

Канеса Н. Г. Особенности формирования культуры здоровья младших школьников / Н. Г. Канеса // Национальная научно-практическая конференция с международным участием «Научно-образовательное пространство : реалии и перспективы повышения качества образования» : сборник статей / сост.: О. В. Куртева, И. Ф. Иварлак ; науч. ком. : С. К. Захария, Т. И. Раковчена. – Комрат : КГУ, 2018. – С. 83–87.

УДК 371.71

## ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Канёса Наталья Григорьевна, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теории и методик дошкольного образования, Каменец-Подольский национальный университет имени Ивана Огиенко, Каменец-Подольский, Украина, nata\_ka@ukr.net

The article reveals the relationship of pedagogical culture and health culture of future teachers. Culture of health is regarded as one of the components of pedagogical culture and as a necessary condition of self-development, self-improvement and self-healing personality.

Culture of health of personality is a complex and multifaceted psychological and pedagogical phenomenon, which is indicated by the large number presented in scientific literature different definitions of this concept.

**Key words:** health culture, pedagogical culture, self-development, self-improvement, pedagogy of healthy.

В современном обществе жизнь и здоровье человека определяются как наивысшие ценности. Они показатели цивилизованности, отражающей общий уровень социально-экономического развития общества, главным критерием целесообразности и эффективности всех без исключения сфер государственной деятельности (резолуция ООН № 38/54 от 1997г.). В то же время современные социально-экономические и экологические кризисы в стране вызывают ухудшение здоровья детей и молодежи. Поэтому первоочередная задача системы образования – поиск путей сохранения и укрепления здоровья детей, формирование у них ответственного отношения к своему здоровью как к высшей ценности.

Реформирование современной системы образования, обусловленные им изменения в учебно-воспитательном процессе повышают требования к подготовке учителя, его профессиональным, личностным качествам, психолого-педагогической культуре. Психолого-педагогическая культура учителя развивается не только при условии знания и

понимания психологии и духовного мира ребенка, но и при условии ответственного отношения к своему здоровью и здоровью своих воспитанников.

Гуманистическая цель профессиональной подготовки учителя раскрыта в «Концепции педагогического образования», сформулирована как его общекультурное, моральное и профессиональное развитие. Одной из составляющих общекультурного развития является высокий уровень культуры здоровья будущего педагога. Подготовка учителя с высоким уровнем культуры здоровья способствует решению приоритетных задач системы образования, одно из которых – «воспитание человека в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как к высшей индивидуальной и общественной ценности» [5].

Выдающийся украинский педагог В. А. Сухомлинский в своих педагогических трудах постоянно подчеркивал, что в решении сложных задач обучения, воспитания и оздоровления детей самая большая роль принадлежит учителю: «С каждым годом мы все больше убеждаемся, что предупреждение болезней и предрасположенности к заболеваниям, укрепления организма – главное условие полноценной умственной работы и всей духовной жизни ребенка ... Эта проблема имеет и обратную сторону: здоровье во многом зависит от духовной жизни, в частности, от культуры умственного труда» [8].

Проблема формирования культуры здоровья личности рассматривается с различных научных позиций в трудах философов, социологов, медиков, психологов. Многие исследования посвящены формированию здорового образа жизни на всех этапах обучения и воспитания подрастающего поколения (Р. И. Айзман, И. И. Брехман, Э. Н. Вайнер и др.).

Педагогической культуре будущего учителя посвящены работы А. В. Бондаревского, М. В. Гриневой, И. Ф. Исаева и др. Основательно освещаются проблемы формирования культуры здоровья в трудах украинских ученых В. П. Горащук, И. В. Муравова, Г. Л. Апанасенко. Информационным технологиям в образовании посвящены работы С. И. Архангельского, Ю. К. Бабанского, Б. С. Гершунского и др.

Понятие «здоровье» достаточно сложное явление, в которое включено множество различных значений и смысловых оттенков. Они не могут быть охвачены никакой из существующих отраслей знаний и являются одной из фундаментальных характеристик человеческого существования.

