

АСПЕКТИ НА ЗДРАВНО ВЪЗПИТАНИЕ В РАБОТАТА НА УЧИТЕЛЯ ПО БИОЛОГИЯ И ЗДРАВНО ОБРАЗОВАНИЕ

Андон Крумов Тошев

ASPECTS OF HEALTH EDUCATION IN THE WORK OF THE TEACHER OF BIOLOGY AND HEALTH EDUCATION

Andon Krumov Toshev

Abstract: The leading personal and social value is human health. In the present study, issues of health education are analyzed (potentialities, specific goal, tasks, forms, etc.) in the framework of Biology and Health Education. The teacher is the one who is able to meet the needs of curious young people and prepare them as best as possible for a dignified, healthy social life, family and parenthood. He can achieve this only with sufficient personal and professional competence in the field of health education and systematic work for the health upbringing of his students. The article presents personal experience in the field of health education, realized in a student audience in order to empathize with a global health problem.

Key words: public health, health education, health upbringing, Biology, forms of health education

Увод

Общественото здраве е сложна и разнообразна система от социално-здравни явления. Може би няма по-уместно изказване от думите на Рудолф Вирхов, изречени преди повече от 150 години: „Ако медицината желае наистина да изпълни своите велики задачи, тя трябва да интервенира в социалния живот” (Балканска, 2009, с. 5). Съвременното обществено здравеопазване се приема като комплексен подход за защита и опазване здравето на населението и включва всички услуги, насочени към повишаване степента на здравето, в това число „превантивни, лечебни, палиативни интервенции, прилагани индивидуално или комбинирано към отделни лица или населението като цяло (<http://ru.wikipedia.org/>). За постигането на тази цел образованието е съществен компонент за насърчаване на здравето (Асенова и колектив, 2006). Потребностите, свързани със създаването на подходящи условия за повишаване на здравните знания и отговорно поведение, непрекъснато нарастват (Младенова, 2001). В тази връзка днес често се използва едно друго понятие – „здравна грамотност”. Това е комплексен термин за описване на набор от резултати на видове здравни дейности, насочени към подобряване на здравето посредством здравно образование и възпитание (Health promotion, An International Journal, Ottawa, Oxford, UK, 1986, Volume 1 Number 4).

**Цел и задачи на работата по здравно възпитание в обучението
по биология и здравно образование**

Здравното възпитание се определя като непрекъснат процес, чиято дейност е насочена към развитие и усъвършенстване на психическото и физическото здраве на личността (Борисов, 1998). П. Костова допълва целта на здравното възпитание с правилно „формиране и укрепване на физическото и психическо здраве на детето и юношата, хармоничното им развитие като дееспособни и жизнеспособни личности“ (Костова, 2000, с. 108).

Повишено внимание към здравето съществува още в древността. Здравното възпитание намира отражение в сентецията „Здрав дух в здраво тяло“ и още тогава е осъзнато, че заедно с развитието на духовната страна на личността е необходимо да се работи и за здравното възпитание. В древна Гърция и особено в древна Спарта здравето тяло е издигнато в култ (Дуржинский, 2000). Същото отношение се наблюдава и в древен Рим.

В България първите сведения за здравно възпитание са от периода на Възраждането, а местата, където е прилагано, са килийните училища (Димитров, 1999). Здравни съвети за човешкото здраве и неговото опазване са описани в „Рибния буквар“ на д-р Петър Берон. С развитието на знанията за природата здравното възпитание намира реализация в естествените науки и най-вече в науката за живата природа – биологията, където теоретичните знания и практическите умения са в основата на здравното образование.

