

CZU: 372.861.3:373.3(498)

EDUCAȚIA PENTRU SĂNĂTATE – PRACTICI ȘI DEZVOLTARE CURRICULARĂ ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR DIN ROMÂNIA

*Ioana-Roxana IORDACHE, doctorand,
Universitatea Pedagogică de Stat Ion Creangă, Chișinău, R M,
director Scoala Gimnazială „Daniela Cuciuc”, Piatra Neamț, România*

Summary. *The right to health is one of the fundamental human rights. According to the World Health Organization, the health of the individual is defined as "a state of physical, mental and social well-being and not just the absence of disease or infirmity." From a public perspective, health is, due to its huge individual, social and demographic implications, one of the most targeted goals of government policies and strategies worldwide. The approach to the fields of health education is made from a scientific, pedagogical and legislative perspective. The teacher can use and harmonize the information on development cycles, depending on the class level, the psychosomatic development of the students and the local particularities. School programs meet the fundamental educational needs of any child and adolescent and the formation of a healthy lifestyle, the integration of sexuality in emotional maturation, stress control, acquisition of landmarks in school and career become essential conditions for the harmonious development of the student's personality. The elaboration of a school curriculum offer of "Health Education" as an optional subject aimed at promoting the correct knowledge regarding various aspects of health and the formation of attitudes and skills indispensable for a responsible and healthy behavior. The school, through its moral authority, can make a substantial contribution to the transmission of this knowledge of education for the health of students, and has the ability and capacity to encompass and address, over time, a high percentage of the population.*

Keywords: *curricular development, healthy lifestyle, health education, specific contents.*

Dreptul la sănătate este unul din drepturile fundamentale ale omului. Conform Organizației Mondiale a Sănătății, sănătatea individului este definită drept „o stare de bine fizică, mentală și socială și nu doar absența bolii sau a infirmității”. Din perspectivă publică, sănătatea constituie, datorită imenselor sale implicații individuale, sociale și demografice, unul dintre obiectivele cele mai vizate de politicile și strategiile guvernamentale din întreaga lume. În acest sens, în 1977, statele membre ale Organizației Mondiale a Sănătății (inclusiv România), au decis în mod unanim că „țelul social principal al guvernelor și OMS în decadele viitoare, să fie realizarea unei stări de sănătate a întregii populații a Globului, care să permită tuturor oamenilor să ducă o viață productivă din punct de vedere economic și social”. [2, p. 9]

Abordarea domeniilor educației pentru sănătate este realizată din perspectivă științifică, pedagogică și legislativă. Cadrul didactic poate utiliza și armoniza informația pe cicluri de dezvoltare, în funcție de nivelul clasei, de dezvoltarea psihosomatică a elevilor și de particularitățile locale. Programele școlare vin în întâmpinarea nevoilor fundamentale de

educație ale oricărui copil și adolescent iar formarea unui stil de viață sănătos, integrarea sexualității în maturarea emoțională, controlul stresului, dobândirea de repere în orientarea școlară și profesională devin condiții esențiale pentru dezvoltarea armonioasă a personalității elevului.

Prin elaborarea unei oferte de curriculum școlar de „Educație pentru sănătate” ca disciplină opțională s-a urmărit promovarea cunoștințelor corecte privind diverse aspecte ale sănătății și formarea de atitudini și deprinderi indispensabile unui comportament responsabil și sănătos. Școala, prin autoritatea morală pe care o are, poate aduce o contribuție substanțială în transmiterea acestor cunoștințe de educație pentru sănătatea elevilor, și are abilitatea și capacitatea de a cuprinde și de a se adresa, în timp, unui procent ridicat de populație.

Obiectivele urmărite în cadrul Programului Național „Educația pentru sănătate în școala românească” vizează [2, p. 290]:

- promovarea sănătății și a stării de bine a elevului, respectiv: funcționarea optimă din punct de vedere somatic, fiziologic, mintal, emoțional, social și spiritual; formarea unui stil de viață sănătos;
- dezvoltarea personală a elevului, respectiv: autocunoașterea și construirea unei imagini pozitive despre sine; comunicare și relaționare interpersonală; controlul stresului; dezvoltarea carierei personale;
- prevenire, respectiv: prevenirea accidentelor și a comportamentelor cu risc pentru sănătate; prevenirea atitudinii negative față de sine și viață; prevenirea conflictelor interpersonale, a dezadaptării sociale și a situațiilor de criză.

