

*Освіта про здоровий спосіб життя у шкільництві Великої Британії:
перспективи для України*

Олена Оржеховська

Статтю присвячено висвітленню ефективних технологій формування здорового способу життя учнів у британській школі. Охарактеризовано компонент «Освіта з питань запобігання вживання наркотичних речовин» Національного курикулуму у Великій Британії, зокрема, принципів, змісту, форм і методів навчання, з окресленням перспектив для України у цій сфері.

Ключові слова: Освіта з питань запобігання вживання наркотичних речовин, підлітки, інтерактивні методи.

Універсальною характеристикою підліткового віку є легковажне ставлення до свого здоров'я. Хоча власна і соціальна цінність здоров'я усвідомлюється підлітками, вона сприймається абстрактно і не поєднується з нормами повсякденної поведінки. Зокрема, наявність «окремих шкідливих звичок» не вважається запереченням здорового способу життя (ЗСЖ). Крім того, долученню дітей і підлітків до вживання нікотину, алкоголю та різних наркотиків сприяють соціокультурні умови, що, у свою чергу, призводить до погіршення стану здоров'я, інвалідності та передчасної смертності [3]. Ця проблема характерна не лише для України, а й для більшості європейських країн, включаючи Велику Британію, яка на сучасному етапі володіє низкою ефективних технологій формування ЗСЖ шкільної молоді, які виглядають перспективними для нашої країни.

В Україні існує велика кількість напрацювань з проблеми ФЗСШ школярів, що базуються на вітчизняному і кращому зарубіжному досвіді. зокрема, це концепція освіти «Рівний – рівному», розроблена в рамках ПРООН в Україні за підтримки МОН Молодь Спорту України та НАПН України науковцями В. М. Оржеховською, О. І. Пилипенко та Л. І. Андрущак. На основі концепції було розроблено тренінговий курс для практичного впровадження у школах, який має за мету створення умов для усвідомлення дітьми і молоддю переваг ЗСЖ, стимулювання їх до самостійного вибору життєвої позиції. Крім того, дослідженням проблеми ФЗСЖ школярів присвячено праці О. М. Балакіревої, Т. В. Бондар, Н. О. Рингач та ін.

Метою цієї статті є огляд проблеми ФЗСЖ на прикладі компонента «Освіта з питань запобігання вживання наркотичних речовин» (ОЗПЗВНР) Національного курикулуму у Великій Британії, зокрема, принципів, змісту, форм і методів навчання з окресленням перспектив для України у цій сфері.

У Великій Британії, у відповідності до вимог Національного стандарту шкіл сприяння здоров'ю (НСШСЗ), якого мають дотримуватися державні школи, освіта з

основ ЗСЖ складається з обов'язкових компонентів, до яких входить і ОЗПЗВ НР [4].

Ведучи мову про ОЗПЗВ НР, необхідно зазначити, що британські освітяни визначають «наркотичні речовини (НР)» як будь-яку речовину, крім їжі, яку вживають люди для зміни стану їхніх почуттів, мислення та поведінки [4]. Такий підхід ґрунтується на визначенні Управління ООН з боротьби з наркотиками і злочинністю (ЮНДОК), де зокрема, сказано, що НР включають: тютюн, алкоголь, незаконні НР, НР, що призначаються лікарем і лікарські засоби, що відпускаються без рецепта [8]. У Великій Британії до таких речовин віднесено всі НР, визначені Законом про зловживання наркотичними речовинами 1971 р. [5].

За НСШСЗ у Великій Британії, ОЗПЗВ НР (drug education) включає ОЗПЗВ всіх вищезгаданих НР. В Україні прийнято користуватися аналогічним визначенням [2].

Мета шкільної ОЗПЗВ НР у Британії полягає у підвищенні рівня обізнаності учнів про ризики і наслідки вживання законних і незаконних НР. Програма ОЗПЗВ НР передбачає розвиток особистісних і соціальних навичок учнів, зокрема ефективного спілкування, вміння розпізнавати і робити вибір, звертатися по допомогу у разі необхідності [4].