Биологията е започнала развитието си като чисто описателна наука. Тя е една от най-бързо развиващите се науки в края на 20-ти и началото на 21-ви век и се е превърнала в модерна аналитична наука с широк обхват от теоретични и практически компетентности. Въпреки че първите познания за живата материя, оформени като научни знания, датират още от Античността, най-силен тласък в своето развитие биологията получава непосредствено с появата на технологичния прогрес на човека. Всички съвременни биологични знания се дължат на възможностите на техническото развитие и постиженията на други науки – химия, физика, математика, компютърните технологии и пр. Тези постижения дадоха възможност на биологията да навлезе дълбоко в тайните на организмовия свят в изучаването на строежа, организацията и функциите, развитието и многообразието на живите организми, техните взаимоотношения и взаимоотношенията им с околната среда. В качеството на фундаментална наука биологията е в основата на редица професионални науки като медицина, дентална медицина, фармация и всички останали чисто биологични направления. Достатъчно е само да се спомене какво огромно значение има генетиката (като биологична наука) за човека, а и не само за него. Ето защо няма да бъде преувеличено, ако се каже, че бъдещето ѝ принадлежи. Днес широко популярни биологични направления, оформени като самостоятелни науки, но част от фундамента, са: анатомията, физиологията, генетиката, екологията, еволюцията, биохимията, биофизиката, молекулярната биология, микробиологията,

вирусологията и пр. Всички те са едновременно самостоятелни, но и неразривно свързани и са включени в учебния процес на средното училище в учебната дисциплина *биология и здравно образование*.

Биологичните науки са в основата на здравното образование и възпитание, тъй като механизмите на здравето се базират на жизнените процеси и явления, които представляват предмета на биологията.

Обучението по *биология и здравно образование* в средните училища дава основните знания на обучаващите се за съществуването на живите организми и организацията на организмовия свят. Създадена е необходимата подготовка на учениците в гимназиалния етап на обучение да придобият знания и умения, за да продължат образованието си във висше училище с приеман изпит по биология. За целта е предвидено общозадължително и профилирано обучение (с увеличен хорариум в т.ч. и часовете по СИП) за изучаване на основните и допълнителните тематични единици. В училищните надпревари и състезания, каквито са олимпиадите, е включено изискване учениците да притежават освен отлични теоретични познания, и практически умения за работа с биологични обекти и биологични процеси. Придобиването на такива умения не може да стане само на базата на теоретичната подготовка, предвидена в редовната форма на обучение. Ето защо създаването и реализирането на кръжочно обучение, освен че е подходяща, е и нужна допълнителна форма на обучение, при която успехът на учениците се увеличава многократно.

Цел на обучението по *биология и ЗО* е да формира у подрастващите система от знания за здравето на човека и да формира чрез здравното и трудовото възпитание принципи, навици и правила за водене на здравословен начин на живот и да изгради младите хора като здрави, дееспособни бъдещи родители и възпитатели.

Пред учителя по *биология и ЗО*, във връзка с поставената по-горе цел, стоят следните задачи, свързани с неговата професионална дейност:

1. Да въведе обучаващите се в учебния предмет, запознавайки ги с биологията като наука;
2. Да изгради достатъчни теоретични знания за анатомията, физиологията и хигиената на човека;
3. Да запознае подрастващите с някои основни заболявания при човека, с които те биха могли да се срещнат в живота;
4. Да запознае младите хора с принципите и правилата на здравословния начин на живот, като направи всичко възможно те да възприемат тези принципи;
5. Да запознае подрастващите с най-често срещаните *пороци*, наблюдавани сред младите в обществото;
6. Да създаде чувство за отговорно поведение спрямо другите и чувство за вина при извършване на провинения и при безотговорно отношение към живота, застрашаващи и личното здраве и живот, и това на околните;
7. Да формира у подрастващите доколкото е възможно основни хигиенни

навици, без които пълноценният природосъобразен живот е немислим;

8. Да формира цялостен поглед у учениците за връзката на човека с околната среда, да пазят природата и да полагат грижи за нея;

9. Да участва в разработването и прилагането на иновативни педагогически технологии, свързани с различните видове здравни дейности;

10. Да участва в разработването на национални стратегически задачи в областта на здравното образование и възпитание;

11. Да участва заедно с други преподаватели в национални и регионални научноизследователски проекти в областта на здравното образование и възпитание, като насърчава учениците да се включват активно и отговорно в научните разработки;

12. Да се старее да предостави възможност за достъп на обучаващите се до информация по въпроси, касаещи общественото здраве и личното здравно отговорно поведение;

13. Да повишава здравната грамотност на населението (в това число на ученици и студенти), като участва в публични дебати на здравна тематика;

14. Да участва в национални и регионални здравни програми, свързани с промоция и превенция на общественото здраве;

15. Да разработва самостоятелно или в колектив учебни програми, учебни помагала, учебни практически занятия, свързани с учебния предмет *биология и ЗО*.

