

Лекція 1. Сучасні проблеми забезпечення здорового і безпечного освітнього середовища.

1. Поняття про здоров'я.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ, 1948) визначає *здоров'я як «стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки як відсутність хвороб і фізичних дефектів».*

У медико-соціальних дослідженнях при оцінці здоров'я виділяють такі рівні:

- **індивідуальне здоров'я** – здоров'я окремої людини;
- **групове здоров'я** – здоров'я соціальних та етнічних груп;
- **громадське здоров'я** – здоров'я популяції, суспільства в цілому.

Людство досягло значного прогресу у поліпшенні стану здоров'я в світі:

- визначено як лікувати і контролювати хвороби, які раніше вбивали мільйони людей,
- поліпшено доступ до води та санітарії,
- створені складні системи охорони здоров'я.

Хоча, знання і досвід з охорони здоров'я швидко зростають і є більше ресурсів для здоров'я, ніж будь-коли раніше, проте прогрес в сфері охорони здоров'я надзвичайно нерівний. Дитина, що народилася сьогодні в Швеції, може прожити більше 80 років, але менше ніж 72 роки, якщо вона народилася в Україні, і менше ніж 50 років, якщо народилася в Лесото. В Ірландії ризик смерті жінки під час вагітності або пологів становить від 1 до 47 600, а в Афганістані це — 1 до 8. Наша тривалість життя і здоров'я може різко відрізнятись залежно від того, де ми живемо і ростемо, проте значні нерівності стосовно здоров'я існують не тільки між країнами, а й всередині країн. Дитина, що народилася в Житомирській області, може очікувати прожити на 4 роки менше, ніж інша дитина, що живе в Чернівецькій області. Діти в Африці, народжені від жінок без освіти, мають 10% імовірності померти у віці до 1 року, в той час як дитина, народжена жінкою принаймні з середньою освітою, має 0,4% імовірності померти до 1 року.

Драматична диспропорція у стані здоров'я, яку виявила статистика, не може бути пояснена біологією. *Відмінності щодо здоров'я між країнами і всередині країн є результатом соціально-економічної політики, яка визначає середовище, в якому люди народжуються, ростуть, живуть і працюють.* Диспропорції у стані здоров'я несправедливі і їх можна уникнути. У більшості випадків це навіть не питання економічного зростання. Хоча економічне зростання має важливе значення для розвитку, без рівного розподілу ресурсів зростання національної економіки може навіть поглибити нерівності стосовно здоров'я. ВООЗ зазначає, що деяким країнам, що розвиваються, таким як Куба, Коста-Ріка, або Шрі-Ланка, вдалося досягти хорошого рівня здоров'я, незважаючи на відносно низьке національне економічне зростання. **Боротьба з диспропорціями у здоров'ї є питанням соціальної справедливості та прав людини.** Тому визначення «здоров'я» дане ВООЗ чітко пов'язує здоров'я з благополуччям і наголошує, що здоров'я - це право людини, для досягнення та підтримки якого потрібні фізичні та соціальні ресурси.

Право на здоров'я визнається в численних міжнародних та регіональних договорах:

- Загальна декларація прав людини: ст.25. *Кожна людина має право на такий життєвий рівень, включаючи їжу, одяг, житло, медичний догляд та необхідне соціальне обслуговування, який є необхідним для підтримання здоров'я і добробуту її самої та її сім'ї...,*
- Міжнародний пакт про соціально-економічні і культурні права: ст. 12. *Держави, які беруть участь у цьому Пакті, визнають право кожної людини на найвищий досяжний рівень фізичного і психічного здоров'я.*
- Конвенція про права дитини: ст. 6. *Держави-учасниці забезпечують у максимально можливій мірі виживання і здоровий розвиток дитини.* ст.24. *Держави-учасниці визнають право дитини на*

користування найбільш досконалими послугами системи охорони здоров'я та засобами лікування хвороб і відновлення здоров'я...

- Конвенція про ліквідацію всіх форм дискримінації щодо жінок (статті 10, 11, 12, 14),
- Європейська соціальна хартія (*Частина I, п. 11. Кожна людина має право користуватися будь-якими заходами, що дозволяють їй досягти найкращого стану здоров'я, який є можливим*).

