

Мурзахматов А.Р.

ВАЛЕЛОГИЯЛЫК БИЛИМ БЕРҮҮНҮН ЖАНА ТАРБИЯЛООНУН ШАРТТАРЫ

Мурзахматов А.Р.

УСЛОВИЯ ВАЛЕЛОГИЧЕСКОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

A.R. Murzakhmatov

BASICS OF VALEOLOGY EDUCATION AND UPBRINGING

УДК: 378.12/89

Макалада билим берүү жана тарбиялоо процесстери, ошондой эле валеологиялык билим беруунун шарттарында каралган.

The article considers education and training as well as the basics of valeology education.

Балдар башталгыч класста окуган мезгил - алардын ден соолугунун калыптануусунун, физикалык жана психологиялык макамынын эң негизги этаптарынын бири. Бул куракта баланын чың ден соолукта жашоосунун негиздери түптөлөт, мунун өзү адамдын абалын гана эмес, айкалыша өнүгүп жаткан процесстердин жыйындысын да туюндурат. Андыктан, башталгыч мектепте окуган балага татыктуу билим, адептүү тарбия берүү менен катар анын ден соолугуна да кам көрүү азыркы ааламдашуу шарттарында чечүүгө зарыл болгон милдет. Мындай милдетти чечүү бүгүнкү педагогиканын актуалдуу маселесине айланды. Ушунун өзү кыргыз элинде эзелтеден ай-тылып келаткан "Биринчи байлык - ден соолук" деген накыл сөз турмуш чындыгынан алынгандыгын дагы бир жолу тастыктайт.

Педагогика илиминде билим берүүкү ден соолукту сактоо менен айкалыштыруу боюнча бир топ көз караштар, эмгектер, изилдөөлөр бар. Ал эми Кыргызстандын шартында бул маселе чети оюлбаган дың бойдон калууда. Кыргызстанда акыркы жылдары өкүм сүрүп турган туруксуз социалдык-экономикалык процесстер жалпы билим берүүнүн валеологиялык аспектисине өтө эле жөнөкөйлөштүрүлүп мамиле жасоонун туундусу болуп эсептелет. Азыркы билим берүү процессинде окуучулардын ден соолугунун, физиологиялык өзгөчөлүктөрүнүн жана мүмкүнчүлүктөрүнүн ортосундагы карама-каршылыктар бар экендиги, мындай терс көрүнүштү окутуу процессинде маалыматтык жүктөмдүн адаттан тышкары көбөйүп баратышы коштоп жаткандыгы байкалууда. Мунун баары өсүп келе жаткан муундун ден соолугундагы тең салмактуулуктун бузулушуна алып барары айдан ачык.

Азыркы мезгилде балдардын ден соолугу бир кыйла начарлап бараткандыгын статистикалык маалыматтар көрсөтүп турат, тактап айтканда мектепти бүтүрүүчүлөрдүн 10,0% гана ден соолугу мыкты деп айтууга болот, ал эми 40,0% өнөкөт ооруларга чалдыккан. Ушундай түзүлүп калган кырдаалда ден соолугу чың адамды калыптандыруу эң маанилүү педа-гошкалык, медициналык жана социалдык проблема болуп калууда.

Өлкөдөгү социалдык кырдаалды талдоодон айкын болгондой, акыркы он жыл ичинде жаштардын социалдык абалга ыңгайлашуудан ажырап калуусу кашкайып көрүнүп калды. Анын күбөсү катары өспүрүмдөр менен жаштардын арасында укук бузуулардын көбөйүшүн, ичимдик ичүү менен баңги заттарга берилүүнүн өсүп бараткан деңгээлин жана өзүн-өзү өлтүрүүнүн көбөйүшүн айтса болот. Ошондой эле мындай терс көрүнүштөрдүн «курагы» тынымсыз жашарып бараткандыгы өкүнүчтүү. Мындай көрүнүш коомдогу ири социалдык проблемага айланып, аны чечүү жолдорунук негизгиси - валеологиялык тарбия экендигине ынанууга болот.

