

ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ УЧАЩИХСЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Сорокина В.М., Сорокин Д.Ю.

Камышинский технологический институт (филиал) ВолгГТУ, Камышин, e-mail: arts@kti.ru

Здоровый образ жизни становится сегодня ценностью, которая приобретает для субъекта личностный смысл, рассматривается им как личная ценность, нечто значимое для его собственной жизни и жизни общества и проявляется в соответствующей деятельности. Актуальность изучения проблемы формирования у школьников отношения к здоровому образу в широком социокультурном аспекте обусловлена спецификой этой социальной группы, особенностями ее положения жизни и роли в обществе. Большое значение для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни в средних учебных заведениях имеют дисциплины «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Биология». Работа включала в себя три этапа согласно модели процесса формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, задачи ценностно-смыслового характера, физическая культура, компонент, этап

FORMATION OF AN ATTITUDE TOWARDS HEALTHY LIFE-STYLE AMONG SCHOOLCHILDREN

Sorokina V.M., Sorokin D.Y.

Kamyshin Technological Institute (branch of) Volgograd State Technical University, Kamyshin, e-mail: arts@kti.ru

Healthy lifestyle is now a value, which assumes for a person a personalized meaning, it is considered as a personal value, something remarkable for their own life and the life of society and manifests itself in the relevant activities. Topicality of studying the problem of promoting an attitude towards a healthy lifestyle among schoolchildren regarded in a wide socio-cultural aspect is determined by a specific character of this social group, by peculiarities of its position and role in the society. The disciplines of «Physical Training», «Basics of Life Safety» and «Biology» are of great consequence for promoting healthy lifestyle among schoolchildren at secondary educational institutions. The work involves three stages according to the process model of forming an attitude towards a healthy lifestyle among schoolchildren.

Keywords: healthy lifestyle, value-semantic character, physical training, stage

К началу XXI века нельзя найти ни одной сферы человеческой деятельности, не связанной со здоровым образом жизни, поскольку здоровый образ жизни – общепризнанные материальные и духовные ценности общества в целом и каждого человека в отдельности.

Не случайно все последние годы все чаще говорится о здоровом образе жизни не только как о самостоятельном социальном феномене, но и как об устойчивом качестве личности. Тем не менее, феномен здорового образа жизни личности изучен далеко не полностью, хотя проблемы культуры духа и тела ставились еще в эпоху древних цивилизаций.

Актуальность изучения проблемы формирования отношения у школьников к здоровому образу жизни как ценности в широком социокультурном аспекте обусловлена спецификой этой социальной группы, особенностями ее положения и роли в обществе. Детство и юношество нынешних российских школьников целиком приходятся на постперестроечный период, когда в силу известных экологических и социально-эко-

номических причин заметно ухудшилось здоровье населения в целом, детей в особенности, вследствие чего в обществе встает задача ликвидации этих последствий.

Важнейшая роль в решении этой задачи отводится системе школьного образования с возможностью поэтапной реализации обозначенных проблем и учета возрастных и психологических особенностей учащихся. Большое значение для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности имеют дисциплины: «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Биология». Анализ литературы по формированию здорового образа жизни у школьников средствами физической культуры выявил наличие ряда работ, раскрывающих инновационные подходы в решении данной проблемы (В.К. Бальсевич, Н.А. Бирюков, М.Я. Виленский, А.В. Лотенко, Л.И. Лубышева, В.В. Марков, Ю.В. Салов). Это обусловлено рядом социальных, психологических, культурно-исторических факторов. Психологические возможности данного возраста позволяют школьнику сделать осознанный

выбор своей жизненной позиции. Школьник не только осваивает материал, но и формирует свое отношение к изученному, определяет свою позицию, которую он занимает относительно обсуждаемых на занятиях вопросов. В средних учебных заведениях оптимальные условия для формирования отношения к здоровому образу жизни создаются в процессе обучения школьников дисциплинам: «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Биология». Исходя из актуальности данной проблемы, была поставлена цель исследования: обосновать процесс формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности в обучении вышеперечисленным дисциплинам.

В соответствии с целью были поставлены следующие задачи:

- выявить существенные характеристики ценностного отношения к здоровому образу жизни, определить критерии сформированности у школьников данного личностного образования;

- обосновать модель процесса формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности;

- разработать и экспериментально проверить систему педагогических средств формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности.

