

*Асипова Н.А.,  
д.п.н., профессор  
Кыргызско-Турецкий Университет Манас*

*Карабалаева Г.Т.  
к.п.н., доцент  
Кыргызский Национальный Университет  
им. Ж. Баласагына*

## **ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ КАК ОСНОВНАЯ ЗАДАЧА ШКОЛЬНОГО И СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ**

Вопрос о формировании отношения к собственному здоровью как к непреходящей ценности становится важной социально-педагогической задачей, так как ею определяется будущее страны, генофонд нации, научный и интеллектуальный потенциал общества. Оно также значительной степени обуславливает возможность профессионального совершенствования, личностного роста, полноту восприятия, удовлетворенность жизнью, поэтому важнейшей задачей семьи и любой образовательной системы является формирование ценностного отношения здоровью, и тем самым обеспечение гармоничного физического, духовного развития молодого поколения.

О необходимости формирования здорового поколения говорится в статье 31 Закона Кыргызской Республики «Об образовании» говорится, что образовательные организации и органы местного самоуправления должны создавать условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья детей и учащейся молодежи [2, с.48]. Об этом же говорится в Законе КР «Об образовании» [3], в Стратегии развития образования Кыргызской Республики (2007-2010гг.) [8] и других нормативных документах.

Об актуализации данной проблемы свидетельствуют многочисленные исследования последних лет, в которых говорится о неудовлетворительном состоянии здоровья детей и подростков. Среди основных причин резкого ухудшения состояния здоровья школьников исследователи (М.М. Безруких, Н.И. Дуброва, Н.Н. Куинджи, Г.В. Лавриенко, М.М. Степанова, Л.М. Сухарева, и др.) отмечают увеличение учебной нагрузки учащихся, недостаточный учет возрастных особенностей школьников, а также отрицательное влияние окружающей среды и др. Сюда же относятся недостаточная комплектованность школ медицинскими работниками. По республике такой показатель не превышает 40%, из-за чего страдает уровень контроля состоянием здоровья школьников. У более 30% школьников диагностируются хронические заболевания, желудочно-кишечные заболевания, которые встречаются более чем у трети всех школьников. В настоящее

время лишь 10-14 % выпускников школы могут считаться здоровыми [1].

Проблема здоровья сохраняет свою актуальность не только на общесоциальном, но и на личностном уровне, вне зависимости от времени, места и других условий жизнедеятельности человека. Именно поэтому вопросы здоровья уже на протяжении достаточно длительного периода времени изучаются в философии (Локк Дж., Смит А., Гельвеций К., Ломоносов М.В. и др.).

В последние годы проблематика здоровья завоевывает все более прочные позиции и в психолого-педагогических исследованиях. Об этом свидетельствуют труды Л.С. Выготского, В.М. Бехтерева, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, О.С. Васильевой, В.К. Зайцева, В.В. Колбанова, В.Н. Мясищева, Л.Г. Татарникова и др., в трудах указанных ученых формирование ценностного отношения к здоровью рассматривается как важная задача педагогов.

С точки зрения аксиологии ценности представляют результат осознания субъектом своих потребностей и соотнесение их с возможностями удовлетворения, что есть результат ценностного отношения. Ценностное отношение – сознательная избирательная связь человека со значимыми для него объектами и явлениями, выражающая активную избирательную позицию личности, определяющую индивидуальный характер деятельности и отдельных поступков. Ценностные отношения не возникает до тех пор, пока субъект не обнаружит для себя проблематичность удовлетворения возникшей потребности. Чем проблематичнее возможность удовлетворения той или иной потребности, тем большей ценностью обладает тот или иной предмет для субъекта.

Практика показывает, что здоровье воспринимается априори как ценность, залог благополучия, успеха в разных сферах жизнедеятельности. Однако такое понимание обнаруживается, в основном, тогда, когда человек уже сталкивается с определенными проблемами своего здоровья, попадает в ситуацию, при которой возникает необходимость прилагать какие-либо усилия для его восстановления. Чаще всего пристальное внима-

ние к своему здоровью человек начинает проявлять уже в зрелые годы, а в школьные годы почти не задумывается об этом. Однако общий кризис экономики и связанные с ней падение жизненного уровня населения неблагоприятно сказываются на состоянии здоровья большей части населения. В детской среде это сопровождается появлением новых недугов (гиподинамия, гиперактивность и др.) и «омоложения» многих болезней, что, особенно остро отражается на здоровье подрастающего поколения, и требует разработки технологий, позволяющих уже с юных лет формировать ценностное отношение к здоровью. Это значит, что формирование ценностного отношения является важной проблемой для любого возраста, однако оно приобретает особую актуальность в подростковом возрасте, когда происходит перестройка организма, и растущий организм переходит от одной стадии физического, биологического развития к другой, и это сопровождается психологическими переживаниями, которые могут пугать не подготовленных молодых людей.