Аталган проблеманын актуалдуулугун Кыргыз Республикасынын "Билим берүү жөнүндө" мыйзамынын билим берүү тармагындагы мамлекеттик саясатты аныктоочу принциптерди камтыган беренелери да тастыктап турат. Ал принциптердин бир - адам өмүрү менен ден соолугунун артыкчылыктуу экендиги. Демек, бул артыкчылыктар билим берүү тармагы тарабынан таанылууга тийиш жана ошого ылайык конкреттүү иш-чаралар жүргүзүлүшү керек.

Адамдын ден соолугу анын саламаттыгын аныктап туруучу факторлордон көз каранды. Ал факторлор - адамдын биологиялык мүмкүнчүлүктөрү, социалдык чөйрө, жаратылыштык-климаттык шарттар. Буларды билүү ден соолук жөнүндөгү илимдин - *валеологиянын* негизин түзүп турат. Медицианын, биологиянын, экологиянын, психологиянын жана педагогиканын чекте-ринде жаралып, валеология өтө ыкчамдык менен педагогикага карай багыт ала баштады. Валеологиялык парадигма бүгүн ачык жана так чектерге ээ болгону менен, практикалык валеология даде болсо мектептин реалдуу турмушунда колдонуулуу жолун издеп келет.

Адамдын өнүгүүсүнүн валеологиялык багытынын идеясы байыркы дүйнөнүн окумуштуулары жана ойчулдары тарабынан да социалдык проблема катары каралып келген. Мисалы, Сократ мугалимдерге баланы ар тараптан тарбиялоо жана өнүктүрүүгө багытталган бүтүндөй бир кеңештерден турган мурасты калтырган. Сократтын педагогикалык идеяларын Платон өркүндөткөн. Ал замандаштарынын жалпылоолорунун негизинде өзүнүн "интеграциялашкан" мектебин - Академиясын түзгөн.

XVII-XVIII кылымдардын аралыгындагы педагогикалык жана гигиеналык ойлордун негизи Епифаний Славинецкийдин "Балалык каада-салттарынын жарандыгы" аттуу трактатында берилген. Анда балдардын гигиеналык жүрүм-туруму күндүк жашоого ылайыкташтырылып, мектеп окуучу-

сунун санитардык турмушунун белгилери сүрөттөлгөн.

Эл агартуунун өзгөчө мезгили (1711-1765-ж.ж.) болгон XVIII кылымдагы белгилүү орус окумуштуусу М.В.Ломоносовдун "Россиянын элин сактоо жана көбөйтүү жөнүндө" деген зор маанилүү эмгегин баса белгилөө керек. Мында ал адам проблемасын психологиянын, физиологиянын жана педагогиканын өнүгүнөн изилдөөгө кайрылган.

XIX кылым бизге азыркы валеологияны негиздеген бир катар окумуштууларды таанытты. Мисалы, С.П. Боткин адамдын ден соолугунун эволюциялык функциясын биринчилерден болуп аныктаган. Валеологиянын келечектеги илим катары пайда болуусунун маанилүү өбөлгөсү катары 1886-жылы П.Ф. Лесгафттык - адам проблемаларынын комплекси менен алектенген дүйнөдөгү биринчи институт -Адам институтун ачкандыгын белгилөөгө болот.

Ден соолук жөнүндөгү илимдин жаңы тармагынын так аталышын издеп жатышып, адистер "валеология" терминине токтолушкан. Бул терминдин автору И.И.Брехман адамдын ден соолугуна аныктама берген. Адамдын ден соолугу - сенсордук, вербалдык жана түзүмдүк маалыматтын үч тараптуу агымынын сандык жана сапаттык параметрлеринин кескин өзгөрүү шарттарында жаш курагына тиешелүү туруктуулугун сактоо жөндөмдүүлүгү [1].

Акыркы он жыл аралыгында мектеп окуучуларынын ден соолугу кескин начарлап кетүү тенденциясы байкалууда [2].