Исходя из особенностей здорового образа жизни, потенциала учебных дисциплин, возрастных особенностей школьников нами были выявлены основные компоненты рассматриваемого личностного образования: когнитивный, эмоциональный, смысловой и деятельностный.

Когнитивный компонент предполагает усвоение личностью системы знаний, лежащих в основе здорового образа жизни. Без опыта получения достоверных, научно обоснованных знаний о здоровом образе жизни невозможно отношение к здоровому образу жизни как ценности. Данный компонент подразумевает фиксацию в сознании школьника результата овладения им знанием о «здоровом образе жизни». В качестве структурообразующего элемента знания о здоровом образе жизни как ценности в данном исследовании рассматриваются знания о компонентах ценности «здоровый образ жизни». Содержание компонентов здорового образа жизни раскрывается через соответствующие идеи.

Идея ценности здоровья определяется как гармоническое сочетание физического, духовного и социального благополучия и раскрывается через категории «физические качества», «телосложение», «здоровье» и «норма».

Идея ведения здорового образа жизни – это индивидуальная система поведения человека, направленная на достижение полного физического, психологического и социального благополучия, базирующегося на категориях: «уклад жизни», «режим труда и отдыха», «культура межличностного общения», «профилактика вредных привычек».

Идея человека как ответственного субъекта раскрывается через категорию «ответственность». Для школьника с высоким уровнем развития личности характерно не только желание познать себя, но и умение изменить себя, микросреду, в которой он находится.

Смысловой компонент предполагает осознание роли и места естественно-научного знания в контексте определения отношения к здоровому образу жизни как ценности; поиск, осознание и принятие школьником личностного и общественного смысла ценности «здоровый образ жизни».

Эмоциональный компонент заключается в особом, эмоционально окрашенном отношении к здоровому образу жизни. Этот компонент связан, главным образом, с особенностями эмоционального восприятия знаний о здоровом образе жизни, поскольку «их содержание, преломляясь через ... эмоциональную сферу личности, становится внутренним требованием личности к самой себе, приобретает личностный смысл».

Деятельностный компонент предполагает связь конкретного субъекта отношений со здоровым образом жизни, другими людьми. Данная связь реализуется посредством активной сознательной деятельности.

Процесс формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности осуществлялся на материале дисциплин «Физическая культура», «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Биология».

Целью первого мотивационно-информационного этапа процесса формирования отношения к здоровому образу жизни как ценности являлось формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности на низком (безразлично-потребительском) уровне сформированности.

Реализация данной цели связана решением репродуктивных проблемных задач ценностно-смыслового характера следующего содержания: «Что такое здоровый образ жизни», «Здоровый образ жизни – источник ресурсов, необходимых для учебы», «Какое значение для учебы имеют принципы здорового образа жизни», «Что есть си-

стема здорового образа жизни для вашего будущего.

Опорными темами данного этапа явились: «Основы здорового образа жизни школьника», «Физическая культура и спорт в профилактике заболеваний и укреплении здоровья» (дисциплина «Физическая культура»); «Генетика и здоровье» (дисциплина «Биология»); «Здоровый образ жизни и его составляющие», «Сохранение и укрепления здоровья – важнейшая забота каждого человека» (дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности»)

Решение репродуктивных задач ценностно-смыслового характера предполагало использование бесед, рассуждений, дискуссий.

Целью второго – оценочного этапа процесса формирования отношения к здоровому образу жизни как ценности – явилось достижение среднего (нейтрально-пассивного) уровня сформированности отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности. Данный уровень предполагал решение задач, направленных на «открытие» школьником личностного смысла ценности «здоровый образ жизни», т.е. осознание личностной, а значит, в силу особенностей указанного ценностного феномена и общественной значимости ценности «здоровый образ жизни» на основе осознания невозможности существования и развития человека, общества, человечества в целом вне данного ценностного контекста.

Это были частично поисковые задачи ценностно-смыслового характера: «Докажите, что здоровый образ жизни – необходимое условие успешной учебной деятельности». В контексте данной проблемы рассматривались отдельные аспекты: «Что есть здоровый и нездоровый образ жизни? Для каких жизненных ситуаций и учебной деятельности здоровый образ жизни имеет наибольшее значение?».

