяр, жоопкерчиликтүү мамиле жасайт. Өзү өздөштүргөн билимди окуучу-

лардын сергек жашоосуна тиешелүү баалуулуктарды калыптандырууда колдонот.

“Жашоо образы” - бул социалдык түшүнүк, ал ичине ар бир адамдан баштап бир бүтүн коомго чейин, анын жашоо жолдорун кароону камтыйт (10).

Л.Н. Арутюнян, Ю.Б. Бромлей, И.Т. Левкина, Р.В. Рывнина сыяктуу философтордун жана социологдордун пикиринде жашоо образы адамдардын аракеттеринен куралат, б.а. коомдук турмуштагы түрдүү ситуациялардагы түрдүү аракеттердин комплекси, ошондой эле айтылган ситуациялардагы, адамдын жүрүм туруму жана тарбиялуулук деңгээли.

Медицина чөйрөсүнүн окумуштуулары И.И. Брехман, М.Я. Виленский, А.Г. Горшков, Б.И. Чумаков, Ю.Г. Лисицын жана башкалар жашоо образын, адамдын өз ден соолугун сактоого, жакшыртууга багытталган активдүү аракеттерин түшүнүшөт.

Ю.П. Лисицындын пикири боюнча жашоо образы - адамдын ден соолугуна таасир берет, ошондуктан ден соолук менен жашоо образынын ортосундагы байланыштан сергек жашоо образы келип чыгат (11).

Социологдор жашоо образынын структурасын изилдөөдө, аны бир нече субъектилерге бөлүштүрүүнү туура табышкан, алардын бири өзүнчө алынган бир адамдын, экинчиси социалдык топтун, үчүнчүсү бүтүндөй коомдун жашоо образы. Ар бир субъектиге анын өзүнүн жашоо образы мүнөздүү. Аны ар бир адамдын жүрүм турумунан, социалдык топтун үрп адатынан жана коомдун жашоо традициясынан байкоого болот. Бул жерде ар бир субъектинин жашоо образын изилдөө гана болбостон, ар бир субъектинин жашоо образына сергек жашоо образын киргизүү максат. Демек, дени сак коомду түзүү үчүн, ал коомдун ар бир мүчөсүн сергек жашоонун образына камтуу керек, ошондо гана адамда чың ден соолук узак өмүр болушу мүмкүн.

Окуучулардын ден соолугун бекемдөө мектептин гана мойнуна жүктөлбөшү керек. Аны жергиликтүү өзүн өзү башкаруу да колдоого алса болот. Ага мисал Липецк тажрыйбасын үйрөнүп, шаардын, айылдын экологиялык чөйрөсүнүн, билим берүү мекемелеринин, маданият жана спортту өз ара аракеттендирүү менен ден соолукту сактоо климатын тузүүгө болоти(12). Негизги максат калктын жашоо сапатын туруктуу жакшыртуу - инсан үчүн билим берүүнүн, маданияттын, сергек жашоонун негизинде бейпил социалдык чөйрөнү калыптандыруу. Ар бир деңгээлде (шаарда, айылда ж.б.) билим берүүнүн сапаты менен адамдын жашоо сапатынын өз ара байланышы бекемдейт.

Мектептин ден соолукту сактоо иш аракети

үч блоктон турат: “Ден соолукту сактоо инфраструктурасы” (мектепте билим берүү процессинин катышуучуларынын коркунучсуз шарттарын камсыз кылуу, спорт базасынын толук жабдылышы, медициналык пункттун болушу, тамактандырууну камсыз кылууга шарт түзүү, адистер курамы); “Билим берүү процессин уюштуруу (гигиеналык норманы сактоо жана мектептин режимине, сабактын расписаниесине талаптар, дене тарбия иштери); “Ден соолукту сактоо иш аракети уюштуруу” (окуучулардын ден соолуктарын сактоо боюнча системалуу иштер үчүн шарттарды түзүү, ден соолуктун абалына динамикалык байкоо жүргүзүү, сабактан сырткары учурларда дене тарбия, ден соолукту чыңдоо иштери ж.б.).

Окуучулардын физикалык өнүгүүсүн, кыймылдоо активдүүлүгүн, окуу жүктөмүнүн деңгээлин, психологиялык комфорттуулугун; окуу процессинин катышуучуларынын ден соолукту сактоо жана мектепте тамактандыруу сапатынын деңгээлине канаатануусу.

