

УДК 37.048.2

О МОДЕЛИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАЩИХСЯ И ВРАЧЕБНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПЕРСОНАЛА ШКОЛЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

¹Мальтекбасов М.Ж., ¹Прокофьева М.А., ¹Ескендиоров Б.Н., ¹Нурбосынова Г.С.

¹*«Жетысуский государственный университет им. И. Жансугурова», Талдыкорган,
e-mail: b705@mail.ru*

Многолетнее изучение вопроса сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения и собственный практический опыт позволил нам спроектировать модель деятельности учащихся и врачебно-педагогического персонала школы в формировании здорового образа жизни, которые мы предлагаем в данной статье. Эти модели позволили систематизировать и конкретизировать деятельность учащихся и врачебно-педагогического персонала школы в формировании здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, модель деятельности, знания, умения.

ABOUT MODEL OF MEDICAL STUDENTS AND SCHOOLS- TEACHING STAFF IN THE PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLES

¹Maltekbasov M.ZH., ¹Prokofeva M.A., ¹Eskendirov B.N., ¹Nurbosynova G.S.

¹*«Zhetysuskij State University im.I. Zhansugurov», Taldikorgan, e-mail: b705@mail.ru*

The long-term study of the question of preserving and strengthening the health of the younger generation and their own practical experience has enabled us to design a model of students and medical and teaching staff of the school in creating a healthy lifestyle that we offer in this article. These models have allowed organize and focus the activities of students and medical and teaching staff of the school in creating a healthy lifestyle.

Keywords: healthy lifestyle, business model, knowledge, and skills.

Казахстанское общество, в котором знания и здоровье становятся капиталом и главным ресурсом экономики, формирует устойчивый и долговременный запрос на личность активную и неординарную, яркую и свободную, здоровую и самобытную, инициативную, интеллектуально, физически, психически, эмоционально, духовно и умственноразвитую, творческую и высокопрофессиональную.

Здоровье подрастающего поколения является важным показателем состояния человеческого потенциала страны, основой её движения к возрождению[2]. Проявившаяся в последние годы тенденция ухудшения здоровья детей, обусловленная рядом неблагоприятных социальных и природных факторов, выражается в увеличении физических и психических расстройств на фоне снижения репродуктивной способности населения. Главным фактором риска для здоровья детей школьного возраста, как показали исследования, стало образование с его учебными перегрузками, психическим перенапряжением и гиподинамией [2].

В настоящее время в правительственных документах Республики Казахстан [2;5] остро стоит вопрос о состоянии физического, психического, нравственного, эмоционального, духовного, умственного и интеллектуального здоровья подрастающего поколения.

Ухудшение соматического и психического здоровья детей и подростков, резкое возрастание случаев девиантного поведения среди них - это проблемы не столько медицинские, сколько социальные и педагогические.

Актуальность проблемы сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения привела нас к пониманию того, что необходимо разработать модель деятельности учащегося в формировании здорового образа жизни, а также модель деятельности врачебно-педагогического персонала школы как главного организатора здорового образа жизни учащихся общеобразовательной школы, что и является основной целью исследования на данном этапе.

Анализ психолого-педагогической и специальной литературы привел нас к пониманию того, что здоровый образ жизни объединяет все, что способствуют выполнению человеком профессиональных, общественных, бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях и выражает ориентированность деятельности личности в направлении формирования, сохранения и укрепления как индивидуального, так и общественного здоровья. Мы разделяем точку зрения Колбанова В.В. в том, что « здоровый образ жизни человека - это максимальное количество биологически и социально целесообразных форм и способов жизнеде-

тельности, адекватных потребностям и возможностям человека, осознанно реализуемых им, обеспечивающих формирование, сохранение и укрепление здоровья, способность к продлению рода и достижение активного долголетия»[3].