Право на здоров'я не слід розуміти як право бути здоровим: неможливо забезпечити захист від усіх можливих причин поганого стану людського здоров'я. Це право для всіх без дискримінації на користування різними послугами, установами та речами, а також мати відповідні умови життя, щоб бути здоровим, наскільки це є можливим. *Право на здоров'я включає в себе не тільки послуги медико-санітарної допомоги, а й умови, що визначають наше здоров'я, в тому числі: доступ до безпечної питної води, належної санітарії та житла, достатнє харчування, здорові умови роботи і умови навколишнього середовища, а також доступ до освіти та інформації, пов'язаних із здоров'ям.*

2. Головні проблеми в освітньому середовищі.

Формування безпечного і здорового освітнього середовища вимагає вирішення низки проблем, зокрема пов'язаних із:

1) фізичним, психологічним насильством та булінгом (цькуванням).

Відповідно до дослідження ЮНІСЕФ:

- 67% дітей в Україні у віці від 11 до 17 років стикалися з проблемою булінгу;
- 24% дітей стали жертвами булінгу;
- 48% дітей нікому не розповідали про випадки булінгу;
- 44% школярів були спостерігачами булінгу, але ігнорували його, бо їм було страшно за себе;
- більшість дітей булять за те, що вони виглядають, говорять, думають не так, як інші діти.

Насильство та булінг (цькування) призводять до миттєвих та віддалених медичних, соціальних та економічних проблем. Наслідки можуть впливати протягом усього життя. Серед них - проблеми із психічним здоров'ям, фізичні травми, рання вагітність та проблеми з репродуктивним здоров'ям, антисоціальна поведінка, інфекційні та неінфекційні захворювання, зниження академічної успішності та припинення навчання.

2) безвідповідальним використанням Інтернету,

За даними міжнародного дослідницького проєкту [ESPAD](#) (The European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs - «Європейське опитування учнів щодо вживання алкоголю та інших наркотичних речовин»), у 2019 році лише 6,7% опитаних підлітків в Україні не користувались соціальними мережам. Майже 45% підлітків проводять у соціальних мережах до 3 годин на день, а ще приблизно 50% – 4 та більше годин. Найвища активність користування соціальними мережами припадає на вихідні дні, і найбільш активними є дівчата. Більше половини (55,4%) опитаних визнають, що проводять забагато часу в соціальних мережах. Практично кожен четвертий (23,9%) повідомив про те, що в нього псується настрій, коли не можна провести час у соціальних мережах, а ще 43,6% зазначили, що їхні батьки кажуть, що вони проводять забагато часу в соціальних мережах.

Кожен десятий (9,4%) підліток зізнався, що проводив 6 годин або більше за годину на електронних гаджетах. Серед хлопців таких було значно більше, ніж серед дівчат (відповідно, 14,2% та 4,9%). Третина (27,5%) опитаних підлітків вважає, що проводить забагато часу за комп'ютерними іграми. 13,9% зізнаються, що в них псується настрій через відсутність можливості грати в ігри на комп'ютері, планшеті, в смартфоні тощо. Чверть (25,7%) респондентів повідомили, що їхні батьки вказують їм на те, що вони проводять забагато часу за комп'ютерними іграми.

3) недостатньою готовністю педагогічних працівників запобігати та протидіяти насильству та булінгу (цькуванню) серед учасників освітнього процесу,

4) *непопулярністю серед дітей та підлітків культури здорового харчування, малорухливим способом життя, не належним рівнем їхнього медичного забезпечення, а також загалом несистемним підходом до формування культури здорового та безпечного способу життя у суспільстві.*

Однією з головних проблем здоров'я дітей є поширення надлишкової ваги тіла та ожиріння. Згідно зі статистичними даними Міністерства охорони здоров'я України за 2017 рік з 7 млн 615 тис. дітей віком до 17 років 13,3 відсотка страждали на ожиріння, і щороку в Україні фіксується приблизно 15,5 тис. нових випадків дитячого ожиріння. Діти з ожирінням більше піддаються ризику розвитку цукрового діабету 2-го типу та серцево-судинних захворювань, вони досить часто потерпають від стигми та дискримінації і, як наслідок, розвитку психологічних проблем та соціальної ізоляції. Причинами поширення надлишкової ваги та ожиріння серед дітей і підлітків переважно є нераціональне харчування та малорухливий спосіб життя.