Programul național și curriculum-ul de Educație pentru sănătate urmăresc:

- să asigure educarea populației școlare pentru un stil de viață sănătos;
- să faciliteze accesul la o informație corectă, avizată, atât în mediul urban cât și în mediul rural;
- să realizeze, în mod indirect, educația adulților;
- să conducă la diminuarea numărului de îmbolnăviri și reducerea comportamentelor cu risc pentru sănătate;
- să contribuie la creșterea calității actului medical.

Programul național „Educația pentru sănătate în școala românească” oferă în ansamblul său, din perspectiva strategiei sale de realizare, dezvoltarea componentei de educație pentru sănătate atât în cadrul unui curriculum cât și ca activități extracurriculare și extrașcolare.

În procesul de elaborare a curriculum-ului de Educație pentru sănătate în învățământul primar s-au avut în vedere trei repere fundamentale:

- raportarea la dinamica și la necesitățile actuale precum și la finalitățile de perspectivă ale sistemului românesc de învățământ, generate de evoluțiile sociale;
- raportarea la tendințele actuale și la criteriile internaționale general acceptate în domeniul reformelor curriculare;
- raportarea la acele tendințe ale sistemului românesc de învățământ care sunt pertinente din punctul de vedere al redimensionării valorilor educației.

Alături de reperele enunțate mai sus, s-a avut în vedere construirea programelor școlare pe baza următorilor indicatori: nivelul, varietatea și complexitatea intereselor educaționale ale

elevilor pe probleme de sănătate; ritmul multiplicării permanente a domeniilor cunoașterii și a nevoilor de educație; exigențele formării personalității elevului într-o lume în schimbare.

Elaborarea curriculum-ului de Educație pentru sănătate a urmărit, totodată:

- adecvarea curriculum-ului, în ansamblul său, la contextul socio-cultural național;
- racordarea curriculum-ului la evoluțiile în domeniu înregistrate în plan internațional;
- coerența, manifestată atât la nivelul relației dintre curriculum și finalitățile sistemului de învățământ cât și la nivelul diferitelor componente intrinseci ale acestuia;
- relevanța curriculum-ului în raport cu obiectivele educaționale;
- transparența curriculum-ului în raport cu obiectivele educaționale;
- articularea optimă a fazelor procesului curricular în ansamblul său: proiectare, elaborare, aplicare, revizuire permanentă.

Menționăm, Curriculum-ul de Educație pentru sănătate a fost elaborat în variantă modulară. Concepția organizării modulare a conținuturilor îi aparține lui L. D’Hainaut, conform căruia un modul didactic trebuie să satisfacă următoarele cerințe fundamentale: „a. să prezinte sau să definească un ansamblu de situații de învățare; b. să posede o funcție proprie, specificată cu grijă și să vizeze obiective bine definite; c. să propună probe în vederea orientării celui ce studiază și/sau a celui ce predă și să le ofere un feed-back; d. să poată să se integreze în itinerariile și logicile învățării.” [4, p. 84]

Organizarea modulară urmărește să ofere utilizatorului o bază flexibilă pentru aplicarea programului național Educația pentru sănătate în școala românească, în cadrul orelor de Curriculum la Decizia Școlii (CDS).

Curriculum-ul de Educație pentru sănătate cuprinde următoarele module [5, p. 26]: *Educația pentru sănătate, clasele I/a II-a; Educația pentru sănătate, clasele a III-a/a IV-a.*

Pentru învățământul primar din România programul Educație pentru sănătate - clasele I - a IV-a conțin: obiective cadru; obiective de referință și exemple de activități de învățare; lista orientativă de conținuturi; exemple de modalități de adaptare și selectare a obiectivelor de referință și a conținuturilor la nivelul fiecărei clase; sugestii metodologice și de evaluare formativă.