Може да се обобщи, че обучението по *биология и ЗО* и *здравното възпитание* се реализират в единство и имат съществен неоспорим принос за постигане на целта и задачите за формиране на здравния облик, компетентност и начин на живот на учениците.

Възможности за реализиране на възпитателни взаимодействия

Днес образователното пространство дава възможност за свободно развитие на ученическата личност. Усвояването на учебния материал, изграждането на биологична компетентност и здравното възпитание се реализират в условия на емпатийни взаимодействия на ученици и преподаватели (Воденичаров и колектив, 2006; Попов и колектив, 2006; Петрова и колектив, 2011). Преподавателят трябва да се стреми да поддържа интереса към учебната дисциплина, да организира кръжочна и научна дейност (Попов, 2005, 2006).

Възможностите за постигане на посочените по-горе задачи са предоставени на учителя в различните форми на обучение – ЗИП, СИП, кръжочни училищни и извънучилищни дейности, домашни задачи, разработване на самостоятелни или групови задачи в клас или в извънучебно време, час на класа и др. Успехът в това начинание се крие на първо място в създаването на подходящата среда за учениците. Мястото, където учителят ще срещне за първи път своите ученици, е класната стая. Тя е работното място на класа. Класната стая също възпитава. Какво е нейното състояние, не е маловажно за успеха както на учителя, така и на учениците му. Тя трябва да бъде чиста, спретната, подредена, уютна, да създава

чувство за сигурност, но и същевременно респект у учениците към учебния предмет и учителя. Класната стая като работно място е „фабриката” за изграждане на навици и дисциплинирано поведение. За изрядния вид на класната стая отговорност носят всички ученици от класа. Те са длъжни да пазят класната стая, да се грижат за нея. За постигането на това задължение от страна на учениците, основна роля има учителят. Чрез креативност и подходящ педагогически подход той може да стимулира учениците да обикнат класната стая. Примерен похват е като покаже красотата и ползите от комфортното помещение. Един от механизмите учениците да поддържат класната стая изрядна е трудът (трудова възпитателна дейност) – почистват класната стая, поддържат чиста учебната дъска, грижат се за цветята, ако има такива и др. Важно е подрастващите да се възпитат на отговорност към работното място, да поддържат чисти, здрави и подредени ученическите скамейки. Особено важно е учениците да осмислят значението, да чувстват удовлетворение от подобни дейности и сами да създават приятна обстановка. Още по-формиращо е, когато те създават свои произведения – картини, учебни табла, макети, които да бъдат поставени в класната стая – на стената или на някоя витрина. Практиката във времето е доказала, че произведенията – на собствения ученически труд в учебния процес поражда отговорност към създаденото, а това води често до ревниво чувство за съхранение.

Друг компонент в реализирането на поставените по-горе задачи е планирането и организирането на обучението по *Биология и ЗО*. Основна роля за това има учителят. Той трябва да мотивира учениците за изучаването на съответната тема (да ги въведе в нея), да предостави време на учениците да насочат вниманието си към нея. Това може да бъде под формата на кратък разказ за неща от живота, които обаче задължително трябва да имат отношение към учебната тема. След като учениците са проявили интерес, се пристъпва към същността на темата. Опитът на голям кръг преподаватели сочи, че „сухото преподаване” няма желан ефект за усвояване на нужните знания. Когато се касае за нови знания, голямата тежест пада върху учителя. Той трябва така да проведе своя преподавателски разказ, че да не изгуби вниманието на ученическата аудитория. В случай на подобен риск, уместно е преподавателят чрез насочени към класа въпроси в контекста на темата да провокира интереса и вниманието на учащите. В определени ситуации преподаването може да се организира като кратка дискусия, преди учителят да продължи с излагането на учебния материал. В края на урока се планират дейности (контролни, проблемни въпроси или различни задачи) за затвърдяване и обобщаване на учебното съдържание по темата, провокират се умения за прилагането му, правят се междутематични връзки.