Британська практика передбачає обговорення питань про НР з дітьми та молоддю, пояснення їм можливих наслідків уживання наркотиків. Необхідно зазначити, що обговорення теми наркотиків з молоддю британськими освітянами не вважається небезпечним, вони не лякаються того, що це може викликати зацікавлення учнів експериментувати з наркотиками. Доказів такого зв'язку, на думку британських науковців, не існує. На відміну від української моделі ОЗПЗВ НР, яка базується на тих самих документах міжнародних організацій і має за мету підвищити рівень поінформованості, розширення знань підлітків і молоді про ЗСЖ, формування в них цінностей і життєво важливих переконань, напрацювання необхідних практичних навичок відповідальної поведінки щодо свого здоров'я, а також здоров'я і життя оточення, у британському документі не йдеться про формування негативного ставлення учнів до цієї проблеми або відповідального ставлення до свого здоров'я, навіть в умовах, коли вживання НР серед молоді є досить поширеним – 50 % шістнадцятирічних британців уживали незаконні наркотики на різних етапах свого життя [4].

Шкільні навчальні програми з ОЗПЗВ НР є одним із механізмів реалізації національних стратегій боротьби з наркотиками, а спільний документ Міністерства здоров'я та Міністерства освіти «Національний стандарт шкіл сприяння здоров'ю» (НСШСЗ) для забезпечення цілісного шкільного підходу до викладання освіти про НР визначає такі критерії, яким мають відповідати усі школи:

- школа повинна мати офіційно призначеного члена колектива та адміністратора, відповідальних за впровадження освіти про НР;
- у кожній школі має бути розроблена програма з освіти про НР, що передбачає розвиток в учнів, починаючи з молодшого шкільного віку, навичок ЗСЖ, визначені результати навчання учнів, відповідно до їхнього віку, здібностей та зрілості, та базується на оцінюванні потреб учнів;
- школи покликані впроваджувати політику врегулювання випадків уживання наркотиків учнями, що передбачає надання допомоги таким учням, або виключення їх зі школи;
- співробітники школи мають усвідомлювати її роль у реалізації Національної стратегії з боротьби зі зловживанням наркотиків (НС БЗН) та брати участь в обговоренні з учнями проблем, пов'язаних з уживанням наркотиків;
- обов'язковою має бути співпраця школи з поліцією, молодіжними службами та місцевими службами боротьби з наркотиками.

ОЗПЗВ НР у Великій Британії визначається ключовими принципами, які, у свою чергу, ґрунтуються на досвіді та кращих практиках на місцях і передбачають:

- створення сприятливого шкільного середовища та керівної структури, яка відповідатиме за питання, пов'язані з випадками вживання, зберігання, розповсюдження НР, навчання про НР на території школи;
- ознайомлення учнів початкової школи з основами ОЗПЗВ НР. За вимогами НК учні повинні знати про статус деяких розповсюджених хімічних речовин і ліків, розуміти можливу шкоду від їх використання не за призначенням;
- забезпечення наступності викладання матеріалу протягом усього навчання в школі;
- інформування учнів про проблему наркотиків з урахуванням гендерних, соціальних та культурних особливостей та ситуації на місцях;
- забезпечення навчання матеріалом про ліки, алкоголь, тютюн, летючі речовини та незаконні наркотики;
- демонстрацію зв'язку між проблемою вживання наркотиків та іншими темами, такими, як статеве здоров'я;
- зміст програми про НР повинен відповідати віку учнів та передбачати врахування ставлення учнів до проблеми;
- діти (до 11 років) і молодь (11–18 років) мають бути залучені до планування програми з освіти про НР, добору методів викладання та оцінювання;
- забезпечення відповідної підготовки вчителів;
- залучення батьків і опікунів до шкільних заходів у рамках програми з освіти про наркотичні речовини;
- оцінювання прогресу учнів у навчанні;
- моніторинг і оцінку стратегій діяльності вчителів та оцінку майбутніх потреб;
- залучення експертів та експертних організацій до реалізації програми освіти про наркотичні речовини;
- розбудову зв'язків між школою і громадою [4].

