

## Методические принципы работы педагога по здоровьесбережению учащихся в образовательных учреждениях

Артыкбаев Махкамбай Шарипбаевич

[maxkam\\_bay@mail.ru](mailto:maxkam_bay@mail.ru)

Кандидат педагогических наук, доцент

Южно-Казахстанский университет имени Мухтара Ауэзова

**Аннотация.** В статье анализируется роль учителя в улучшении здоровьесберегающих мероприятий для учащихся в образовательном процессе на основе научно-теоретических основ создания здоровой личности на всех уровнях системы непрерывного образования, включая дошкольное, общее, среднее профессиональное и высшее образование. Цель проведения исследования заключается в формировании гармонично развитой и здоровой личности, которая легко приспосабливается к изменяющимся условиям современного мира, отмечающего процессы глобализации, цифровизации и модернизации образования. В связи с вышеизложенным необходимо изучить методологические принципы работы педагога в области сохранения здоровья и обеспечения безопасности жизни учащихся в учебном процессе.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровьесбережение, обучение, непрерывное образование, сознание, среда, деятельность, методы, технологии.

## Ta'lim tashkilotlarida o'quvchilar salomatligini muhofaza qilish bo'yicha o'qituvchi faoliyatining metodologik asoslari

Artikbayev Makhkambay Sharipbaevich

[maxkam\\_bay@mail.ru](mailto:maxkam_bay@mail.ru)

pedagogika fanlari nomzodi, dotsent

Muxtar Ayezov nomidagi Janubiy Qozog'iston universiteti

**Annotatsiya.** Maqolada ta'lim tizimining barcha bosqichlarida, shu jumladan, maktabgacha ta'lim, o'rta ta'lim tashkilotlarida sog'lom shaxsni shakllantirishning ilmiy-nazariy asoslari nuqtayi nazaridan o'quvchilar salomatligi va xavfsizligini ta'minlashda o'qituvchining roli masalasi organilgan. Xususan, tadqiqotchi globallashtirish, raqamlashtirish va ta'limni modernizatsiya qilish jarayonlari bilan ajralib turadigan zamonaviy dunyoning o'zgaruvchan sharoitlariga osongina moslashadigan barkamol sog'lom shaxsni tarbiyalash, ta'lim jarayonida o'quvchilar salomatligi va xavfsizligini saqlashda o'qituvchi faoliyatining uslubiy asoslarini tahlil etishni maqsad qilib olgan.

**Kalit so'zlar:** salomatlik, sog'liqni saqlash, o'qitish, uzluksiz ta'lim, ong, atrof-muhit, faoliyat, usullar, texnologiyalar.

## Methodological principles of the teacher's work on the health care of students in educational institutions

Artykbaev Makhkambay Sharipbaevich

[maxkam\\_bay@mail.ru](mailto:maxkam_bay@mail.ru)

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor

South Kazakhstan University named after Mukhtar Auezov

**Annotation.** The article analyzes the role of teachers in improving health-saving measures for students in the educational process based on the scientific and theoretical foundations of creating a healthy personality at all levels of the continuing education system, including preschool, general,

*secondary vocational and higher education. The purpose of the research is to form a harmoniously developed and healthy personality that easily adapts to the changing conditions of the modern world, which marks the processes of globalization, digitalization and modernization of education. In connection with the above, it is necessary to study the methodological principles of the teacher's work in the field of preserving the health and ensuring the safety of students' lives in the educational process.*

**Key words:** *health, health care, training, continuing education, consciousness, environment, activity, methods, technologies.*

Проблема здоровья является ключевой в философии, психологии и педагогике. В настоящее время наблюдается ухудшение здоровья детей, и здоровьесбережение должно стать приоритетом в образовании, начиная с дошкольного возраста. Будущие специалисты должны обладать не только знаниями, но и пониманием, что профессионализм и ответственность способствуют развитию гармонично здорового ребенка.

До недавнего времени большинство воспитателей в дошкольных учреждениях имели лишь среднее специальное образование, что сказывалось на подготовке к формированию здоровья детей и воспитанию здорового образа жизни в важный период их развития.

Дошкольные организации должны обеспечивать охрану здоровья детей, формировать основы здорового образа жизни и развивать знания технологий для профессионального роста педагогов. Б.Н. Чумаков заявляет, что «здоровье человека – это наиболее важная ценность в жизни. Его нельзя приобрести ни за какие деньги; его следует беречь, защищать и развивать с раннего возраста, начиная с первых дней жизни ребёнка (Chumakov, 2000).

