

*Винокурова В.А.,  
студент 4 курс,  
институт «Дошкольного и начального образования»  
Оренбургский государственный педагогический университет  
Россия, г. Оренбург  
Научный руководитель: Фархиатова И.А.,  
кандидат педагогических наук, доцент*

## **ВОСПИТАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

***Аннотация:** Статья посвящена педагогическому осмыслению проблемы формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни. Обоснована необходимость комплексной работы по данному направлению в младшем школьном возрасте. На основе проведенного исследования предлагаются способы и средства формирования здорового образа жизни у детей.*

***Ключевые слова:** младший школьник, воспитание ценностного отношения, культура здоровья, здоровый образ жизни.*

***Annotation:** The article is devoted to pedagogical understanding of the healthy lifestyle problem which is connected with upbringing of value attitude. Also considered the question of necessity of comprehensive work in this area at primary school. In the article author represents the possible methods and ways of health education.*

***Key words:** yonger pupils, upbringing of value attitude, culture of health, healthy lifestyle.*

Воспитание как неотъемлемый компонент образовательного процесса занимает одну из главных ролей в формировании обучающегося как личности и выступает как совокупностью благоприятных факторов направленных на индивида, так воспитательная система классного общества является одним из способов организации жизнедеятельности и воспитания членов коллектива ,

которая представляет собой целостную и упорядоченную совокупность взаимодействующих компонентов и способствует развитию личности в коллективе.

Так, важной является актуализация одной из воспитательных проблем связанной с ценностным отношением к здоровью и здоровому образу жизни у младшего школьника, так как школа является идеальным центром для продвижения идей здорового образа жизни и воспитания культуры здоровья подрастающего поколения. Повышение интенсивности учебной деятельности, имеющее место в большинстве современных школ, как правило отрицательно сказывается на уровне работоспособности и состоянии здоровья учащихся. Первостепенными причинами отрицательных тенденций воспитания детей и подростков являются существенно возросшие умственные и психические нагрузки, низкая эффективность занятий физической культурой, отсутствие информации о резервах работоспособности учащихся. Отсутствие двигательной активности младших школьников ставит под угрозу их нормальное физическое развитие, а также их состояние здоровья.

Неблагоприятное состояние здоровья субъектов образовательного процесса приводит к необходимости освоения классным руководителем навыков здоровьесберегающей деятельности, где основой является обеспечение базовых потребностей всех субъектов образовательного пространства. [2, с. 137].

Рассматривая здоровье как состояние полного не только физического но и духовного, социального благополучия, основным критерием воспитания ценностного отношения служит соответствие базовым потребностям и психофизиологическим возможностям воспитанников в определенной образовательной среде. В качестве здоровьесберегающих технологий выступают такие психолого-педагогические технологии, программы и методы, которые направлены на формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, а также личностных качеств способствующих сохранению и укреплению здоровья, мотивации к ведению здорового образа жизни, развитие здоровьесформирующих и оздоровительных аспектов.

В основе здоровьесберегающих позиций педагога как классного руководителя лежит осознание важности проблем собственного здоровья и принятие определение уровня зависимости здоровья от образа жизни. Наличие знаний о формировании здорового образа жизни и деятельности по его осуществлению приводит к приобретению профессиональной позиции, направленной на сохранение и укрепление здоровья учащихся, а также влияет на сохранение здоровья самого педагога, поэтому данная деятельность имеет обобщенный характер и рассматривается в таких аспектах как: физиологический ( функционирование организма и всех его систем; реакция организма на воздействие негативных факторов); психологический ( душевное благополучие как ясное восприятие личности и открытость новому миру); духовный (гармонизация души и тела, ощущение целостности как личности); социальный (взаимодействие с окружающим миром, а также определение себя как социальной личности); интеллектуальный (восприятие информации касающейся поддержания здоровья, умение использовать ее и извлекать из необходимых источников). На этапе начального обучения возможно использование шкалы А.М. Прихожан связанную непосредственно с эмоционально-психологическим состоянием учащегося, которая дает возможность определить ценностное отношение к здоровому образу жизни и сформированности культуры здоровья. Данная шкала дает возможность не только выявить уровень владения здоровьесберегающими навыками у младшего школьника, но и определить проблемы, которые находят свое отражение в вышеупомянутых аспектах.

Другим диагностическим заданием, которое имеет смысл использовать для оценки сформированности ценностного отношения детей младшего школьного возраста к здоровью и здоровому образу жизни относится методика Лысовой Н.Ф. «Отношение детей к ценности здоровья и здорового образа жизни». Данная методика была разработана для детей младшего школьного возраста и присуща для работы на начальном этапе обучения.

Данные аспекты указывают на цели воспитания ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни в работе руководителя и важность формирования ответственного отношения к собственному здоровью.

Основные усилия педагога, работающего с младшими школьниками, должны быть сосредоточены на воспитании у них понимания важности и необходимости заботы о своем организме. М.М. Безруких отмечает, что при обучении школьников основам ЗОЖ необходимо учитывать психолого-педагогические особенности формирования личного отношения к своему здоровью на разных этапах возрастного развития ребенка [1, с. 33]. Таким образом, правильное использование психологопедагогических технологий с учетом составляющих формирования ЗОЖ позволяет не только решать проблему ответственного отношения к своему здоровью, но и решает задачи охраны здоровья школьников, как в психологическом, так и в физиологическом аспектах.

Здоровый образ жизни не занимает пока первое место в иерархии потребностей и ценностей человека в нашем обществе. Однако способность детей с самого раннего возраста ценить, беречь и укреплять свое здоровье является одним из немаловажных фактов, направленных на целостное разностороннее формирование личности.

### **ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ**

1. Безруких, М.М. Здоровьесберегающая среда/ М.М. Безруких, В.Д. Сонькин, В.Н. Безобразова// Управление школой. – 2014. – № 24. – С. 32– 37.
2. Валеева, Г.В. Теоретические основы ценностного отношения к здоровому образу жизни/ Валеева, Г.В. Греб А.В. // Вектор науки ТГУ. Серия: Педагогика, психология. 2014. – № 1(16). –М., 2013. – 316 С.