Жогоруда аталган тажрыйба боюнча муниципалдык деңгээлде мектеп окуучуларынын ден соолугун сактап, бекемдөө үчүн төмөнкүлөр аткарылышы керек:

Жергиликтүү администрациялардын стратегиялык пландары, максаттуу программалары, социалдык долбоорлору камсыз кыла турган ден соолукту сактоо менен билим берүү технологиялары боюнча иштөө үчүн инфраструктураларды түзүү;

- Мектепте окуучуларды тамактандыруунун сапатын көтөрүү;

- Жергиликтүү билим берүү системасындагы инновациялык аянтчалардын комплексинин жардамы менен мектеп окуучуларынын ден соолугуна оң таасирин тийгизүүчү жаңылыктарды апробациялоо жана ишке киргизүү;

- Сергек жашоо образын байма бай популярдаштыруу, тажрыйбаларды үйрөнүп, жайылтуу. Окуучулардын ден соолук маданиятын тарбиялоого багытталган иш чаралардын системасы - бирдиктүү тарбия берүү мейкиндиги концепциясында берилген. Концепциянын көрсөтмөсү: сергек жашоо образынын негизги жана өспүрүмдөрдүн асоциалдык жүрүм турумуна альтернатива - баалуулук багыт берүү; качан гана ал мектепке гана эмес, мектептин чегинен ары зарыл болгондо мектептеги тарбия натыйжалуу болот. Концепция ведомстволор арасындагы максаттуу тарбия берүү программалары жана мектептердин ден соолукту сактоо менен билим берүү чөйрөсүн, шаардын, айылдын социомаданияттык ресурстары менен байланыштырууну күчөтүү аркылуу ишке ашырылат. Концепцияны ишке ашыруу механизми катары шаардык же

айылдык акциялар, ал эми алардын базалык аянтчалары болуп мектеп саналат. Ар бир долбоор традициялык, ошондой эле жаңы конкурстар менен бекемделиши мүмкүн (чыгармачыл иштердин конкурсу, дене тарбия иштери боюнча жетишкендиктердин партфолиосу, класстар арасындагы ден соолукту чыңоо мелдештери экологиялык үгүт бригадасы). Тажрыйбаларды үйрөнүү менен төмөнкүдөй жыйынтыкка келүүгө болот:

1. Окуу процессинин катышуучуларынын бардыгына ден соолукту сактоо менен билим берүүгө бирдей шарттарды түзүү (окуучулар, мугалимдер жана мектептин орто кызматкерлер звеносу үчүн);

2. Ар бир мектепте эс алуу аянтчасын (окуучулар үчүн), эс алуу бөлмөсүн (мугалимдер үчүн) түзүү;

3. Түйүндүү болгон кадрдык ресурс проблемасын чечүү. Мугалимдин айлыгынын аздыгы, анын кесибинин престижинин төмөндөшү менен “эмоционалдык күйүп кетүүдөн сактоо” кечиктирилбей чечиле турган милдеттер болуп саналат.

Адабияттар:

1. Р.И. Айзман, Н.И. Айзман, А.В. Лебедев, Е.Ю. Плетнева, В.Б. Рубанович. Мониторинг здоровья учащихся и педагогов с применением компьютера и программных средств. //Народное образование. №6. с. 147 - 155.
2. Б. Жусуева. Орто мектепте окуучуларды сергек жашоого үйрөтүүнүн педагогикалык шарттары. Пед. илимдеринин канд. илимий даражасын изденип алуу үчүн жазылган диссертациянын авторефераты. Бишкек. 2011. 3 б.
3. Г.С. Акиева Педагогические основы развития и совершенствования системы охраны здоровья школьников в Кыргызстане: Дисс. на соиск. д-ра пед. наук: 13.00.01 Общая педагогика. - Алматы, 1997.
4. Е.Ю. Федоренко. Здоровая личность. //Народное образование №6. 2010. с.157.
4. О.А. Москвитина. Сущность здоровья как экономического ресурса. //Психология здоровья. Санкт-Петербург. 2009. с.46.
5. Н.Б. Москвина Минимизация личностно-профессиональных деформаций педагогов. //Педагогика. №. 2005. с.64-71.
6. В.И. Петленко, Д.Н. Давиденко. Этюды валеологии: Здоровье как человеческая ценность СПб.: 1998.с.124.
7. К. Роджерс. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994. с. 233-251.
8. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М. 1996.
9. Ж.А. Шокыбаев., Л.М. Катбаева. Роль здорового образа жизни в формировании личности. //Известия КАО. №3(19). Бишкек 2011. с.115-119.
10. Ю.П. Лисицын., В.П. Петленко. Детерминационная теория медицины. Доктрина адаптивного реагирования. - СПб.: Гиппократ, 1992. - 442 с.
11. А.М. Шамаева, О.О. Хроменкова. Укрепление здоровья школьников: стратегия и тактика муниципальной системы образования. //Народное образование. №5. 2012. с.161-166.