В этой связи значительно возрастает роль педагога, как центральной фигуры в воспитании нового человека, носителя и проводника социальных ценностей, поскольку именно педагогическими средствами возможно формирование у учащихся ценностного отношения к здоровью, мотивации на здоровый образ жизни.

Критериями проявления ценностного отношения к здоровью у школьников являются:

- осознание здоровья как общечеловеческой ценности, потребность в его сохранении и укреплении;
- наличие знаний, умений и навыков о способах укрепления организма, ведения здорового образа жизни;
- проявление ценностного отношения к здоровью в поведении, деятельности и общении учащихся.

С целью формирования ценностного отношения к здоровью последние годы в педагогической теории и практике чаще стали обращаться к здоровьесберегающим технологиям. Психолого-педагогические программы и здоровьесберегающие технологии направлены на воспитание у школьников культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

В процессе внедрения в педагогическую практику здоровьесберегающих, технологий в процесс обучения и внеурочной деятельности рекомен-

дуется учитывать следующие основополагающие моменты:

1. Создание положительной мотивации к знаниям и учебной деятельности, направленного на сохранение здоровья.

2. Создание благоприятного психологического климата, обеспечение доброжелательного отношения к учащимся, атмосферы увлеченности поиском новых знаний, включение их в учебную дискуссию, установление межпредметных связей, создание на уроке ситуации успеха, использование юмора и смеха, корректность и объективность оценки деятельности обучающихся.

3. Смена видов учебной деятельности в течение урока, чередование устных и письменных работ, решение задач, тестирование, работа с тетрадью (где будут задействованы все органы чувств обучающихся).

4. Содержание учебного материала на уроке способствует формированию валеологической культуры учащихся.

5. Оптимизация двигательного режима учащихся, снятие зрительного утомления, мышечного напряжения, используя малые формы физической активности (физкультурные паузы).

Обязательным правилом на уроках является соблюдение гигиенических норм и требований при организации урока: освещенность, соблюдение светового, воздушно-теплового и цветового режима.

Связующую роль в формировании ценностного отношения к здоровью школьников выполняет классный руководитель, которая обеспечивает взаимосвязь всех социальных институтов в воспитании школьников, в том числе школы и семьи. Как записано в Законе КР «Об образовании»: «Родителям обязаны создавать детям условия для жизни и учебы, обеспечивающие здоровье, развитие их духовных и физических сил, нравственное становление в семье» [3, с.46]. Не секрет, что благоприятные условия развития, обучения и воспитания школьника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – школы и семьи. Основное содержание совместной деятельности педагогов школ и родителей по формированию здорового образа жизни, а также ценностного отношения к здоровью является формирование гигиенической и физической культуры, которые имеют не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Актуализация такой задачи обусловлено тем, что многие родители в силу неопытности, несерьезности подхода к соблюдению правил гигиены, а часто из-за низкой культуры и небрежного отношения к здоровью ребенка не выполняют даже элементарных гигиенических правил. Знание ребенком основ

гигиены, элементарных медицинских сведений, правил безопасной жизнедеятельности составляет фундамент здорового образа жизни, способствующий в свою очередь, эффективности оздоровительных мероприятий, проводимых в школе и семье. Всем известно, об одном из педагогических принципов, принципе осознанности. В то же время многие исследователи констатируют явно недостаточную активность родителей в физическом воспитании детей. Между тем семейное физическое воспитание составляет основу полноценного развития детей и подростков. Следовательно, возрождение традиций семейного физического воспитания в совместных условиях имеет значение не только для улучшения здоровья подрастающего поколения, но и для укрепления семейных ценностей.

Семья для ребёнка не только естественная среда физического развития, но и источник формирования социального опыта. Здесь он находит пример для подражания и здесь происходит его социальное рождение. И если мы хотим вырастить физически и нравственно здоровых и социально зрелых личностей, то должны решать эту проблему "всем миром": детский сад, семья, общественность.