În această structurare, programele permit profesorilor pentru învățământul primar și educatorilor să-și selecteze și să-și adapteze conținuturile propuse în funcție de achizițiile elevilor (având în vedere participarea/neparticiparea acestora în anul/anii anterior/i la un curs de Educație pentru sănătate), dar și de alți factori, cum ar fi caracteristicile grupului de elevi (vârstă, mediu social și școlar), resursele didactice disponibile etc.

Specificăm, modulele propuse pot fi folosite astfel:

- la nivelul unei clase, urmărind toate obiectivele de referință sau o selecție/adaptare a acestora, prin intermediul celor 9 domenii de conținuturi (în interiorul acestora învățătorul/profesorul putând stabili subtemele cele mai relevante grupului țintă);
- la nivelul a două clase, prin departajarea obiectivelor de referință (sau selectarea/adaptarea lor), prin multiplicarea activităților de învățare și prin parcurgerea, după nevoi, a tuturor temelor de sub cele 9 domenii obligatorii.

Se recomandă, la nivelul învățământului primar din România, ca:

- temele ce vizează „*Stima de sine*” (ca imagine pozitivă despre propria persoană, încrederea în sine etc.) „*Asertivitate*”, „*Negocierea conflictelor*”, precum și alte teme

legate de comunicare, să fie abordate în toate modulele (ca teme de sine stătătoare sau integrate în teme din alte domenii);

- teme legate de prevenirea transmiterii HIV/SIDA, de solidaritatea cu persoanele afectate și infectate HIV/SIDA vor fi abordate în concordanță cu capitolele legate de legislație, igienă, sănătate mintală, prevenire a consumului de substanțe toxice, violență etc.

În consecință, structurarea modulară prezentată facilitează obținerea mai multor avantaje:

- asigurarea progresiei în achiziții pentru elevul care urmează opționalul pe parcursul mai multor ani de studiu;
- dezvoltarea unor deprinderi și comportamente specifice educației pentru sănătate precum și parcurgerea tuturor domeniilor de conținut ale disciplinei chiar în cazul în care elevii optează o singură dată pe parcursul întregii școlarități pentru acest opțional; elevii au ocazia să descopere domeniul și să-l integreze în structurile sale cognitive și afective;
- articularea educației formale, nonformale și informale.

La nivelul claselor I - a IV-a, obiectivele-cadru vizează: utilizarea limbajului specific educației pentru sănătate; dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale și a mediului.

Învățătorul are posibilitatea să selecteze și să adapteze obiectivele de referință și conținuturile în funcție de grupul de elevi. Lista de conținuturi prezentată în curriculum este orientativă, dar este obligatorie parcurgerea a cel puțin unei teme din fiecare domeniu al educației pentru sănătate.

Programa poate fi parcursă fie în clasa I, fie în clasa a II-a sau poate fi parcursă în ambele clase, prin departajarea obiectivelor de referință și prin multiplicarea activităților de învățare (de exemplu, obiectivul de referință 1.2 poate fi atins și prin activități de învățare de tipul: discuții cu elevii, vizita unui grup de adolescenți în clasă sau a unui bebeluș, pentru clasa I sau realizarea unui miniproiect "Trecutul meu" care să reflecte o viziune personală asupra schimbării, pentru clasa a II-a).

Recomandarea către cadrele didactice este ca pentru clasa I accentul să fie pus, în special, pe domeniile *Igienă personală* și *Sănătatea alimentației*, iar la clasa a II-a pe *Creștere și dezvoltare în perioada copilăriei*, *Boli cauzate de lipsa de igienă*, *Sănătate mintală*.

Metodele și tehnicile de predare recomandate sunt în legătură cu metodele interactive adaptate elevilor de clasele I-II, în special: jocul de rol, conversația, observația, discuția facilitată.

Cât privește modalitățile de evaluare, acestea conțin: probe scrise, probe orale, probe practice, autoevaluarea, miniproiecte, portofolii.