Деятельность по охране здоровья включает в себя прогнозирование, планирование, выполнение и мониторинг результатов работы сотрудников дошкольного образования (в состав которых входят администрация, педагоги, психологи, медицинский персонал) в сфере сохранения и укрепления здоровья детей и педагогов в процессе обучения. Каждый профессионал помогает формировать комфортную и безопасную образовательную атмосферу, способствуя всестороннему развитию и воспитанию детей, а также их физическому, психическому и нравственному благополучию.

Медицинская энциклопедия определяет здоровье как состояние физического, психического и духовного благополучия. Психическое и духовное здоровье молодежи зависит от воздействия окружающей среды и несоблюдения норм в межличностных отношениях и образовании.

Студенты различных факультетов приобретают здоровьесберегающие знания через лекции, практические занятия и семинары, а также уделяют внимание самостоятельному обучению, знакомясь с литературой и используя интернет для создания мультимедийных презентаций.

Это формирует базу для развития начального мышления малышей по этим темам. В процессе исследовательской работы мы разработали иерархию формирования готовности учащихся к здоровьесбережению, которая включает в себя мотивацию учащихся к здоровьесберегающим практикам, обеспечение знаний, навыков и умений в области здоровьесбережения, а также развитие здоровьесберегающего мышления (мыслительных операций) и осознания (информированности), что требует создания и реализации здоровьесберегающей среды. Составлены необходимые схемы. Проанализируем особенности каждого из этих компонентов (Рис. 1).



**Рис. 1. Иерархия формирования готовности учащихся к здоровьесбережению**

*Мотивация учащихся на здоровьесбережение* служит основой для формирования у них готовности к этой деятельности. Для достижения этой цели требуется проинформировать студентов о важности здоровья детей дошкольного возраста, ознакомить с основами сохранения здоровья и безопасности, обеспечив возможности для самостоятельного изучения материалов по охране здоровья.

*Обеспечение знаний, навыков и умений* в области здоровьесбережения осуществляется при достижении:

- необходимых знаний о физическом, умственном и социальном благополучии детей раннего возраста;
- умений определять факторы, влияющие на здоровье детей в дошкольном возрасте;
- развитие умений по организации здоровьесберегающей деятельности в детских садах.

*Здоровьесберегающее мышление* у студентов развивает аналитические и мыслительные операции для принятия решений о здоровье, включая анализ информации, интеграцию знаний, безопасность жизнедеятельности и оценку оздоровительных мероприятий.

*Здоровьесберегающее сознание* студентов формируется через обсуждение проблем здоровья дошкольников, изучение опыта педагогов в этой сфере и организацию саморефлексии по вопросам сохранения здоровья.

Предложенная схема формирования готовности учащихся к здоровьесбережению представляет собой важный шаг в подготовке будущих воспитателей. Этот подход не только способствует эффективности образования в высших учебных заведениях, но и может быть применен в дошкольных учреждениях. Развитие компетенций в обеспечении безопасности и здоровья критично для формирования культуры безопасности у педагогов, улучшая качество образования и воспитательного процесса. Интеграция схемы в программы вузов углубит знания и навыки студентов.

Современные исследования сосредоточены на здоровьесберегающих технологиях в образовании, анализируя зависимость между здоровьем и учебной нагрузкой во всех типах учебных заведений, что позволяет развивать основы здоровьесберегающей образовательной среды (Madzhuga & Sinitsina, 2014).

Анализ результатов исследований показывает, что здоровье человека зависит от наследственности, социальной среды, экологии и природно-климатических условий, а также возраста.

Дети 6-7 лет физически активны, выполняют разнообразные физические активности, имеют хорошую координацию и целеустремленность. Они изобретательны, регулируют движения с помощью чувств, соблюдают личную гигиену, знают основы здорового образа жизни и соблюдают правила безопасности (Petrov, 2005).

Дети, не обладающие произвольным контролем над своим поведением, испытывают трудности в адаптации к дошкольным учреждениям, что приводит к нервному перенапряжению. На школьном этапе учащиеся сталкиваются с «школьным стрессом», который негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье. Исследования показывают, что ученики начальной школы работают около 12 часов в день, а старшеклассники – 14-16 часов. Возможные решения включают увеличение уроков физкультуры (не менее трех часов в неделю), изменение содержания уроков, проведение физических мероприятий между уроками и создание условий для занятий спортом после уроков, что можно считать здоровье-созидающими технологиями, которые поддерживают здоровье учащихся.