Роль педагога школы состоит в организации педагогического процесса, сберегающего здоровье школьника и воспитывающего ценностное отношение к здоровью. В ходе совместной деятельности с детьми, педагог, сотрудничая с семьёй, обеспечивает восхождение школьника к культуре здоровья.

Большое значение для сохранения здоровья имеет правильная организация жизнедеятельности человека, а также целенаправленная воспитательная работа по формированию ценностного отношения к здоровью. Этому способствует разностороннее развитие, правильное питание, постоянный контроль над состоянием здоровья, своевременная коррекция возникших изменений в организме, которые обеспечивают нормальный психический статус ребенка.

Задача родителей в формировании ценностного отношения к здоровью ребёнка состоит в конструировании природо и культурнообразной модели поведения, в готовности принимать помощь и поддержку от специалистов школы в вопросах сохранения и укрепления здоровья ребёнка, активного участия в создании культурных традиций школы. Это значит, что важным условием успешной работы по сохранению и укреплению здоровья детей, по формированию у них потребности в здоровом образе жизни является и то, что "здоровый образ жизни" должен стать стилем жизни окружающих его людей, т.е. педагогов и родителей.

Несмотря на заинтересованность родителей в сохранении здоровья ребёнка, им не всегда удаётся грамотно решить многие вопросы и возникшие проблемы, тем более, что многие школьники большую часть времени находятся в школе. Поэтому школа должна оказать существенную помощь семье в сохранении и укреплении психосоциального развития здоровья ребёнка. Основными условиями обеспечения нормального психосоциального развития ребенка (помимо здоровой нервной системы) признается спокойная и доброжелательная обстановка, создаваемая благодаря постоянному присутствию родителей или заменяющих их лиц, которые внимательно относятся к эмоциональным потребностям ребенка, беседует, и играют с ним, поддерживают дисциплину, осуществляют необходимое наблюдение и обеспечивают материальными средствами [6, с. 178].

Термин «психическое здоровье» был введен Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ). В докладе Комитета экспертов ВОЗ «Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей» сказано, что с соматическими заболеваниями или дефектами физического развития, так и различными неблагоприятными факторами и стрессами, воздействующими на психику и связанными с социальными условиями [2].

Социальное значение формирования ценностного отношения к здоровью, обеспечение нормального психосоциального развития детей весьма значимым является для Кыргызстана, который переживает кризис семейных отношений, а вместе с нею и кризис детского здоровья. Безработица, и связанная с ней миграция напрямую отражается на физическом и психосоциальном развитии детей и подростков. Главная роль в этом принадлежит как семье, так и образовательным организациям, где формируется как индивидуальное здоровье личности, так и здоровье всего молодого поколения.

Таким образом, ценностное отношение к здоровью сформировано тогда, когда активное, сознательное участие личности в изменении объективных условий жизни выступает как основание поведения человека, когда развивается привычка вести здоровый образ жизни и здоровое поведение становится естественной жизненной необходимостью. Формирование ценностного отношения к здоровью – это процесс приобретения и развития такой мотивации, системы знаний, умений, которые обеспечивают ей возможность в течение всей дальнейшей жизни быть здоровой. Для совершенствования и формирования здоровья надо подходить к собственному здоровью как ценности, и формировать потребность в здоровом образе жизни.

## Литература:

1. Более 30% школьников в Кыргызстане имеют хронические заболевания. – Электронный ресурс: [www.kyrtag.kg](http://www.kyrtag.kg)
2. Доклад Комитета экспертов ВОЗ 1979 года: Психическое здоровье и психосоциальное развитие детей
3. Закон КР «Об образовании» - Бишкек, 2013.
4. Иванюшкин А.Я. “Здоровье” и “болезнь” в системе ценностных ориентаций человека // Вестник АМН СССР. 1982. Т.45. №1, с.49-58, №4, с.29-33.
5. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учебное пособие / А. М. Митяева. – М. : Академия, 2008. – 192 с.
6. Ниетбаева Г.Б. Некоторые психологические аспекты психического здоровья человека. /Педагогика и психология. №1, 2009. С. 176-179.
7. Пашин А.А. Формирование ценностного отношения к здоровью в физическом воспитании школьников: монография / А.А. Пашин. – Пенза: ПГПУ, 2011. – 228 с.
8. Стратегии развития образования Кыргызской Республики (2007-2010гг) – Бишкек, 2006.