Цялата дейност на преподавателя трябва да е изградена на базата на трите основни модела на здравното възпитание – инструктивен, съпричастен и промотивен. Промотивният модел е особено наложителен в края на дискусията,

когато обучаваните, които са с различни знания, възгледи, възможности и интереси (в т. число и заинтересованост), трябва да повишат самовъзпитанието си и с това да се подпомогне саморегулирането на здравното им поведение.

Методиката, която учителят ще използва в своята работа, също е много важна за образователните и възпитателни резултати. Изборът на метод е детерминиран от интересите, възможностите на възрастта, особеностите на конкретната аудитория, в това число предварителна информираност по отношение на разглежданата тематика. Освен по-рутинните методи като „устно слово” (лекция, беседа), „печатно слово” (брошури, книги, учебни материали и помагала), онагледяващи елементи (реклами, макети, снимки) и комбинирани методи (филми, компютърни модели, игри), все по-често се прилагат интерактивните методи.

Възможности за сътрудничество с други фактори за здравно възпитание

Тъй като поставените задачи по отношение на процеса на здравно възпитание са обемисти по своето съдържание, възпитателният процес по отношение на здравето при учениците не може да се осъществи в рамките на един учебен час. Здравното възпитание е продължителен процес, обхваща раздели от учебни единици, разпределени в различни класове в зависимост от възрастта и психологическото развитие на учениците. Учебната дисциплина *Биология и ЗО* е тази, в която е предвидено поетапно да се усвояват знанията и уменията по отношение на здравословното развитие на децата и подрастващите. Началото на този продължителен във времето процес е още в семейството, детската градина и началното училище, където формирането на хигиенните навици у децата е много важно – редовно миене на ръце, чисти и спретнати дрехи и пр.; прогимназия – здравословна храна, лична хигиена; и гимназиален етап, където вниманието на юношите и девойките основно се насочва към същността и проблемите на половото съзряване, здравословното хранене, пороците по време на пубертета, формира се психиката на полово съзряващия човек, изграждат се отношенията между половете. Ролята на учителя по биология е да успее да изгради правилна представа за чисто биологичните явления, свързани с биологичното развитие на човека, здравословния начин на живот, личностното формиране и психологическото израстване на младия човек, изграждайки фундаментална представа за човека като биосоциално същество, базирана върху стабилна система от знания. Цялостният процес по здравно възпитание включва и обособени учебни форми. Те могат да се реализират самостоятелно или обединени в групи (ако имат сходна, близка тематика) в рамките на учебния процес в сътрудничество с други педагози, специалисти и институции.

Описание на форма за здравно възпитание

(пример от личния ми опит като преподавател в МУ-София и експерт в СРЗИ – София)

Провеждането на форма на здравно възпитание следва да бъде свързано с

разглеждането на даден конкретен здравен проблем. Най-често срещаните въпроси са свързани с полово преносимите инфекции и естествено тази тема има най-голям интерес сред подрастващите и полово съзряващи млади хора, които навлизат в своя активен полов живот.

В училищата периодично се провеждат беседи, лекции, срещи с медицински лица по повод различни мероприятия. Един такъв момент е отбелязването на 1 декември всяка година като световен ден за борба с ХИВ и СПИН. Участвал съм няколко поредни години с презентации на тази тематика в различни училища на територията на град София.