За даними опитування Всесвітньої організації охорони здоров'я в рамках проекту “Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді”, у 2018 році 87,6 відсотка хлопців та 93,6 відсотка дівчат станом на час опитування не курили, що свідчить про позитивну тенденцію порівняно з аналогічними даними 2014 року. При цьому вживання спиртних напоїв залишалося досить поширеним серед підлітків - 40 відсотків учнів хоча б один раз вживали алкоголь. Серед 17-річних їх частка сягала 61 відсоток, вона збільшилася з 2014 року на 17 відсотків (у 2014 році мали досвід уживання алкоголю в середньому 44,8 відсотка); 22,8 відсотка учнів уживали алкоголь протягом останнього місяця (42 відсотки 17-річних). Кожен п'ятий, хто вживав алкоголь, робив це приблизно три - п'ять днів на місяць.

Статевий досвід до 18 років мали 40,3 відсотка хлопців та 27,8 відсотка дівчат. Із тих, хто отримав статевий досвід до повноліття (34 відсотки), отримали його саме до 15 років, а 30 відсотків тих, хто має статевий досвід, не користуються презервативами. Основним джерелом знань щодо статевих стосунків 58 відсотків підлітків назвали Інтернет.

Психічне здоров'я та благополуччя учнів є таким самим ключовим елементом, як і фізичне здоров'я. Порушення депресивного спектра, підвищений рівень тривожності та агресивності, самоушкоджувальна поведінка та суїцидальні спроби - одні з найпоширеніших проявів порушення психологічного благополуччя серед дітей та підлітків. Проблеми із психічним здоров'ям у дітей можуть призвести до погіршення результатів навчання, фізичного здоров'я, нестійких соціальних зв'язків та майбутніх перспектив самореалізації, а також різного роду девіантних форм поведінки. Відповідно додаткової уваги потребує профілактика психічних розладів, просвітницька робота з питань психо- та медіагігієни, розвиток та підвищення якості психологічних послуг у закладах освіти, первинної медичної допомоги, а також підтримка психічного здоров'я дітей та інших учасників освітнього процесу.

5) недостатністю співпраці різних соціальних інституцій у подоланні зазначених проблем.

3. Мета, стратегічні цілі та основні завдання Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі.

З урахуванням стратегічних документів Всесвітньої організації охорони здоров'я, зокрема Глобальної стратегії охорони здоров'я жінок, дітей і підлітків на 2016 - 2030 роки, розробленої на підтримку Цілей сталого розвитку, та відповідно до [Конвенції ООН про права дитини](#) була розроблена Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі.

Розроблення Національної стратегії обумовлене необхідністю побудови безпечного та здорового освітнього середовища у новій українській школі для забезпечення прав дітей на освіту, охорону здоров'я, створення умов для надання учням якісних освітніх та медичних послуг. Формування безпечного та здорового освітнього середовища сприятиме кращій реалізації інтелектуального, фізичного, соціального та емоційного розвитку учнів, їх потенціалу, а також

матиме позитивний вплив на стан громадського здоров'я, економіки та демографії в цілому в Україні.

Національна стратегія ґрунтується на тому, що учні повинні оволодіти знаннями, уміннями, навичками, способами мислення стосовно:

- створення і підтримки здорових та безпечних умов життя і діяльності людини як у повсякденному житті (у побуті, під час навчання та праці тощо), так і в умовах надзвичайних ситуацій;
- основ захисту здоров'я та життя людини від небезпек, оцінки існуючих ризиків середовища та управління ними на індивідуальному рівні;
- формування індивідуальних характеристик поведінки та звичок, що забезпечують необхідний рівень життєдіяльності (відповідно до потреб, інтересів тощо), достатній рівень фізичної активності та здорове довголіття;
- усвідомлення важливості здорового способу життя та гармонійного розвитку, високої працездатності, духовної рівноваги, збереження та поліпшення власного здоров'я (підвищення імунітету, уникнення різних захворювань, підтримання нормальної ваги тіла тощо);
- моделей безпечної та ненасильницької міжособистісної взаємодії з однолітками та дорослими у різних сферах суспільного життя;
- знань і навичок здорового, раціонального та безпечного харчування, здійснення усвідомленого вибору на користь здорового харчування;
- усвідомлення цінності життя та здоров'я, власної відповідальності та спроможності зберегти та зміцнити здоров'я, підвищити якість свого життя.