У відповідності до вимог Національного Курикулуму, зміст ОЗПЗВ НР має інтегруватися до програм з природознавства (Science) першого року навчання на ключовому етапі (КЕ) III (що відповідає 11-річному віку учнів). Паралельно освіта про НР повинна реалізовуватися у процесі викладання факультативних програм кроскуркулярної теми «Особистісна, соціальна освіта та освіта з основ здорового способу життя» та громадянознавства (Citizenship), де більшою мірою розглядаються правові аспекти питання вживання, розповсюдження та зберігання НР [4].

Зміст компонента ОЗПЗВ НР, що реалізується на уроках природознавства для першого року КЕ III, передбачає розкриття таких тем: «Тютюнопаління (підтеми: «Склад тютюнового диму», «Вплив тютюнового диму на людину», «Відкриття і дослідження шкоди тютюнового диму для організму людини»), «Алкоголь» (підтеми: «Шкідливий вплив алкоголю на організм людини», «Шкідливий вплив алкоголю на поведінку людини», «Вміст алкоголю в дозі алкоголю») та «НР» («Поняття про НР», «Вплив НР на організм людини», «Вплив кофеїну на проявлення поведінкових реакцій») – в обсязі однієї години на одну тему.

Розкриття цих тем вимагає використання вчителями таких інтерактивних методів, як мозкова атака, дискусія, аудіовізуальна діяльність, кейс стадіз (аналіз конкретних життєвих ситуацій), демонстрація та виготовлення макетів, та робота на станціях (робота в групах), характеристики яких подано у таблиці 1.

Таблиця 1

Методи, що застосовуються для ФЗСЖ на уроках у Великій Британії

Методи	Тема		
	Тютюнопаління	Алкоголь	НР
<i>Мозкова атака</i>	Розділений на групи клас пише на аркуші слово «тютюнопаління» і пов'язані з цим асоціації	На відкритому повітрі: вчитель малює 5 ліній і залежно від того, чи погоджуються учні з його твердженнями про алкоголь, вони повинні переходити з лінії на лінію.	Учні повинні написати, де, на їхню думку, на представлених слайдах зображене справжнє вживання наркотиків
<i>Дискусія</i>	На основі відповідей учитель розпочинає дискусію про	Учитель підсумовує відповіді на дошці і починає дискусію	Словникове визначення НР, дискусія про різні

	<p>ставлення учнів до тютюнопаління. Вчитель вказує, що дискусія зможе прояснити учням деякі факти, а вони самі зроблять вибір, курити чи ні.</p>	<p>про причини вживання алкоголю. Записуючи синоніми до слова «алкоголь», підкреслює, що чим більше суспільство зацікавлене в темі, тим більше воно вигадує і використовує для цього слів</p>	<p>види НР, включаючи ліки, та можливу інтоксикацію від передозування парацетамолу та аспірину</p>
<p><i>Аудіовізуальна діяльність</i></p>	<p>Показати учням відеороботи дихального тракту; відео слайди із зображенням хворих на рак легенів, емфізему, бронхіт, фото недоношених дітей</p>	<p>Демонстрація статистики щодо алкогольної залежності і смертності від алкоголю в Англії</p>	
<p><i>Кейс стадіс (аналіз конкретних життєвих ситуацій)</i></p>	<p>Аналіз матеріалів документального фільму ВВС про 40-річне дослідження наслідків тютюнопаління, що спричинило заборону тютюнопаління у громадських місцях</p>		<p>Після демонстрації найпривабливіших місць в Америці і фото людей високооплачуваних професій, учитель зазначає, що споживачам і зберігачам НР в'їзд у США заборонено, так само, як і обмежено доступ до престижних професій лікаря, юриста і т.п.</p>
<p><i>Демонстрація</i></p>	<p>У спеціально обладнаному приміщенні учням демонструють вміст токсичних речовин у тютюновому димі</p>	<p>Інтернет програма вимірювання швидкості реагування людини на різні ситуації допоможе учням виміряти свої показники; вчитель</p>	<p>Невеличке власне дослідження учнів на матеріалі тексту підручника про вплив кофеїну на поведінкові реакції. Час реакції визначається</p>