Тъй като темата е особена, важен момент е да се избере целевата група. Касае се за ученици в горен клас, които би следвало да имат база знания за анатомията, физиологията, хигиената на човека, микроорганизмите – бактерии, гъби, вируси; преминали са основен курс, в който са изучавали тези теми. **Целта** на подобно участие е да разшири максимално обхвата от нови актуални знания, да създаде по-реална представа за дискутираната тема и да провокира здравословно поведение. Провеждането на такова мероприятие включва:

А) Предварителна подготовка

1. Подготвяне на мултимедийна презентация, богато илюстрирана с примери и теоретичен материал, достъпен за учениците, и премерен обем, подходящ за времето, с което се разполага:

- няколко слайда за историята на полово преносимите инфекции, появата на ХИВ и СПИН, и за учени свързани с изследването на проблема;
- слайд за кратка класификация на патогенните причинители на съответните полово предавани болести, структурата им, техните физиологични особености, жизнен цикъл и механизми на разпространение;
- слайдове с актуална информация за начините на заразяване, клиничните (болестни) промени, подходите за диагностициране, терапията, профилактиката;
- слайд, който поставя акцент върху поведението при половото общуване с цел предпазване от заразяване, указване на местата за медицински консултации и лабораторни изследвания, специализираните кабинети – в това число КАБКИС кабинетите в областните градове.

2. Набавяне на материали, най-често брошури с образователна цел (материали от Министерството на здравеопазването и Столична регионална здравна инспекция);





3. Набавяне на мостри (най-често бързи тестове за извършване на изследванията), за които се говори в темата, и които да се покажат на учениците с цел формиране на нагледна представа.

Б) Реализация на презентацията

1. Подготовка на класната стая – проверка на осветлението, акустиката, мултимедийния прожектор, платното за прожекции, осигуряване на добра видимост от всички краища на помещението;

2. Пробег на слайдовете на презентацията;

3. Подреждане на брошурите и учебните материали на учителското бюро с цел възбуждане на интерес в аудиторията;

4. Приготвяне на мострите, които ще се показват в хода на презентацията;

5. Посрещане и настаняване на аудиторията;

6. Начало на презентацията по предварително създадения план-график, моментни паузи за контролни дискуссионни въпроси; демонстрация с мостри и примери за съответния въпрос;

7. Приключване на презентацията. Поставяне на отворени въпроси за дискусия – връзка ученици-учител/презентатор, като се спазват принципите за индивидуален подход към всеки един участващ в дискусията. Всеки има право да участва в дискусията, да слуша, да си води записки, да задава въпроси, да изказва лично мнение и да обоснове становището си;

8. Решаване на кратък тест-анкета, за да се установи резултатът от проведеното мероприятие (колко и как е усвоена информацията, анализ);

9. Раздаване на брошури за лично ползване и самообразование на учениците на базата на знанията, придобити от конкретната презентация;

10. Мнение от аудиторията за проведеното мероприятие (било ли е полезно за тях, формата на обучението била ли е достъпна, интересна). Участниците могат да дават идеи за разрешаването на поставения проблем, неговото бъдещо развитие и може ли човечеството да надмогне проблема – как и с какви средства;

11. Направили ли са си учениците собствени изводи и колко сериозно са възприели проблема за полово преносимите инфекции, ХИВ и СПИН. Въз основа на това може да се направи прогнозна оценка на възможността на учениците да пристъпят към самовъзпитание с цел предпазване на здравето си.

В своята практика някои колеги (например от ПМГ „Акад. С. Корольов” –

Благоевград) отбелязват този ден с презентации по темата, които са изготвени от самите ученици, информационни табла и собственооръчно изготвени постери дискутирани в постерни сесии. В тези случаи ученикът/учениците влизат във функцията на презентиращи автори, а след самото изложение на презентацията се пристъпва към обща дискусия. Учителят взема също активно участие с въпроси към класа или допълнения и пояснения по темата, в случай че нещо е останало неразбрано.

