**Ф. Эр.:** "В настоящее время уже значительно распространено убеждение, что существующее устройство школ вредит здоровьюдетей"

Действительно, о неудовлетворительном состоянии здоровья детей мы говорим не первое десятилетие. Это ситуация не сегодняшнегодня и сложилась она не только в результате плохих социальных условий последних реформенных лет. Связана она со многими факторами. И один из главных - общеесостояние здоровья населения страны. Как говорить о здоровье ребенка, о его способности к нормальному развитию, если его мама, увы, имеет целый наборсерьезных хронических заболеваний. Даже по официальным данным мы имеем 60% патологий при родах. А это, значит, каждый такой ребенок имеет комплексфакторов риска в развитии.

Другая сторона этой проблемы - экология. В неблагоприятных экологических зонах (а таких зон у нас в России не мало)состояние здоровья россиян и того хуже. Безусловно, велика и роль социального фактора. Именно к этому, социальному, фактору я бы отнесла и нашу школу. Потомучто социальное неблагополучие - это неблагополучие, связанное с неудовлетворительной социальной адаптацией родителей и ребенка. И ее перваяступень - как правило, школа.

Объективности ради, надо сказать, что у школы есть свои объективные причины и трудности. В большинстве из них занятия идут вдве, а то и в три смены, очень высокая наполняемость классов, во многих школах не достаточно квалифицированные педагоги, нерационально организован учебныйпроцесс. Не следует забывать, что у нас 70% сельских школ, у них свои проблемы, мало зависящие от усилий реально работающих в них специалистов.

Но кроме этого есть комплекс проблем, напрямую связанных с тем, что может школа, что должна уметь делать.

**Ф. Эр.:** "... школа часто получает далеко не безукоризненный материал в лице большого количества плохо упитанных и слабыхдетей"

На самом деле каждый ребенок готов к обучению, он не готов иногда к тем условиям, которые создает школа, или школа не готоваработать индивидуально с ребенком. Я не случайно изменила акцент, потому что от этого зависит взгляд на ситуацию, взгляд на проблему. Если не ребенок виновен втех бедах, которые потом возникают, в том числе, и в ухудшении состояния здоровья, тогда кто-то ответственен за это. Изменение акцента заставляет школуискать варианты работы.

По данным медиков более 80% детей, приходящих сегодня в школу, имеют отклонения в состоянии здоровья (наиболее типичные -отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, в развитии органов зрения, комплекс пограничных расстройств состояния нервной системы, маловыраженныепоследствия органического повреждения центральной нервной системы, то, что специалисты сейчас классифицируют как минимальные мозговые дисфункции, комплексыхронических заболеваний). Выпускников больных - уже 90%. Разница - 10%, но эти цифры не отражают тяжести и комплексности тех нарушений состояния здоровья,которые получает ребенок за годы обучения.

В чем причина, почему мы акцентируем внимание именно на школе? Во-первых, потому что ребенок в этот период проводит около 70%своего времени именно в школе. Во-вторых, это длительный период воздействия, от которого ребенку просто деться некуда. В-третьих, организм ребенка в этотпериод, период обучения в школе наиболее чувствителен к воздействию любых неблагоприятных факторов, тем более, комплексных, отрицательно сказывающихся насостоянии здоровья. Не обращать внимания на это - преступно. Но мало толку от крика "караул", если не предлагать пути выхода из этой ситуации.

Сейчас появился шанс изменить школьную ситуацию. Предполагается, что двенадцатилетняя школа будет принципиально иной: по укладужизни, по организации учебного процесса, по интенсивности нагрузок, по объему нагрузок, которые будет получать ребенок. Работа предстоит трудная идлительная. Задачи министерства в ближайшие три года, до введения полноценного двенадцатилетнего обучения, предлагается решать последовательно. Педагоги,чиновники, общественность должны понимать, что никто не собирается пороть горячку, делать это быстро и непременно сейчас, есть запас времени, которыйпозволяет эти проблемы решать.

**Ф. Эр.:** "...едва ли могут быть полезны в каком бы то ни было отношении те страшные мытарства, которые испытывают дети во времяэкзаменов, или тот искусственный культ самолюбия, который поддерживается среди учащихся существующей во многих местах балльной системой"

Жесткое требование министерства в первом классе отменена оценка любых домашних заданий. Эффект оценивания и сравнивания долженбыть снят, так как это очень сильный стрессогенный фактор для ребенка.

Еще один плюс новой концепции образования - это то, что дети, выбравшие свой путь, свою будущую профессию, имеют возможностьполучить квалифицированную, полноценную подготовку в рамках школьного обучения. Это не репетиторы, не занятия на подготовительных курсах, требующих отабитуриента дополнительных затрат сил, времени, денег.

Другая задача подготовки к вводу двенадцатилетнего обучения, это система тестирования на выходе из двенадцатого класса,как предполагается, тестовые экзамены будут и вступительными экзаменами для поступления в вузы. Последнее разъяснение Министерства состояло в том, чторебенок, получивший определенное количество баллов на тестовых выпускных экзаменах, имеет право разослать свои результаты в разные вузы.