Надзвичайно важливим є оволодіння всіма зазначеними компетенціями не лише здобувачами освіти, їхніми батьками, педагогічними працівниками, наставниками, асистентами, а й іншими особами, які працюють із дітьми шкільного віку, забезпечують їх навчання, виховання та розвиток.

Учні та педагогічні працівники потребують такого стану освітнього середовища, в якому вони відчуватимуть фізичну, психологічну, інформаційну та соціальну безпеку, комфорт і благополуччя.

Безпечне і здорове освітнє середовище є сукупністю умов у закладі освіти, що унеможлиблюють заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпеки харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (булінг (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможлиблюють вживання на території закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.

Метою Національної стратегії є формування безпечних, комфортних та здорових умов навчання в закладах освіти, освітнього середовища, яке забезпечує оволодіння учнями компетентностями, необхідними для життя, формування культури безпечної та здорової поведінки.

Реалізацію Національної стратегії передбачається здійснювати за такими стратегічними **цільми**:

- здоров'язбережувальна складова освіти - зміст освіти та методики навчання формують в учнів компетентності, необхідні для здорового та безпечного життя, сприяють ухваленню рішень учнями щодо власного здоров'я, його збереження та дотримання здорового способу життя;
- комплексність розвитку фізичної культури та посилення рухової активності - підвищити рівень фізичної активності учнів шляхом формування та реалізації комплексного підходу до фізичного розвитку в закладах освіти, що передбачає навчальні заняття з фізичної культури,

загальну рухову активність учнів, широке залучення працівників закладів освіти, батьків та місцевих громад до культури фізичної активності;

➤ розбудова системи здорового харчування, формування культури харчування та правильних харчових звичок - забезпечити учнів їжею та напоями, які відповідають сучасним принципам здорового харчування, рекомендаціям Всесвітньої організації охорони здоров'я та Міністерства охорони здоров'я України, сформувати культуру здорового харчування, правильних харчових звичок, основ здорового харчування та здорового способу життя;

➤ удосконалення медичного обслуговування учнів та працівників закладів освіти - створення умов для медичного обслуговування дітей шкільного віку, проведення щорічних медичних оглядів, моніторингу стану здоров'я, здійснення лікувально-профілактичних заходів, у тому числі профілактики інфекційних та неінфекційних захворювань, виявлення чинників ризику та потенційних проблем із здоров'ям, забезпечення супроводу дітей шкільного віку із хронічними захворюваннями та надання екстреної медичної допомоги у випадку невідкладних станів, а також здійснення постійного спостереження за станом їх здоров'я та розвитком;

➤ ефективне психологічне забезпечення освітнього процесу - створення в закладі освіти умов, які сприяють охороні психічного здоров'я учнів та педагогів, надання їм психологічної та соціально-педагогічної підтримки;

➤ підготовка працівників закладу освіти та їх здоров'я - працівники закладів освіти дотримуються принципів здорового та безпечного способу життя, сприяють формуванню відповідних компетентностей в учнів, вміють запобігати проявам насильства та булінгу (цькування);

➤ безпечність, доступність та інклюзивність освітнього середовища - у закладі освіти створені умови, що забезпечують належні та безпечні умови навчання, виховання, розвитку учнів, формування у них гігієнічних навичок та засад здорового способу життя, створені умови фізичної та

психологічної безпеки учнів, з урахуванням їх потреб та можливостей, ефективного залучення та включення до освітнього процесу всіх дітей, у тому числі з особливими освітніми потребами;

➤ міжсекторальна взаємодія та залучення соціальних інституцій - заклади охорони здоров'я, органи та установи у сферах молодіжної політики, спорту, соціального захисту, культури, правоохоронні органи співпрацюють у процесі створення та забезпечення функціонування здорового, безпечного, розвивального, інклюзивного освітнього середовища. У закладі освіти на основі міждисциплінарної взаємодії та комплексного підходу за участю всіх учасників освітнього процесу формується та підтримується освітнє середовище, що відповідає їх потребам у розвитку, збереженні здоров'я та безпеці. Батьки учнів, місцева громада, громадські організації та активісти заінтересовані у здоровому та безпечному способі життя дітей, активно долучаються до формування середовища, максимально сприятливого для всебічного розвитку та безпеки дітей.