		додає двічі по 33 % – (вплив алкоголю), отримуючи інформацію про те, хто з учнів не впорався з ситуацією. Для учнів це переконливо демонструє, що «не впорався з ситуацією» означає – спричинити нещасний випадок через уживання алкоголю	тестом, таймером з Інтернету або вимірюванням пульсу, після того, як учитель дає дітям шоколад або солодкий напій, що містить кофеїн
<i>Виготовлення макетів/робота на станціях</i>		Виготовлення учнями і розміщення макетів у класі про шкідливий вплив алкоголю на людину, для ознайомлення інших учнів	Організація 4 станцій у класі під назвою «депресанти», «стимулятори», «анальгетики», «галюциногени». Групи учнів по черзі міняють станції, після опрацювання попередньо підготовленої інформації про відповідний НР, а також відповіді на питання

Як видно з таблиці 1, укладеної автором на основі матеріалів робочих програм (Schemes of Work) підручника серії «Fusion» (2009 р.) авторства Л. Райен (Lawrie Ryan), Дж. Кар (Geoff Carr), Д. Форбз (Darren Forbes), Н. Полок (Nick Pollock) та Р. Мілер (Ruth Miller) для КЕ III з природничих дисциплін з ОЗПЗВ НР, діяльність учнів під час уроків із ФЗСЖ носить практично спрямований характер. Матеріал уроку є дитиноспрямованим, цікавим і актуальним. Важливим для результативної роботи вчителя є використання переконливої наочності та обладнання, включаючи ІКТ – Інтернет-ресурси, фотографії хворих на рак курців

або споживачів наркотиків, а також детальні плани уроків, які супроводжують підручник для вчителя.

Очікується, що в результаті опанування теми НР (алкоголь та тютюнопаління), всі учні повинні усвідомлювати значення широкого поняття «НР», відрізняти терапевтичні НР від розважальних; більшість учнів повинні вміти описати способи вживання НР та їх вплив на організм людини; деякі учні повинні вміти пояснити вплив НР на людину [7].

При розкритті теми НР вчитель має нагадувати учням про роботу інтерактивного порталу «Поговорити з Франком», який містить вичерпну інформацію про всі питання, пов'язані із НР, а також інформацію про центри допомоги на місцях [4].

Навчальні програми для ключового етапу III для кроскуркульярної теми «Особистісна, соціальна освіта та освіта з основ здорового способу життя» передбачають формування таких базових навичок ЗСЖ:

А. Навички критичного мислення:

- критично осмислювати власні цінності та цінності інших людей; критично осмислювати персональні сильні сторони, досягнення та можливості розвитку;
- розуміти, як їх сприймають інші та вміти надавати й отримувати зворотний зв'язок;
- визначати і використовувати стратегії для досягнення особистісних цілей для підвищення мотивації;
- обмірковувати власні почуття і визначати позитивні шляхи розуміння та висловлення сильних емоцій та проблемної поведінки;
- розвивати в собі самоусвідомлення шляхом критичного обмірковування своєї поведінки та її впливу на інших.

Б. Навички прийняття рішень та управління ризиками:

- вміти робити поінформований вибір з питань безпеки, здоров'я, та добробуту на основі набутих знань;
- знаходити інформацію та підтримку з різних ресурсів; вміти оцінювати інформацію;
- вміти оцінити і впоратися з ризиком в особистих ситуаціях;
- використовувати стратегії протистояння шкідливому впливу однолітків;
- знати, де і як звертатися по допомогу;
- визначати, як ефективне опанування почуттями та емоціями допомагає у процесі прийняття рішень та контролю ризикових ситуацій.