Детям не приходится дважды сдавать экзамены, появляется неразрывная связь школа-вуз. Мы разгружаем старшеклассника, и этоочень важно, потому что ребенок растет и развивается, организм его еще полностью не сформирован и в 16-17 лет, когда он заканчивает школу. Этодостаточно острый период развития, а чрезмерная школьная нагрузка ложится как раз на старшеклассника, выпускника. Предлагаемая система позволяет снятьчрезмерность нагрузки, стрессы.

**Ф. Эр.:** "Доктор Нестеров, исследуя 216 человек учащихся в одном из средних учебных заведений Москвы, нашел среди них 71человека, или 32%, нервная система которых была найдена ненормальной, причем, эти нервные расстройства (повышение психической чувствительности, головные боли,периферические невралгии, сердцебиение и т.д.) оказались резко прогрессирующими с каждым классом: в младших классах их было 8-20%, а в старших - 60-70%"

Другой компонент проблемы стресса детей - это требования родителей. И на этом, возможно, стоит остановиться поподробнее,потому что особенно в последнее десятилетие, мы видим все возрастающую жесткость требований родителей, очень часто не учитывающую возможности своегочада. Желания родителей отдать ребенка в школу с более жесткими требованиями, в школу, где больше нагрузок, вполне понятно. Они считают, что таким образом ониобеспечивают благополучное будущее своему наследнику, но забывают, что если ребенок потеряет здоровье, то не будет ничего того, о чем они мечтали. Сегодняобщая задача средств массовой информации, медиков и педагогов вести систематическую работу с родителями, разъяснять им, что жесткость требований,неадекватная возможностям ребенка - главный фактор ухудшения состояния здоровья ребенка. Ко мне на прием часто приходят родители, возмущающиеся тем, что ихребенок не реагирует на плохие отметки. Приходится убеждать их, что это - счастье, потому что если ребенок будет переживать, то оценки будут еще хуже, ао состоянии физического здоровья и говорить не приходится. Родители, которые изо дня в день показывают свое неудовлетворение, только резко ухудшаютсостояние, и тут уж неважно шестилеткой пришел в школу малыш или семилеткой. Эта неадекватность требований может сломать и подростка-старшеклассника.Снисходительность, доброжелательность и терпение - лучшее средство против стресса и плохой успеваемости. Да, у ребенка могут быть неудачи. А, собственно,чего же мы ждем?! Если у нас 60% патологий в родах, часто незаметных для родителей и воспитателей нарушений в развитии в первые годы жизни. Но вот сменаусловий - и все проблемы, все патологии проявляются. И здесь очень важно, чтобы это понимали родители.

**Ф. Эр.:** "и если разгружать, то надо естественно начинать с младших классов, так как здесь контраст между предыдущей свободойребенка и принуждением, которое связано с регулярным посещением школы, является наибольшим и так как в действительности этот переход проявляется у детеймногими болезненными явлениями. От 16 до 18 часов спокойного сидения в неделю при более или менее напряженном внимании вполне достаточно для шестилетнихкрошек"

С какого возраста учить ребенка? Этот вопрос обсуждается и педагогами, и психологами, и медиками, и физиологами. Я должнасказать, что наш институт вел самую активную работу по комплексному исследованию эффективности и возможности обучения шестилетних детей в школе.Эти исследования начинались в 1972/73 учебном году. Детей наблюдали сначала два раза в год (в начальной школе), затем раз в год до выпускных классов. Мы имеемданные, как растет и развивается ребенок, если он пришел в школу в шесть лет. Мы не наблюдаем отрицательных изменений ни в развитии, ни в состоянии здоровья,если правильно организован учебный процесс (под этим подразумевается все: и педагог, знающий особенности развития ребенка, и виды, формы деятельности, иметодики, технологии обучения, и интенсивность работы, и организация режима учебного процесса).

Собственно программы и методики обучения, которые подготовлены для этого в рамках программы "Школа 2000", непозволят интенсифицировать учебный процесс, они так выстроены, урок так рассчитан, что даже если учитель очень захочет, ему будет трудно нарушить этитребования и нормы.

**Ф. Эр.:** "Один школьный врач, даже самый лучший, не может осилить стоящую перед ним задачу; это в природе вещей. Со своей стороны,учитель не может заменить школьного врача... Оба эти элемента не должны враждебно противопоставлять себя друг другу. В интересах школы, лучше сказать винтересах учащейся и подрастающей молодежи, они должны работать совместно. Это очень хорошо возможно при наличии доброй воли и убеждения в важности дела...Все же здоровое сотрудничество между врачом и учителем требует одного предварительного условия, а именно, чтобы учитель не только имел известныйинтерес к вопросам школьной гигиены, а также обладал бы в известной мере положительными знаниями в этой области"

И еще - родители. Они должны взвесить все "за" и "против", когда приводить ребенка в школу, правовыбора за ними. Физиологи очень хорошо знают, что существуют расхождения между биологическим и паспортным возрастом. Это расхождение может быть достаточнобольшим - от полутора до 2 лет. И не плохо бы родителям об этом знать.

