

ФОРМИРОВАНИЕ У ШКОЛЬНИКОВ ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

Сорокина В. М., Сорокин Д. Ю.

Камышинский технологический институт (филиал) ВолгГТУ Камышин, Россия (403874, Волгоградская область, г. Камышин, ул. Ленина, 6а, 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 жизни в широком социокультурном аспекте обусловлена спецификой этой социальной группы, особенностями ее положения 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, 6a, Lenin Street, Kamyshin, 403874, Volgograd Region, 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.

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 жизни в широком социокультурном аспекте обусловлена спецификой этой социальной группы, особенностями ее положения и роли в обществе.

Большое значение для формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни в средних учебных заведениях имеют дисциплины «Биология», «Основы безопасности жизнедеятельности» и «Физическая культура» [5].

Опытно-экспериментальная работа включала в себя три этапа, согласно модели процесса формирования у школьников отношения к здоровому образу жизни.

Первый этап (мотивационно-информационный) был направлен на формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни на безразлично-потребительском уровне, т. е. установление взаимосвязи между здоровьем школьника и учебной деятельностью, осознание здорового образа жизни как ценности. Достижение целей первого этапа было связано с решением репродуктивных 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 система 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.

Второй этап (оценочный) был направлен на формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни на нейтрально-пассивном уровне и предполагал решение задач на «открытие» учеником личностного смысла ценности «здоровый образ жизни», т. е. осознание личностной, а значит, в силу особенностей указанного феномена, и общественной его значимости. На данном этапе применялись частично-поисковые задачи ценностно-смыслового характера следующего содержания: «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 частично-поисковых задач ценностно-смыслового характера предполагало использование эвристической обобщающей беседы, диспута, рассуждения. Особое место на оценочном этапе отводилось выполнению практических задач и обсуждению полученных результатов.

Третий этап (деятельностно-практический) был направлен на формирование у школьников отношения к здоровому образу жизни на осознанно-действенном уровне. На

данном этапе решались задачи на принятие личностного смысла ценности «здоровый образ жизни», включение его в систему отношений ученика с учебой. Применялись задачи исследовательского характера следующего содержания: «Докажите, что здоровый образ жизни – это личная и социально значимая ценность. Используйте материалы семейных архивов». Ученикам было дано 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 деятельностно-практического этапа явились следующие: «Современные спортивно-оздоровительные системы физических упражнений» (дисциплина «Физическая культура»), «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (дисциплина «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 [1,2,4].

Анализ научной литературы 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). Исходя из особенностей здорового образа жизни, потенциала этих дисциплин, возрастной специфики школьников, мы определили основные компоненты рассматриваемого личностного образования: когнитивный, эмоциональный, смысловой и деятельностный [5].

Когнитивный компонент предполагает фиксацию в сознании ученика результата овладения им знанием о здоровом образе жизни. В качестве структурообразующего элемента данного знания выступают компоненты ценности «здоровый образ жизни», содержание которых раскрывается через соответствующие идеи. Идея ценности здоровья определяется как гармоничное сочетание физического, духовного и социального благополучия и рассматривается через категории «физические качества», «телосложение», «здоровье» и «норма». Идея человека как ответственного субъекта раскрывается через категорию «ответственность». Ответственный субъект путем активного самоизменения формирует свой образ жизни. Одновременно с этим в структуру личности включаются идеалы, нормы, отражающие ценность здорового образа жизни. Они присваиваются учениками и становятся их собственными идеями, ценностями. Кроме того, ответственный субъект понимает значимость ценности здорового образа жизни для будущих поколений.

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.

Смысловой компонент предполагает осознание ценности здорового образа жизни как личностно значимой в контексте будущей деятельности личности. По мнению В. Франкла, смысл нельзя передать, человек сам должен его найти. Личностные смыслы вырабатываются самостоятельно, не принимаются готовыми. Они формируются на основе переживания, а не рациональным путем. Осмысление предполагает объективирование личностных смыслов как минимум в плане внутренней речи. При этом план внешней вербализации может давать субъекту те точки опоры, в отношении которых решение задачи приобретает характер отвержения или принятия осознанных смыслов как «своих» или «чужих», желательных или отвергаемых. Поиск, осознание и принятие школьником личностного смысла ценности «здоровый образ жизни» предполагают осуществление субъектом специальной активности одновременно познавательного и личностного характера, представленной в виде личностных предпочтений. Активность школьников в контексте присвоения ценностей определяется мотивами самопознания и саморегуляции. Мотив самопознания в контексте данного исследования отражает познание школьником себя через отношение к здоровому образу жизни. Данный мотив побуждает личность к анализу собственной деятельности и выработке осознанного отношения к здоровому образу жизни. Мотив самореализации себя в будущем позволяет прогнозировать собственную деятельность с учетом ценности здорового образа жизни.

Деятельностный компонент предполагает осмысленную связь конкретного субъекта отношений со здоровым образом жизни. Данная связь реализуется посредством активной сознательной деятельности. Деятельностный компонент отношения к здоровому образу жизни выражается через умение подбирать мероприятия по здоровьесбережению для организации учебной и повседневной деятельности; применять общепринятые нормы для сохранения и восстановления своего здоровья; самостоятельно находить пути использования генетического ресурса здоровья [1,3,4].

Каждый из компонентов отношения к здоровому образу жизни обладает определенной функциональной заданностью. Когнитивный – реализует информационную функцию; эмоциональный – функцию эмоционального подкрепления; смысловой – рефлексивную; деятельностный – преобразующую.

В результате мы пришли к выводу, что отношение к здоровому образу жизни представляет собой интегративное, относительно устойчивое личностное образование, связанное с ценностью «здоровый образ жизни» и включающее в себя знания о ней, эмоцио-

нальное отношение к ней, осознание здорового образа жизни как личностно и социально значимой ценности, реализуемое в деятельности.

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.

Рецензенты:

Разбегаева Л.П., д.п.н., профессор, зав. кафедрой «Теория и методика преподавания истории, обществоведения и права» Государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Волгоградский государственный педагогический университет», г. Волгоград;

Соловцова И.А., д.п.н., профессор, зав. кафедрой «Педагогика» ФГБОУ ВПО «Волгоградский государственный социально-педагогический университет», г. Волгоград.