Для реалізації стратегічних цілей Національної стратегії необхідним є здійснення таких завдань:

- ✓ формування в учасників освітнього процесу гігієнічних навичок та засад здорового способу життя, зокрема звичок здорового харчування, фізичної активності, безпечної комунікації;
- ✓ створення сучасного, розвивального, безпечного, комфортного та інклюзивного освітнього середовища, яке сприяє збереженню та зміцненню здоров'я, захисту від небезпек, підвищенню рухової активності дітей;
- ✓ забезпечення відповідності змісту повної загальної середньої освіти та методик навчання сучасним потребам дитини у збереженні та зміцненні здоров'я, захисті від небезпек, підвищенні рухової активності, безпечній комунікації;
- ✓ упровадження принципу недискримінації, в тому числі конфіденційності щодо наявності будь-яких дискримінуючих ознак;

- ✓ запобігання вживанню учнями, іншими учасниками освітнього процесу тютюну, алкоголю, наркотичних засобів, інших речовин із психоактивною дією, унеможливлення їх розповсюдження та вживання в закладі освіти та на прилеглих до нього територіях;
- ✓ створення для учасників освітнього процесу можливості користуватися сучасною матеріально-технічною базою для забезпечення здоров'язбережувального компонента навчання, рухової активності, безпечних та нешкідливих умов (спортивні зали і майданчики, басейни, роздягальні, душові, туалети в будівлях закладів освіти, сучасний спортивний інвентар, нові/оновлені підручники, посібники, демонстраційне обладнання, широкосмуговий доступ до Інтернету тощо);
- ✓ забезпечення готовності педагогічних працівників до надання якісних освітніх послуг у процесі забезпечення соціального та здоров'язбережувального компонентів навчання, формування інформаційно-комунікаційної компетентності учнів, психологічного супроводу учасників освітнього процесу, запобігання під час навчання проявам насильства та булінгу (цькування), порушенням прав дитини, зокрема шляхом використання Інтернету;
- ✓ удосконалення механізму надання медичних послуг дітям шкільного віку;
- ✓ інформування медичними працівниками учнів з питань вакцинації, профілактики інфекційних та неінфекційних захворювань, збереження свого сексуального та репродуктивного здоров'я, попередження поширення серед дітей та підлітків звичок, небезпечних для їх фізичного та/або психічного здоров'я;
- ✓ удосконалення системи організації харчування в закладах освіти, яка має забезпечити формування культури здорового, збалансованого споживання їжі та питної води, а також модернізації обладнання для їдалень (харчоблоків) закладів освіти;
- ✓ здійснення моніторингу процесів реалізації соціального і здоров'язбережувального компонентів навчання, забезпечення рухової

активності учнів під час освітнього процесу, запобігання насильству та булінгу (цькуванню), забезпечення здорового харчування в закладі освіти;

- ✓ упровадження в закладах освіти міжнародних програм із протидії проявам насильства та булінгу (цькування) і їх попередження;
- ✓ удосконалення механізму психологічного супроводу та підтримки в закладах освіти, запровадження дієвого механізму взаємодії закладів освіти та охорони здоров'я для охорони психічного здоров'я дітей;
- ✓ розвиток міжсекторального співробітництва та державно-приватного партнерства у забезпеченні функціонування здорового та безпечного освітнього середовища;
- ✓ створення умов для активної участі громадськості у проведенні заходів з навчання учасників освітнього процесу навичкам здорового та безпечного способу життя, запобігання насильству та булінгу (цькуванню);
- ✓ проведення ефективних інформаційних кампаній для учасників освітнього процесу, спрямованих на популяризацію здорового та безпечного способу життя, вакцинації, профілактики інфекційних та неінфекційних захворювань, протидію поширенню серед дітей та підлітків звичок, небезпечних для їх фізичного або психічного здоров'я.