Опорными темами данного этапа явились следующие: «Сущность жизни и свойства живого», «Среда обитания организмов и её факторы» (дисциплина «Биология»), «Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека» (дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности»), «Основы организации двигательного режима», «Вредные привычки и их профилактика средствами физической культуры» (дисциплина «Физическая культура»).

Решение практических задач и их последующее обсуждение способствовало активизации познавательной деятельности школьников. Осознание личностных ценностей в процессе решения практиче-

ских задач и последующего их обсуждения требует от учащегося актуализации отношений к собственным смыслам и предполагает развертывание особой познавательной деятельности по их осознанию и переводу смыслов на уровень принятия личных ценностей.

Реализацией цели третьего – деятельностно-практического этапа процесса формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни как ценности явилось достижение высокого (осознано-действенного) уровня сформированности отношения к здоровому образу жизни как ценности. Данный уровень предполагал решение задач, направленных на принятие личностного смысла ценности «здоровый образ жизни» и встраивание его в систему отношений школьника с учебой.

Решение данной задачи предполагало разрешение исследовательской проблемной задачи ценностно-смыслового характера: «Докажите, что здоровый образ жизни – это личная и социально значимая ценность. Используйте материалы семейных архивов». Ученикам давалось опережающее задание, данные материалы они собирали целенаправленно, беседуя со своими родственниками, изучая литературу, посвященную данному вопросу, анализируя информацию из книг, телепередач и сети Интернет.

Опорными темами данного этапа явились следующие: «Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений» дисциплина («Физическая культура»), «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности»), «Положение человека в системе животного мира» (дисциплина «Биология»). Решение задач ценностно-смыслового характера предполагало использование эвристической и обобщающей беседы, проблемного изложения, имитации жизненных ситуаций.

Для решения задач данного типа при изучении тем «Сущность жизни и свойства живого» дисциплина «Физическая культура»; «Здоровый образ жизни и его составляющие», «Сохранение и укрепления здоровья – важнейшая забота каждого человека» дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности»; «Сущность жизни и свойства живого», «Среда обитания организмов и её факторы» дисциплина «Биология» использовались материалы из семейных источников, экономических справочников, средств массовой информации, Интернета.

В ходе анализа формирования у школьников отношения к здоровому образу жиз-

ни как ценности были сделаны следующие выводы:

В процессе присвоения ценности «здоровый образ жизни» школьник осознает себя связующим звеном между здоровьем и образом жизни. Ведение здорового образа жизни позволяет осознать необходимость данного стиля жизни для развития и сохранения личного и общественного здоровья. С ведением здорового образа жизни тесно связано признание ценности здоровья, которое воспринимается как главная и основная задача нашей страны и всего человечества; признание человека как ответственного субъекта.

Таким образом, здоровый образ жизни рассматривается нами как ценность, проявляющаяся в отношениях «человек – образ жизни» и раскрывающаяся посредством следующих идей: идея ценности здоровья, идея ведения здорового образа жизни, идея человека как ответственного субъекта.

Отношение к здоровому образу жизни как ценности представляет собой интегративное, относительно устойчивое лич-

ностное образование, характеризующееся связью школьника с ценностью «здоровый образ жизни», включающей в себя знания о ценности «здоровый образ жизни», эмоциональное отношение к нему, осознание здорового образа жизни как лично и социально значимой ценности, проявляющейся в реализации деятельностных аспектов.

Список литературы

1. Кирьякова А.В. Теория ориентации личности в мире ценностей: монография. – Оренбург, 1996. – 187с.
2. Разбегаева Л.П. Ценностно-коммуникативный подход как основа гуманитаризации современного образования: Монография / Науч. Ред. Л.П. Разбегаева. – М.: АПРК и ППРО, 2010. – 216 с.
3. Разбегаева Л.П. Концепция ценностно-ориентированного образования: целевой и содержательный аспекты: Теоретические исследования. Л.П. Разбегаева. – Волгоград: Перемена, 2000. – 113 с.
4. Сериков В.В. Личностный подход в образовании: концепция и технология: монография. – Волгоград: Перемена, 1994 – 93 с.
5. Сорокин Д.Ю. Педагогическая технология развития физической культуры студентов. – Саратов: Изд-во «Научная книга», 2003. – 104 с.