Referitor la materiale auxiliare care pot fi utilizate ca suport de curs al opționalului, evidențiem: Ghidul informativ pentru cadrele didactice pentru domeniile: Elemente de anatomie, Igienă personală, Activitate și odihnă, Sănătatea alimentației, Sănătatea mediului, Sănătate mintală, Violența, Accidente; Ghid pentru cadre didactice - Program Național "Educație pentru sănătate în școala românească"; Buletinele informative „Educație pentru sănătate”, editate sub egida Ministerului Educației și Cercetării (MEC) și alte materiale elaborate de MEC sau cu avizul MEC.

Curriculum claselor I - a II-a cuprinde o serie valoroasă de obiective de referință și exemple de activități de învățare. Astfel, pentru *Utilizarea limbajului specific educației pentru sănătate*, obiectivele de referință includ:

1.1. să identifice principalele părți ale organismului, utilizând termeni simpli de anatomie prin: exerciții-joc de descoperire a părților componente ale corpului uman, utilizând mulaje, planșe, imagini sau prin studiul propriului corp;

1.2. să identifice transformările corpului prin creștere, folosind termeni simpli de anatomie, prin exerciții de recunoaștere pe bază de imagini.

Pentru *Dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale și a mediului*, obiectivele de referință au în prim-plan ca elevii:

2.1. să recunoască comportamentele sănătoase și comportamentele de risc prin: descrierea unor comportamente sănătoase; enumerarea unor modalități de transmitere a bolilor; identificarea alimentelor sănătoase; exerciții de comparare a situațiilor reale și imaginare; exerciții de raportare la reguli standard; povestiri orale; prezentarea unui program zilnic; exerciții de recunoaștere a unor substanțe toxice și agenți nocivi pentru organism;

2.2. să recunoască cazuri de violență și sentimente asociate cu acestea prin exerciții de luare a deciziilor;

2.3. să aplice corect normele igienico-sanitare prin exerciții de aplicare a normelor de igienă corporală și a vestimentației prin simularea unor situații, dar și prin realizarea unor expoziții cu materiale create sau procurate de elevi;

2.4. să identifice rolul activității fizice și al odihnei în menținerea sănătății prin: aprecierea timpului acordat activității fizice și odihnei; prezentarea unui program zilnic; studierea cazurilor reale și precizarea regulilor respectate/ nerespectate;

2.5. să comenteze situații de abuz, violență, accidente prin analizarea unor situații de abuz, violență, accidente, dar și prin comentarea unor situații prezentate în media;

2.6. să utilizeze corect noțiuni privind calitatea produselor alimentare, a proceselor din mediul înconjurător prin oferirea de exemple de observare și evaluare a valabilității produselor alimentare; prin explicitarea modalităților de evitare a folosirii substanțelor toxice, a accidentelor; prin povestiri și studii de caz;

2.7. să-și formeze reprezentări corecte asupra sinelui și celorlalți - descrierea propriei persoane în relațiile cu ceilalți; prin precizarea diferențelor și asemănărilor în reprezentările asupra oamenilor.

Curricula pentru clasele a III-a – a IV-a include o serie de obiective de referință, dar și exemple de activități de învățare, cum ar fi:

1. *Utilizarea limbajului specific educației pentru sănătate* prin obiective de referință de tipul:

1.1. să identifice tipuri de boli și pericolul acestora pentru sănătate, folosind un limbaj simplu, prin stabilirea de măsuri de prevenire a îmbolnăvirilor; alcătuirea de enunțuri; rebus.

1.2. să descrie beneficiile alimentației sănătoase, activității fizice, odihnei prin formulări de concluzii; completarea de fișe.

1.3. să-și formeze opinii referitor la sănătatea personală, a mediului prin expoziții tematice; activități în aer liber, excursii, drumeții; joc de rol tip "proces”.

2. Dezvoltarea unor comportamente de protejare a sănătății personale și a mediului prin obiective de referință de tipul:

2.1. să identifice factorii interni și externi care determină starea de boală și de sănătate prin dezbateri pe teme date; formulări de concluzii simple;

2.2. să identifice aspectele fizice și comportamentele omului sănătos prin discuții de grup asupra conceptelor ”sănătate”/”boală”; comentarii de imagini.