В. Навички колективної співпраці та будівництва стосунків:

- застосовувати соціальні навички для розвитку різноманітних позитивних стосунків;
- застосовувати соціальні навички для обговорення стосунків, визнання прав, відповідальності та розуміння, що їхні дії мають наслідки;
- застосовувати соціальні навички комунікації, переговорів, упевненості та

співпраці;

- вмiти поцінувати відмінності між людьми, демонструвати емпатію та бажання дізнаватися про те, чим інші люди відрізняються;
- протистояти упередженості і забобонам.

Для розвитку цих навичок ЗСЖ використовуються такі форми роботи: учні повинні навчитися отримувати інформацію з різних джерел (Інтернет, медіа, відвідувачі та члени громади) і на її основі робити поінформований вибір; зустрічатися і працювати з представниками громади у школі і під час екскурсій, тематичних подорожей тощо; брати участь у групових дискусіях для обговорення суперечливих тем; умiти оцінювати власний прогрес і встановлювати реалістичні цілі персонального розвитку; встановлювати зв'язок між персональним добробутом та його впливом на навчання [4; 6].

Підсумовуючи, зазначимо, що тема ФЗСЖ учнів з питань запобігання вживанню НР є актуальною як для Великої Британії, так і для України. Відповідно, британські педагоги розробили інтерактивні методи ФЗСЖ учнів, де акцент робиться на практичній спрямованості опанування теми. Досліджені нами принципи, зміст, форми і методи навчання ФЗСЖ у курикулі Великої Британії дають підстави стверджувати, що хоча в Україні чинним Державним стандартом базової і повної загальної середньої освіти у розділі «Освітня галузь «Здоров'я і фізична культура». Основи здоров'я» передбачене розкриття таких тем, як «Фактори і правила збереження та зміцнення фізичної складової здоров'я», «Основні методи профілактики захворювань», «Протистояння впливу негативних для здоров'я і небезпечних для життя соціальних факторів» [1], перспективним для України виглядає виокремлення окремих тем: «Алкоголь», «Наркотичні речовини» та «Тютюнопаління». Використання вчителями інтерактивних методів забезпечить можливість експериментально доводити учням шкоду від зловживання «НР», розвивати власні судження і здатність приймати рішення, зробить уроки більш цікавими і спрямованими на інтереси учнів, а, отже, гарантуватиме більше шансів, що молодь робитиме вибір на користь ЗСЖ.

Список використаних джерел:

1. Кабiнет Міністрів України. Постанова про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти № 1392. – Київ, 2011.
2. Лецу́к Н. О. Методика освіти «рівний – рівному»: навч.-метод. посiб. / Н. О. Лецу́к, Ж. В. Савич, Н. В. Задерико, Н. В. Зимівель, В. М. Оржеховська, О. І. Пилипенко, Л. І. Андрущак. – К. : Наш час, 2007. – 104 с.
3. Молодь та молодіжна політика в Україні: соціально-демографічні аспекти / за ред. Е. М. Лібанової. – К. : Інститут демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України, 2010. – 248 с.
4. Department for Education and Skills. Department of Health. National Healthy School Standard. Drug Education (including alcohol and tobacco), 2004. Crown Copyright, 2004. – 66 p.
5. Misuse of Drugs Act, 1971 <http://www.legislation.gov.uk/ukpga/1971/38>.
6. Qualifications and Curriculum Authority National Curriculum. Citizenship. Program of study for Key Stages 3–4. Crown Copyright 2007, P. 27–39.

7. Ryan L. *Fusion I. Schemes of Work* [Электронный ресурс] / Lawrie Ryan, Geoff Carr, Darren Forbes, Nick Pollock, Ruth Miller. – Nelson Thornes, 2008. – Режим доступа : <http://www.nelsonthornes.com>.
8. United Nations. *Schools. School based education for drug abuse prevention*. – New York : United Nations Office on Drugs and Crime, 2004. – 86 p.