Определение «здоровья» данное Всемирной Организацией Охраны Здравooхранения получило широкое международное признание. В уставе ВООЗ указано, что «здоровье» – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Но на данной

стадии развития общества это определение не исчерпывающее. Оно критикуется во многих работах, посвященных этой проблеме.

На современном этапе ученые выделяют несколько компонентов здоровья (Д. Н. Давиденко, В. П. Петленко), а именно: соматическое здоровье, физическое здоровье, психическое здоровье, нравственное здоровье [3].

Осмысление проблемы здоровья человека в контексте глобальных проблем современности направляет нас в более широкую проблему культуры. Создавая условия для осознания студентами значения здоровья для полноценной и счастливой жизни, формируя у них ориентацию на сохранение здоровья, мы тем самым способствуем и преодолению кризиса культуры.

Поиск методов сохранения здоровья в современном обществе является весьма актуальным, поэтому эта проблема одна из ключевых не только в медицинской, но и в педагогической науке. Это можно объяснить тем, что педагогическая наука разрабатывает способы привлечения учеников, студентов к ценности «здоровья» как форме культуры.

Культура здоровья – это качественное образование личности, которое проявляется в единстве духовных, биологических, психологических и социальных факторов, определяющих её образ жизни и гуманистический смысл бытия. Она предопределяет дальнейшее развитие всех видов культур и предусматривает формирование человека как целостного индивида, охватывая все стороны его жизни.

Культура здоровья призвана превратить любую сферу деятельности людей в средство физического и духовного самосовершенствования, самооздоровления. Ю. Орлов утверждает, что достижение целей самосовершенствования – гармонии черт, согласия с самим собой, согласия с естественным и материальным окружением, устранение вредных привычек, управление своими эмоциями, контроль потребностей, развитие способностей предусматривают определенное изменение мышления, более глубокое осознание самого себя [6].

Формировать культуру здоровья необходимо с детства, и вся ответственность за успех этого процесса возлагается на педагога, который, в свою очередь, сам является носителем и пропагандистом данной культуры.

Культура здоровья младших школьников это составляющая базовой культуры личности ребенка, основанная на начальных знаниях о здоровье человека и его факторах, ценностном отношении к собственному здоровью.

Следует отметить, что к младшему школьному возрасту необходимо научить ребенка осознавать мотивы своих действий: что хочу, зачем хочу, для чего хочу осуществить то или иное действие, осознавать в чем его ценность для меня и

окружающего мира. Это помогает ребенку перейти к мотиву – цели, на основе чего и разворачивается его собственная двигательная деятельность, которая обеспечивает ему жизненное пространство, где ребенок приобретает опыт и основы физической культуры, что сохраняют его целостность.

Содержание культуры здоровья младшего школьника является совокупностью трех взаимосвязанных компонентов: когнитивного (представления о здоровье и культуре здоровья, знания о способах укрепления и сохранения здоровья), эмоционально-ценностного (ответственное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих), поведенческого (здоровьесохраняющее поведение и самостоятельное соблюдение модели культуры здоровья младших школьников, предложенной взрослыми) [6].

Формирование культуры здоровья младших школьников – процесс усвоения ребенком знаний о здоровье и здоровом образе жизни, мотивирование младших школьников к сохранению и укреплению здоровья и применения полученных знаний, умений и навыков на практике [4]. Достижению этой цели способствует педагогическая культура педагога, его личностная характеристика, что «отражает способность настойчиво и успешно осуществлять учебно-воспитательную деятельность в сочетании с эффективным взаимодействием с воспитанниками» [2]. Она призвана способствовать совершенствованию учебно-воспитательного процесса. Функции, которые выполняет культура педагога, включают в себя не только формирование мировоззрения у учащихся, развитие у них интеллектуальных сил и способностей усвоения нравственных принципов, но и развитие физических сил детей, укрепления их здоровья.

Под готовностью учителей начальной школы к формированию здоровьесохраняющих навыков и умений младших школьников необходимо рассматривать психофизиологическое состояние будущего педагога, который владеет теоретическими знаниями, практическими умениями и навыками по организации и эффективному осуществлению здоровьесохраняющей деятельности, направленной на формирование здоровьесохраняющих навыков и умений в учащихся 1-4 классов.