2.3. să aplice conștient reguli pentru menținerea sănătății acasă, la școală, în comunitate prin exerciții de luare a deciziilor.

2.4. să recunoască situațiile de abuz ale adulților asupra copiilor și forme ale violenței intragrupale prin analiza unor situații de abuz; comentarea unor cazuri din media.

2.5. să analizeze efectele pe termen scurt și lung ale substanțelor nocive asupra organismului prin discuții despre substanțele cu potențial vătămător; întocmirea de portofolii.

2.6. să găsească soluții proprii pentru rezolvarea problemelor de sănătate specifice vârstei prin exerciții de rezolvare a unor situații problemă; studiul unor statistici medicale asupra populației infantile.

2.7. să manifeste un comportament ecologic responsabil prin discuții de grup; miniproiecte; activități practice în școală/comunitate.

Evidențiem, chiar dacă conținutul modular al Curriculumului de Educație pentru sănătate [1, p.7-10] prevede aceleași 9 domenii de conținuturi, totuși conținuturile specifice Programei de Educație pentru sănătate, clasele I-II și III-IV diferă (Tab. 1).

Tabelul 1. Conținuturile specifice Programei de Educație pentru sănătate la nivelul învățământului primar.

Nr. crt	Domenii de conținuturi	Conținuturile specifice Programei de Educație pentru sănătate	
		clasele I-II	clasele III-IV
1.	Noțiuni elementare de anatomie și fiziologie	Corpul uman: părți componente, localizarea organelor interne; Organele de simț; Starea de sănătate și boala. Ce înseamnă să fii sănătos?; Creșterea și dezvoltarea în perioada copilăriei; Abilități personale cu rol protector pentru sănătate (autonomie în igienă și autoîngrijire la fete și băieți).	Rolul organelor în corp; Organismul-un tot unitar.
2.	Igiena personală	Igiena cavității bucale; Igiena mâinilor și a unghiilor; Igiena părului; Igiena corpului; Igiena îmbrăcămintei; Igiena încălțăminte; Boli cauzate de lipsa de igienă (diareile, hepatita, parazitozele etc.); Gripa și	Vaccinările și importanța lor; Reguli de igienă intimă; Rolul igienei personale în prevenirea bolilor transmisibile; Parazitozele frecvente la copii. Bolile transmise de animale; Controlul stomatologic periodic.

		virozele respiratorii; Importanța igienei pentru sănătate (în prevenirea îmbolnăvirilor: HIV/SIDA, TBC etc.).	
3.	Activitate și odihnă	Regimul de activitate și odihnă în perioada copilăriei; Timpul liber: activități școlare și extrașcolare.	Rolul educației fizice și sportive în dezvoltarea armonioasă a organismului; Refacerea după efort; Efort fizic / efort intelectual; Modalități de diminuare a oboselii.
4.	Sănătatea mediului	Mediul înconjurător, mediu sănătos; Curățenia în clasa și școala mea.	Poluarea aerului – ce este și cine o produce? Cum influențează poluarea sănătatea?; Pentru o planetă sănătoasă; Obiectele noi devin deșeuri. Dar deșeurile, pot deveni obiecte noi?
5.	Sănătatea mintală	Autocunoașterea; Eu și ceilalți, locul meu în colectiv; Diferiți și, totuși, la fel. Solidaritatea cu persoanele cu nevoi; Identificarea și controlul emoțiilor.	Recompense și satisfacție; Porecle și etichetări; Calități ale copiilor (Activități de tip „ <i>Pot și vreau!</i> ”); Reacții la teamă: față de învățător, părinți, note.
6.	Sănătatea alimentației	Tipuri de alimente; Termenul de valabilitate al alimentelor. Reguli de păstrare a acestora; Diversitatea alimentelor - condiție a sănătății (importanța vitaminelor, a iodului în alimentație etc.).	Influența alimentelor de origine vegetală și animală; Efectele alimentației unilaterale; Consecințele excesului de dulciuri.
7.	Sănătatea reproducerii și a familiei	Eu și familia mea. Roluri în familie; Diferențele între fată / băiat (relații sociale).	Influența alimentelor de origine vegetală și animală; Efectele alimentației unilaterale; Consecințele excesului de dulciuri.
8.	Consumul și abuzul de substanțe toxice	Substanțe dăunătoare sănătății.	Percepții reciproce ale băieților și fetelor; Modificări corporale la pubertate; Cum am apărut eu pe lume?
9.	Accidente, violență, abuz fizic	Modalități de prevenire a accidentelor; Forme de agresivitate frecvente în mediul școlar; Drepturile mele / drepturile colegilor.	Jocul – între dinamism și agresivitate; Răspunsul la agresivitatea celorlalți; Abuzul adulților asupra copiilor.