Ошентип, мектеп окуучуларынын ден соолугунун проблемасы талаптагыдай мамлекеттик чечимге ээ боло алган жок. Кыргыз Республикасынын Саламаттыкты сактоо министрлиги менен Билим берүү жана илим министрлигинде бул проблеманы ким жана кандайча чече тургандыгы жөнүндө так маалымат жок. Окумуштуу-медикилер проблеманы чечүүнүн төмөндөгүдөй жолдорун аныкташты: окуучулардын окуу системасына көнүүсүн жеңилдетүү менен алардын ден соолугун сактоого өбөлгө түзүү үчүн дарылоо, профилактикалоо, гигиеналык, реабилитациялык жана психологиялык жөнгө салуу иш чараларын жүргүзүү керек. Тилекке каршы, аталган иш-чаралар толугу менен жана максатка ылайыктуу деңгээлде аткарылбай келет, аны медицина менен билим берүү тармактарынан алынган мисалдар далилдеп турат. Кичи жаштагы мектеп окуучуларынын ден соолугунун абалын талдоо көрсөткөкдөй, окуучулардын 87,0% атайын колдоого муктаж. Статистикалык маалыматтарга ылайык Ош шаарындагы жана Ош облусунун кээ бир райондорунда окуучулардын 60,0-70,0% бүтүрүүчү класска жеткенче көрүү органдары начарлап, 60,0% - дене түзүлүшү нормадан четтеп, 30,0% - өнөкөт ооруларга чалдыгып калган. Өлкөбүздө жкяпысынан балдардын 90% психикалык сыр-коолорго кабылып калышкан. Акылы кем балдардын саны да көбөйүп баратат. [3]

Бир катар окумуштуулар балдардын ден соолугундагы нормадан четтеп кетүүнүн профилактикасы менен соолук бекем учурунда анда пайда боло баштаган терс көрүнүштөр менен күрөшүү гана эмес, көбүнчө алардын пайда болуусуна жол бербей коюу

керек экендигин аныктап, аны ишке ашыруунун жолдорун көрсөтүп беришкен. Демек, биздин оюбузча, бул багыттар кичи жаштагы мектеп окуучуларынын ден соолугун чындоонун, бүткүл педагогикалык жамааттын валеологиялык маданиятын калыптандыруунун өбөлгөсү болуп эсептелет, ошондой эле педагогикалык процессти валеологиялык коштоону түзүүчү бөлүктөр болуп саналат.

Валеологиялык багыттын маңызы баланын психологиялык жана физикалык ден соолугунун потенциалын өнүктүрүүдө турат. Аны ишке ашыруу жолдору - ден соолукту валеологиялык тарбия жана сергек өмүр сүрүү аркылуу чындоо. Балдардын ден соолугундагы нормадан четтеп кетүү мүмкүнчүлүктөрүн профилактикалоонун негизги багыттарын талдап чыгып, биз төмөндөгүдөй жыйынтыкка келдик: кичи жаштагы мектеп окуучулары өздөрүнүн ден соолугун сактоо менен аны чындоосу үчүн валеологдордун, педагогдордун, психологдордун, тарбиячылардын, башталгыч класстын мугалимдеринин жана ата-энелердин бир максатка багытталган системалуу иши талап кылынат.

Валеологиялык билим берүүнүн натыйжалуулугу валеологиялык технологиялардын жуурулушуусу менен байланыштуу, бул чаралар ден соолук маселелерин, сергек өмүр сүрүүнү, адамдын экологиясын жана валеологиялык маданиятын камтыйт. Педагогикалык валеологиянын негизги түшүнүктөрү болуп валеологиялык билим берүү, валеологиялык окутуу, валеологиялык тарбиялоо жана валеологиялык маданият эсептелет.

Валеологиялык окутуу - бул адамдын ден соолугунун калыптануусу, сакталышы жана өнүгүшү жөнүндөгү билимдин калыптануу процесси. *Валеологиялык тарбия* - бул ден соолукка жана сергек өмүр сүрүүгө карата баалуулук-багыттоо милдеттеринин калыптануу процесси, адам өмүрүнүн турмуштук баалуулугу жана жалпы маданияттык көз караштын ажырагыс бөлүгү катары түзүлүшү болуп эсептелет.

