

М.Н. Дедулевич, канд. пед. наук, доцент
УО «Могилевский государственный университет имени А.А. Кулешова»

ЗДОРОВЬЕ КАК ОДНА ИЗ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ ПЕДАГОГА ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Эффективность образовательного процесса в дошкольном учреждении определяется не только профессиональной компетентностью педагогов, но во многом зависит от их собственного здоровья. Хорошее здоровье необходимо каждому человеку, но в жизнедеятельности педагога ему принадлежит особое место. Во-первых, педагог является носителем эталонов здорового поведения, выработанных человечеством, способным передать их воспитанникам. В основе профессионализма педагога дошкольного учреждения лежит здоровьесберегающая, здоровьесозидающая деятельность. Во-вторых, продвижение к профессиональным высотам возможно лишь при наличии оптимального состояния здоровья, которое, поэтому, следует рассматривать как личностную и социальную ценность.

Важная составляющая здоровья педагога – умение рационально использовать ресурсные возможности своего здоровья при выполнении служебных обязанностей. В плане здоровья педагоги являются «группой риска»: часто вместе с ростом профессионализма они приобретают и «профессиональные» болезни – психосоматические и эмоциональные расстройства. Ярким выраженным сбивающим фактором в деятельности педагога выступают экологические и социальные проблемы, на которые накладываются исключительно высокие требования к уровню его интеллектуального и физического развития, психическому здоровью. Профессиональная деятельность педагога предусматривает широкий круг интересов, разнообразных умений, способность проявлять гибкость мышления, поведения и эмоциональной сферы, устойчивость к стрессогенным факторам, ощущение благополучия, готовность к самоизменению, что также вызывает необходимость специфики образа жизни на основе здоровьесозидания.

Впервые в Республике Беларусь глубокое обсуждение проблемы здоровья педагога было представлено на научной конференции в Академии управления при Президенте Республики Беларусь [1]. Было обращено внимание на формирование у каждого глубокого осознания необходимости собственной здоровьесозидающей позиции, во-первых, как непреходящей жизненной ценности, во-вторых, как фактора здоровьесберегающей деятельности и условия самореализации профессионального «Я». Проблема здоровья педагога как профессиональной ценности весомо прозвучала в работах психологов Е.А. Панько и Я.Л. Коломинского [2]. К сожалению эта важная на сегодняшний день идея не получила пока должного обсуждения. Необходимы специальные программы самообразования в этом направлении, включение здоровьесозидающих направлений в образовательные курсы при подготовке и переподготовке специалистов дошкольного образования.

Изложенные соображения легли в основу содержания нашего исследования, включающего: 1) выявление отношения педагогов к ценностям здоровья; 2) изучение возможности здоровьесозидания педагогов дошкольных учреждений в процессе их педагогической деятельности, в том числе на рабочем месте; 3) апробацию в практике методологических основ непрерывного образования в области здоровья педагога.

С целью изучения отношения педагогов к собственному здоровью и знаний в этой области, влияния профессиональной деятельности на их здоровье и возможности укрепления здоровья на рабочем месте нами было проведено анкетирование воспитателей дошкольных учреждений (48 человек).

Как показывают данные, 75 % педагогов считают свое здоровье хорошим или

удовлетворительным, 25 % – плохим. При этом 100 % респондентов ответили, что здоровье является необходимой профессиональной ценностью, а 70,8 % согласны с тем, что воспитатель может положительно влиять на здоровье детей. Следовательно, понимание роли собственного здоровья в профессиональной деятельности у педагогов имеется, однако не реализуется в достаточной степени в практике.

Среди причин, отрицательно влияющих на профессиональное здоровье, педагоги назвали: перегрузку рабочего времени (часто 10,5 час.) – 35,4 % ответов; нервные перегрузки – 20,8 % (их респонденты связали с напряженной и стрессовой работой, все возрастающим объемом рабочей документации и в связи с этим нехваткой времени для основной работы с детьми); неблагоприятный психологический климат в дошкольном учреждении – 10,4 %; много ненужной письменной работы – 25 %; загруженность, не связанная с педагогической деятельностью – 31,2 %; не демократический стиль общения в коллективе – 67,3%; административный контроль по пустякам – 27,1 %; переутомление – 25 %.

Интересно отметить, что такие социальные причины, как заработная плата, завышенный численный состав детских групп, бесперспективность карьерного роста рассматривают в качестве нездоровья всего 16,7 %, 4,2 %, 4,2 % респондентов – соответственно.

Заметим, что многие перечисленные в анкете причины отрицательного влияния на здоровье педагога на рабочем месте, такие как, нервные перегрузки, психологический климат, не демократический стиль общения в коллективе и т. п., вполне могут быть устранены изменением стиля руководства дошкольным учреждением.