Analiza programei de educație pentru sănătate, clasele a III-a - a IV-a ne-a permis să evidențiem, că cuprinde 9 obiective de referință și exemple de activități de învățare pentru fiecare obiectiv. Astfel, pentru clasa a III-a prioritar se acordă domeniilor - *Igienă personală, Sănătatea alimentației, Sănătate mintală*, iar pentru clasa a IV-a - *Activitate și odihnă, Sănătatea mediului*. Abordarea temei ”*Diferențe fizice dintre perioada copilăriei și pubertate*” se poate realiza la nivelul clasei a IV-a. Recomandăm învățătorilor ca această temă să se discute în grupuri mixte.

Metodele și tehnicile de predare includ: jocul de rol, studiul de caz, conversația, știu/vreau să știu/ am învățat, dezbaterea, observația, Philips 6.6, iar modalitățile de evaluare pentru disciplina Educație pentru sănătate, la clasele I-IV sunt în legătură cu: autoevaluarea; portofoliile; probe orale și probe practice. Ele includ probe orale și probe practice; autoevaluare; miniproiecte; portofolii; probe scrise. [5, p.12].

Obiectivul de bază al Educației pentru sănătate constă în formarea și dezvoltarea în rândul populației, începând de la vârstele cele mai fragede, a unei concepții și a unui comportament *igienic, sanogenic*, în scopul apărării sănătății, dezvoltării armonioase și fortificării organismului, adaptării lui la condițiile mediului ambiental natural și social, cât și al participării active a acesteia la opera de ocrotire a sănătății populaționale.

În acest sens, este necesară formarea unei opinii în rândul preșcolarilor și școlărilor mici, fundamentată științific, față de igiena individuală și colectivă, față de alimentație, îmbrăcăminte, muncă și odihnă, față de utilizarea rațională a timpului liber și a factorilor naturali de călire a organismului, față de evitarea factorilor de risc.

Așadar, sănătatea e o problemă socială, economică și politică, ce vizează drepturile omului. Familia, școala, comunitatea, biserica reprezintă locul în care copilul crește, se dezvoltă, se inițiază și se educă pentru a se forma ca om și a se integra în societate. Prin autoritatea sa morală, școala i-a învățat și-i va învăța pe copii cum să se poarte în natură și în societate, cum să se raporteze la ceilalți semenii, cum să trăiască frumos, demn și sănătos.

BIBLIOGRAFIE

1. Curriculum pentru disciplina opțională Educație pentru sănătate pentru învățământul primar, clasele I-XII, variantă modulară, aprobat cu Ordinul Ministrului nr. 4496/11.08.2004, București.
2. MORSE, R. Să trăim sănătos fără toxine. Pitești: Editura Paralela 45, 392 p, ISBN 973-697-372-7.
3. NAROȘI, L. I.; CĂLUGĂRU, D. Ghid pentru cadre didactice/ Program Național “Educație pentru sănătate în școala românească”. Buzău: Editura Grupul de Presă “Evenimentul Românesc” SA, 2004. 446 p.
4. Programe de învățământ și educație permanentă. L. D’Hainalt (coord.). București: Editura Didactică și Pedagogică, 1981, 382 p. ISBN 973-8363-91-8.
5. Programe școlare revizuite pentru disciplina opțională Educație pentru sănătate, clasele I-XII (variantă modulară), aprobat cu Ordinul Ministrului Nr. 4496/11.08.2004.