Об уровне формирования педагогической культуры и культуры здоровья будущего учителя будет свидетельствовать отношение педагога к:

– ученикам. Компетентность педагога в вопросах валеологического воспитания позволяет ему давать советы ученикам по сохранению и укреплению здоровья во время обучения и в свободное время. В основе такого отношения лежит глубокая любовь к детям, понимание здоровья как важнейшей общечеловеческой ценности, как условия эффективного обучения, их саморазвития.

– самому себе. Установка на необходимость совершенствования духовного, физического, психического и социального аспектов здоровья, высокую активность в процессе самооздоровления.

Для достижения поставленной цели А. Н. Московченко предлагает следующую иерархию мотивов:

- мотивацию на здоровье – быть здоровым, укреплять здоровье, снизить влияние окружающей среды на здоровье;
- социально-значимые мотивы – хочу быть готовым к жизни, обучению, добиться высоких результатов в учебе, сформировать имидж для продвижения по служебной лестнице;
- мотив личности – самоутверждение, создание положительных эмоций и уверенности в себе, самосовершенствование себя как личности, познавательный интерес [5].

Ориентация на валеологическую педагогику, то есть способность будущего учителя к организации такой учебной деятельности, что не наносит вреда здоровью учеников. Установка на развитие демократических, гуманных отношений учителей и администрации школы с учениками. Учитель с высоким уровнем культуры здоровья имеет не только глубокие медико-валеологические знания, но и определенные умения. Эти умения необходимы ему для: самостоятельной оценки состояния своего здоровья и самооздоровления; оценки состояния здоровья учащихся и их оздоровления; оказания при необходимости немедленной доврачебной помощи пострадавшим при несчастных случаях; организации учебно-воспитательного процесса, не наносит вреда здоровью учеников.

Повышению уровня культуры здоровья будущих педагогов, а также формирование умений и навыков здоровьесохраняющей культуры у младших школьников будет способствовать: усвоение систем научных знаний по проблемам сохранения и укрепления здоровья; развитие умений и приобретение навыков по вопросам самооздоровления своего организма и оздоровления учащихся в урочное и внеурочное время; развитие на научных принципах умений организовывать различные виды валеологической деятельности учащихся, пропагандировать полученные знания; приобретения опыта творческой деятельности по вопросам сохранения собственного здоровья и здоровья учащейся молодежи; непрерывное совершенствование саморегуляции поведения, направленного на взаимодействие духовного, физического, психического и социального аспектов здоровья; достижения состояния биосоциальной гармонии – гармонии человека с самим собой и окружающим миром.

Таким образом, педагогическую культуру будущего учителя нельзя рассматривать отдельно от культуры здоровья. Учитель, который не имеет представления о культуре здоровья не может иметь и высокий уровень педагогической культуры. Оздоровление учащихся в школьном учебно-воспитательном процессе становится возможным только в том случае, если педагог получил глубокие медико-валеологические знания в вузе и после окончания эффективно использует эти знания в своей повседневной работе и активно занимается самоусовершенствованием.

#### **Список используемых источников**

1. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності : монографія. Одеса : Видавець М.П. Черкасов, 2010. 269 с.
2. Національна доктрина розвитку освіти. Київ, 2002.
3. Коваленко В. Н. Здоровьесберегающие технологии. Москва : Вако, 2004. 214с.
4. Концепція валеологічної освіти педагогічних працівників / Інформаційний вісник вищої освіти. Київ : НМЦВО, 2001. №6. С.34–38.
5. Московченко О. Н. Системний підхід до оцінки здорового способу життя. Валеологія. – 1999. № 2. С. 14–18.
6. Орлов Ю. М. Восхождение к индивидуальности : Кн. для учителя. Москва : Просвещение, 1991. 287 с.
7. Смирнов Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. Москва : Аркти, 2006. 320 с.
8. Сухомлинский В. А. Избранные произведения : В 5 т. Т.4. Киев : Радянська школа, 1979. 670 с.