В заключение следва да се отбележи, че крайната цел на представената форма на здравно възпитание е да се повиши здравната култура при младежите, да се изградят представа и навици за личната и половата хигиена като основни фактори, имащи отношение към здравословния и пълноценен начин на живот. Добрата информираност е фактор за избягване на нежелани здравословни инциденти (например заразяване с венерическа болест при 16-20-годишни лица). Постигането на максимален положителен ефект е пряко свързано с други страни и форми на възпитанието – физкултура и спорт, екологично възпитание, здравословно хранене (пак като компонент на здравно възпитание). Реализирането на подобна форма на здравно възпитание е съобразено и с посочването на положителни и отрицателни примери, с цел да се направят и обобщат изводи. Крайната цел е да се повиши здравната култура на всеки един младеж като база за правилен, жизнерадостен здравословен старт в живота му.

Заклучение

Здравното образование и възпитание е един сложен и дълъг процес. Неговото съдържание трябва да успее да формира у подрастващото поколение знания, нагласи, умения за избор на правилен и здравословен начин на живот. Основно задължение на здравното образование е да се формират нужните знания на младежите и девойките за природните процеси и явления, за това как е изградено и как функционира човешкото тяло; кои са опасните болести, с които могат да се сблъскат в живота те самите или техни близки и приятели; кои са способите, с които да противодействат на болестта; кои са пороците и как те вредят на тяхното здраве. От своя страна *Здравното възпитание* като единство на въздействия, взаимодействия и самовъздействие изгражда здравната култура на младите хора и със своята психологическа, превенционална, превантивна подготовка им осигурява добър старт в живота. Единственият начин да се постигне това равновесие и висока положителна оценка е изграждането на синхронизирана връзка между обучаващия и обучаваните. Според П. Костова (2000) личността на детето и юношата е обект и субект на здравното възпитание. То трябва да започне още в ранните години на младия индивид – детска градина и първите класове на училището. Необходимо е да е застъпено във всички учебни планове и да е отговорност на всички преподаватели. Намесата на висококвалифицирани специалисти от областта на медицината във възпитателния процес на здравето засилва още повече влиянието на знанието върху ума и съзнанието на младите и неопитни хора. В допълнение, доказано е, че голямото

количество информация и атрактивната ѝ презентация засилват интереса на аудиторията към проблемите на здравна тематика.

ЛИТЕРАТУРА

- Асенова, Р., Ж. Христов, Г. Иванов. (2006). Новите хоризонти на превантивната медицина в условията на общата медицинска практика. *Обща медицина*, 8 (1), стр. 7-10.
- Балканска, П. (2009). *Приложна психология в медицинската практика*. София: изд. „Булвест 2000”.
- Борисов, В. (1998). *Здравна политика и здравен мениджмънт*. София: изд. „График Консулт”.
- Воденичаров, Ц., С. Попова. (2006). *Медицинска етика*. София: изд. „Фалкор Консулт ООД”.
- Димитров, Л., Ж. Атанасов, Ст. Чернев, Г. Бижков и др. (1999). *Теория на възпитанието*. София: изд. „Аскони - издат”.
- Дуржинский, А. Н. (2000). *История педагогики*. Москва: „Валдос”.
- Костова, П. (2000). *Педагогика на промоцията на здраве*. Велико Търново: изд. „Фабер”.
- Младенова, С. (2009). *Здравно образование*. София: изд. „Артик 2001”.
- Петрова, Г., П. Балканска, Л. Чакърва. (2011). Овластяване на биопсихосоциалния подход към болния посредством интерактивни модели на обучение с пациент. *Здравна политика и мениджмънт*, 11 (1), 65-71.
- Попов, Т. (2005). *Педагогика. Втора част: Теория на обучението. Дидактика*. София: изд. „Типографика”.
- Попов, Т., Хр. Милчева, Г. Петрова. (2006). *Принципи и методика на обучението*. Стара Загора: „Кота принт”.
- Health promotion. (1986). *An International Journal*, Ottawa, Oxford, UK, 1 (4).

Д-р Андон Крумов Тошев

Andon Krumov Toshev, PhD

Педагогически факултет
Тракийски университет – Стара Загора
България

Faculty of Education
Trakia University – Stara Zagora
Bulgaria

Следдипломна квалификация „Учител“ 989

Specialty SDK „Teacher“ 989

e-mail: herkulan1@abv.bg

Научен ръководител: доц. д-р Иванка Шивачева