Кичи жаштагы мектеп окуучуларында валеологиялык маданияттын калыптануусу педагогикалык шарттардын комплекси менен камсыз болот:

- окуучуларды окутуунун педагогикалык процессин валеологиялаштыруу боюнча педагогикалык ишмердүүлүктүн жолдорун жана каражаттарын педагогдордун жана ата-энелердин валеологиялык компетенттүүлүгүн (уюштуруучулук-педагогикалык) аныктоо;

- окуучунун окуу учурунда өзү ыңгайлуу шартта окуп жатканын сезүүсү (социалдык-психологиялык);

- башталгыч класс окуучуларынын өз алдынча тарбия алууга, өзүн ишенимдүү сезүүгө жана билимдерин, билгичтиктерин жана валеологиялык кырдаалда өмүр сүрүү көнүмдөрүн иш жүзүндө бекемдеп алууга активдүү катышуу (жеке инсандык).

Билим берүү чөйрөсүнө болгон азыркы мамиле кичи жаштагы мектеп окуучуларынын сезиминде валеологиялык маданиятты калыптандырууга негизги катышуучуну көңүлдөн сырткары калтырып коюуда. Ал - мугалимдин өзү. А.П.Исаев жүргүзгөн комплекстүү социалдык-психологиялык жана валеологиялык

изилдөөлөр көрсөткөндөй, мугалимдердин 85,0% мектепте туруктуу стресстик абалды башынан өткөрүүдө, ошондой эле ар кандай соматикалык оорулардан, баарыдан мурда, жүрөк-кан тамыр ооруларынан жапа чегишет. Мындай абалдын курчутуу алардын валеологиялык маданиятынын жетишээрлик деңгээлде эместигин көрсөтөт [4]. Педагогикалык валеологиянын проблемалары боюнча илимий адабияттарды талдоо көрсөткөндөй, педагогикалык процессти валеологиялаштыруу жөнүндөгү маселе ачык бойдон калууда. Бул маселе тууралуу В.В.Колбановдун пикири боюнча төмөндөгүлөрдү ишке ашыруу керек:

- ден соолуктун жана сергек жашоонун критерийлерин иштеп чыгуу;
- ден соолуктун деңгээлин диагностикалоонун жана божомолдоонун конкреттүү усулдары;
- ден соолуктун этиологиясы жана валеогенез;
- валеопрактиканын усулдары (ден соолукту түзөп туруу практикасы);
- ден соолук мугалимин (педагог-валеологду) даярдоого карата квалификациялык талаптар;
- окуучулардын ишке жөндөмдүүлүгүнүн жана ден соолугунун педагогикалык технологиялары жана окуу режими;
- үзгүлтүксүз валеологиялык билим берүүнүн заманбап системасын түзүүнүн логикасы;
- валеологдун кесиптик даярдыгы жана мугалимдин валеологиялык маданияты;

- валеологияны окутуунун методикасы;
- билим берүү системасынын жана билим берүү мекемесинин валеологиялык кызматы.

Ошондой эле окутуу-тарбиялоо процессин валеологиялаштыруу жөнүндөгү ойду жаңы адамды тарбиялоонун натыйжалуулугун камсыз кылуу үчүн маанилүү жана керектүү деген көз караштан улам Л.Г.Татарникова да ырастайт.

Мында мугалимдин валеологиялык компетенттүүлүгү чечүүчү ролду ойнойт. Валеологиялык компетенттүүлүк деп, биз мугалимдин валеологиялык билим берүүнүн негизинде баланын жекече өзгөчөлүктөрүн ачып берүүгө, анын физикалык жана психикалык ден соолугун камсыз кылууга багытталган билим берүүнү жүргүзүү ишмердүүлүгүн түшүнөбүз.

Адабияттар:

1. Брехман И.И. Валеология - наука о здоровье.-М.: Физкультура и спорт, 1990. -С.33, 167.
2. Мурзахматов А.Р. К проблеме сохранения физического и нравственного здоровья молодого поколения в системе образования. Вестник ОшГУ, №4, Ош,-2008. 42-47.
3. Мурзахматов А.Р. Валеологическое сопровождение педагогического процесса в школе Вестник КАО, Бишкек. - 2009. №3 159-164.
4. Мурзахматов А.Р. Формирование здорового образа жизни современного школьника. Вестник Каз НУ, Алматы- 2010. №1(29) 40.

Рецензент: д.пед.н., профессор Бабаев Д.Б.