Специальные исследования и жизненная практика доказывают, что огромные резервные силы организма дают человеку возможность управлять своим здоровьем через осознанное здоровьесозидающее поведение. Важна психологическая настроенность на здоровьесбережение в процессе профессиональной деятельности, поиск разумных средств не только сохранения, но и оптимизации здоровья при выполнении служебных обязанностей.

При изучении возможностей здоровьесбережения на рабочем месте нами были получены следующие результаты. На вопрос «Имеются ли резервы укрепления здоровья в процессе профессиональной деятельности?» 35,4 % опрошенных ответили положительно, 41,7 % – отрицательно, 16,7 % дали ответ «Не знаю», то есть большинство педагогов не рассматривают рабочую среду благоприятной для своего здоровья, не знают, как применить резервные возможности условий дошкольного учреждения для укрепления собственного здоровья.

В то же время отметим, что на рабочем месте педагога действительно имеется достаточно таких резервов, – это: 1) обеспеченность эколого-гигиенических условий (воздушный и тепловой комфорт), наличие жестких требований к санитарно-гигиеническим нормам;

2) рациональный распорядок дня; 3) возможность полного удовлетворения биологической потребности в движениях (при совместном с детьми выполнении физических упражнений);

4) ежедневное пребывание на воздухе в течение 3–4 часов; 5) естественные методы закаливания. Обобщая изложенный материал можно сделать вывод о том, что педагоги мало задумываются о состоянии своего здоровья, не используют средства здорового образа жизни для его укрепления в быту и, тем более, на рабочем месте. Следовательно, нельзя утверждать сегодня, что их поведение может выступать в качестве эталона культуры здоровья для воспитанников и их родителей.

Необходимо создать прецедент улучшения здоровья педагога, демонстрирующий определенную систему здорового образа жизнедеятельности при использовании имеющихся для этого в дошкольных учреждениях возможностей. Вопросы здоровья

педагога должны рассматриваться и в педагогических коллективах, и на уровне отделов образования как заслуживающие неотложного внимания. При этом следует считать формирование у специалистов дошкольного образования отношения к собственному здоровью как условию творческого профессионального долголетия через самостоятельную созидательную деятельность. Безусловно, следует обеспечить педагогов определенными программами самообразования, создать условия для здоровьесбережения в процессе труда. С учетом полученной в процессе исследования информации нами была разработана программа «Здоровый педагог». Программа включает два направления: деятельность педагога и деятельность администрации. Деятельность педагога связана с освоением самодиагностики и прогнозирования психофизического здоровья, а также использованием возможностей для укрепления здоровья на рабочем месте. Заметим, что при этом педагог одновременно показывает воспитанникам образец здорового поведения, своей активностью вовлекает детей в совместную здоровьесозидательную деятельность, тем самым обеспечивает оздоровительную направленность педагогического процесса. Транслируя возможности и средства здоровьесбережения семьям воспитанников, педагог тем самым способствует повышению рейтинга дошкольного учреждения в целом. Деятельность администрации направлена на обеспечение психологического комфорта на рабочем месте, в том числе и на стимуляцию ЗОЖ педагога, а также предполагает функционирование клуба «Здоровый педагог – здоровые дети» (занятия-тренинги под руководством психолога, круглые столы, тематические вечера, фитнес-клуб, «библиотека здоровья» и пр.). В программу «Здоровый педагог» включены также советы по самообразованию, отражающие основные темы, литературу, вопросы для самопроверки. Отметим, что некоторые из указанных в программе мероприятий уже используются в отдельных дошкольных учреждениях. Однако это носит скорее формальный характер, чем действенный.

Проведенное исследование дает возможность сделать следующие выводы.

Одна из главных функций педагога – это охрана и укрепление здоровья детей. Успешность в осуществлении оздоровительных функций в значительной степени зависит от собственного здоровья педагогов. Здоровый педагог является эталоном для воспитанников и их родителей. Поэтому актуальной, социально значимой остается проблема зависимостей: здоровье педагога – эффективность его профессиональной деятельности – психофизическое здоровье детей – положительный пример для семей воспитанников. Следовательно, формирование у педагога ценностного отношения к своему здоровью является чрезвычайно важной задачей на протяжении всего образовательного маршрута.

Литература

1. Здоровый образ жизни – основа профессионального и творческого долголетия // Материалы и доклады республиканской научно-методической конференции, Минск, 25–26 янв. 2007 г.; под общ. ред. И.И. Лосевой. – Минск: Академия управления при Президенте Республики Беларусь, 2007. – 137 с.
2. Панько, Е.А. Здоровье педагога как профессиональная ценность / Е.А. Панько, П.М. Панько // Основы профессионального самосовершенствования педагога дошкольного учреждения: пособие для педагогов и педагогов-психологов дошк. учрежд. / Е.Л. Гутковская, Я.Л. Коломинский, Е.А. Панько [и др.]; под ред. Е.А. Панько. – Минск: Университетское, 2002. – С. 42–71.