Хорошо бы, чтобы педиатр был в курсе этих проблем и помог родителям в решении этих вопросов. Мы с АлександромАлександровичем Барановым, президентом Союза педиатров России, этот вопрос обсуждаем в течение последних двух лет. Обсуждали эти вопросы и на объединеннойсессии двух академий (медицинских наук и образования ), которая прошла прошлой весной. Здесь должен быть встречный курс. С одной стороны, эти знания должныдаваться при подготовке врачей, работающих с детьми, и при подготовке учителей, психологов обязательно уделить большее внимание специализированной медицинскойтематике. Я должна сказать, что единственный университет, в котором существует кафедра возрастной физиологии, относится к РАО.

Недавно благодаря инициативе А.А. Баранова вышел большой труд "Физиология роста и развития детей и подростков" дляврачей. Мы готовим такой же учебник для педагогических вузов. Предполагаем, что эти знания нужны и среднему медицинскому персоналу, медсестрам, которые будутработать в школах. Есть надежда, что комплексные перестройки системы образования, подготовки медицинских и педагогических кадров, систематическаяработа с родителями (пока, к сожалению, эта работа малоудовлетворительная, плохо в ней участвуют СМИ), повышении их образовательного уровня.

Важный момент для дальнейшей работы - оценка ребенка по функциональному развитию и состоянию здоровья. Интеллектуальноеразвитие ребенка - это только один из показателей, обеспечивающих полноценное обучение. Часто приходится наблюдать ситуацию: ребенок с блестящим интеллектом,а физиологически - с очень зрелой корой головного мозга, соответствующей его возрасту, и незрелостью регуляторных структур мозга, которые обеспечиваюторганизацию деятельности. Такой умненький ребенок не удобен в школе - он не может организовать себя: у него страдает концентрация внимания, он может бытьгиперактивен или наоборот, заторможенный, вялый. Он не просто неудобен, его отправляют в коррекционный класс.

Помимо научной работы, которую ведут сотрудники нашего института (хотя их фундаментальные исследования, публикации по ним - эторуководство к действию для практиков), мы регулярно проводим ежегодные школы по возрастной физиологии, в их работе принимают участие специалисты разныхспециальностей - и педагоги, и психологи, а последнее время, и медики. Мы полагаем, что изменение программ, вузовских учебников тоже даст заметныйэффект.

**Ф. Эр.:** "... известная разгрузка учебного плана становится возможной благодаря несколько измененному восприятию цели и задачишколы"

В концепции двенадцатилетней школы проблемы охраны и укрепления здоровья - выделены как приоритетные задачи школы. И мыбудем их решать на разных уровнях и в разных формах - это будут делать биологи, преподаватели естественнонаучных дисциплин, это будут делать преподаватели врамках такой дисциплины, как ОБЖ, это будут делать специалисты, работающие в школе - психолог, логопед, социальный педагог, медицинский работник.

Когда я говорю о том, что сохранение и укрепление здоровья становится приоритетной задачей новой школы, то имею в видусоздание условий и формирование у ребенка ценности здоровья и здорового образа жизни. Будет ли это отдельный курс или это будут циклы, включенные вобще-естественные дисциплины (курс которых у нас весьма обширен, и не использовать этот потенциал просто грешно), пока трудно сказать. Мы неостанавливаемся только на этом. Мы предложили программу о правильном питании в начальной школе. Она работает сейчас во многих регионах, а апробировалась в 160московских школах. Мы собрали фантастические данные анкетирования родителей. Есть, например, тема "Как сделать кашу вкусной". Не многие дети любяткашу, но наша программа, методика и технология выстроены с учетом особенностей возрастного развития. Дети играют. А в результате анализ собранных данных,показывает, что, например, в Дальневосточном регионе, где ее применяли, количество детей, евших кашу на завтрак, возросло с нескольких процентов до 80!И родители удивляются: мы для себя из этой книжки для первоклассников узнали много нового, интересного и полезного. То есть формируя у детей определенноемировоззрение по этим вопросам, мы воздействуем и на их родителей.

Вторая серия "Волшебные уроки в стране Здоровье" - для второго и третьего класса. Она направлена на раннююпрофилактику наркомании во всех формах - табак, алкоголь, дурман. Увы, первый опыт употребления табака или алкоголя, даже в этом нежном возрасте, многие ужеполучили, а иногда и дома. Есть и другие формы работы. Наша лаборатория валеологии обобщает опыт общественного движения "Школа здоровья",чтобы показать, насколько эффективной может быть такая работа, как можно реализовать такой опыт.

Если задача школы не только дать знания, умения и навыки, но еще и сохранить и укрепить здоровье,значит, система этих мер в рамках двенадцатилетней школы будет прописана точно так же, как "знания, умения, навыки". Я даю слово, так как занимаюсьэтим направлением отстаивать это в рамках всей программы, в рамках концепции, в рамках разработки базисного плана, стратегии образования двенадцатилетнейшколы.

**Список использованной литературы**:

Журнал "Экология и жизнь". Статья*Безруких М.М.*