На этапе среднего профессионального образования учащиеся осваивают профессию и знания по технике безопасности для предотвращения травм и заболеваний.

Обучение в высших учебных заведениях, особенно для педагогических специальностей, требует от будущих специалистов умения сохранять здоровье. Профессия преподавателя сопряжена с высоким психическим и эмоциональным стрессом, поэтому важно заботиться о здоровье школьников и студентов в условиях реформ образования и цифровизации. Государство активно заботится о сохранении здоровья молодежи. Выпускники вузов станут специалистами в различных сферах экономики, труда и культуры, и общество заинтересовано в защите их физического, психического и духовного здоровья от негативных факторов.

Внедрение оздоровительных методик возможно лишь при подготовленности обучающихся к педагогической деятельности. Современные преподаватели сталкиваются с дисбалансом в социальном интеллекте и здоровье, что отражает негативные молодежные тенденции. Устранить их можно через повышение интереса к спорту и доверительные отношения между педагогами и студентами (Demidov, 2017).

Необходимость популяризации новых оздоровительно-физкультурных технологий в физическом воспитании студентов направлена на привлечение молодежи к здоровому образу жизни, повышение двигательной активности и улучшение физического состояния с помощью фитнес программ.

Вузам необходимо внедрять инновационные образовательные технологии, учитывая их влияние на здоровье обучающихся, с целью улучшения физического, психического и интеллектуального состояния школьников.

Инновации в образовании включают новые методы и технологии, что часто вызывает стресс у студентов. Этот стресс делится на информационный и эмоциональный. Основные источники информационного стресса – это Интернет, лекции, семинары и общение. Студенты испытывают трудности в обработке информации и переключении между видами деятельности, что приводит к дополнительным нагрузкам и требует значительных усилий.

Проблема сохранения здоровья студентов требует использования здоровьесберегающих технологий в вузовском обучении, что обуславливает необходимость подготовки преподавателей для обеспечения здоровья студентов. Внедрение инновационных технологий способствует мотивации студентов к обучению и сохранению здоровья на протяжении учебы.

Согласно данным, здоровьесберегающее мышление способствует психогигиене межличностных отношений, улучшая качество жизни, предотвращая болезни, увеличивая

эмоциональное благополучие, жизненную активность, самосознание и социальные навыки, включая командную работу, эмпатию и уважение.

Создание здоровьесберегающей среды является ключевым фактором для формирования межличностной психологической гигиены и эффективного развития личности. Общение должно быть доброжелательным, так как грубый и пренебрежительный тон может вызвать психологические травмы, особенно у чувствительных людей. Проблемы с психическим здоровьем могут усугубляться у пожилых, что приводит к межличностным конфликтам из-за уменьшения работоспособности и внимания. Важно учитывать, что психическое здоровье в семейной жизни играют значительную роль в отношениях между поколениями, что влияет на молодежь. Психическое здоровье также существенно влияет на социально-психологическое и профессиональное развитие через образовательный процесс, где проявляются различные межличностные отношения. Следовательно, разработка методологии работы педагогов по охране здоровья в обучении усиливает здоровье и качество образования будущего

### **Список литературы**

1. Chumakov, B.N. (2000). *Valeologiya* (2-ye izd.). Moskva: Pedagogicheskoye obshchestvo Rossii.
2. Demidov, P.V. (2017). *Formirovaniye zdorov'yesberegayushchey kompetentnosti na urokakh fizicheskoy kul'tury na osnove lichnostno -oriyentirovannogo podkhoda*.
3. Kamariddinovna, M. E. (2024). *DEVELOPING COMMUNICATIVE COMPETENCE IN FOREIGN LANGUAGE EDUCATION*. *Western European Journal of Linguistics and Education*, 2(4), 66-70.
4. Madzhuga, A.G., & Sinitsina, I.A. (2014). *Zdorov'yesozidayushchaya pedagogika: teoriya, metodologiya, opyt, perspektiva razvitiya*. Moskva: Lotos.
5. Moydinova, E. (2024, June). *EFFECTIVE STRATEGIES FOR TEACHING IN THE DIGITAL AGE*. In Fergana state university conference.
6. Petrov, V.O. (2005). *Zdorov'yesberegayushchiye tekhnologii v rabote uchitelya fizicheskoy kul'tury*. Diss. kand. ped. nauk. Rostov-na-Donu.