В связи с этим под здоровым образом жизни можно понимать типичные формы и способы повседневной жизнедеятельности человека, которые укрепляют и совершенствуют резервные возможности организма, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально-психологических ситуаций [4]. Здоровый образ жизни - это грань, форма образа жизни, отражающая деятельность, направленную на формирование, укрепление и развитие здоровья людей [3].

Здоровый образ жизни школьников – подростков во многом определяется воздействием среды. Это предполагает рассмотрение, учет воспитательного потенциала ее составляющих, как формальных, так и неформальных, а также координацию их действий. При этом, школа как ведущий общественный институт воспитания подрастающего поколения, учитывая воспитательные возможности всех составляющих среды школьника, организует их совместную работу по формированию и развитию личности ребенка, его интеллекта и здорового образа жизни.

К сожалению, в иерархии потребностей, удовлетворение которых лежит в основе человеческого поведения, здоровье находится далеко не на переднем плане, а по сути своей оно должно стоять на первом месте, т.е. должно стать первейшей потребностью. Особенно это касается молодых людей, которые пока еще здоровы, о здоровье не думают (нет потребности в его сохранении и укреплении) и лишь потом, растратив его, начинают ощущать выраженную потребность в нем. Отсюда понятно, насколько важно, начиная с самого раннего детства, воспитывать у детей активное отношение к собственному здоровью, понимание того, что здоровье - самая величайшая ценность, дарованная человеку ПРИРОДОЙ. Изложенное позволяет сделать вывод о том, что “знания” людей о здоровом образе жизни не являются их убеждениями, что нет мотивации к заботе о собственном здоровье.

Зайцев Г.К. в своем исследовании [1] отмечает, что именно школа должна способствовать воспитанию у детей привычек, а затем потребностей к здоровому об-

разу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

Какие же знания и практические умения должен получить школьник по сохранению своего здоровья? Какова должна быть мотивация школьника на здоровый образ жизни?

Торыбаева Ж.З. [6] в своем исследовании предлагает структуру здорового образа жизни школьников. Предложенная ей структура отражает мотивационный, содержательный и процессуальный компонент деятельности, и включает в себя следующие критерии и показатели:

- наличие у школьников потребности в здоровом образе жизни (отношение к здоровому образу жизни в целом, его отдельным аспектам; стремление к сохранению и укреплению здоровья, ведению здорового образа жизни);

- наличие знаний о здоровом образе жизни, его аспектах (знание сущности здорового образа жизни, его составляющих, принципов организации; знание аспектов здоровья, здорового образа жизни; знание народного опыта способов сохранения и укрепления здоровья);

- умения и навыки здорового образа жизни, реализуемые в деятельности (умение извлекать знания из различных источников и применение их; умение разработать режим дня с учетом норм суточной двигательной активности; понимание своих чувств и умение выражать их; умения и навыки общения с близкими, друзьями, др.; осознание своего «Я» и умение его выражать);

- умение планирования и корректирования повседневной жизнедеятельности, с учетом составляющих здорового образа жизни; умение контролировать себя, свое поведение; проявление здорового образа жизни в жизнедеятельности и поведении; соблюдение принципов здорового образа жизни в деятельности и поведении; пропаганда здорового образа жизни среди окружающих).

Мы несколько не умоляем достоинства данной структуры здорового образа жизни школьников-подростков, однако, многолетнее изучение данного вопроса и собственный практический опыт позволил нам спроектировать модель учащегося школы в формировании здорового образа жизни, который мы предложили практическим работникам. Эта модель позволила систематизировать деятельность учащихся в формировании здорового образа жизни (рис. 1).



Рисунок 1

В организации здорового образа жизни учащихся большое значение имеет деятельность не только самих учащихся в укреплении здоровья, но и деятельность врачебно – педагогического персонала школы (медика, учителя физической культуры, педагога- предметника, психолога). В связи с этим мы предлагаем, разработанную нами комплексную модель деятельности врачебно – педагогического персонала в формировании здорового образа жизни учащихся (рис. 2).

Предложенная нами модель является попыткой систематизации деятельности всех структур педагогического процесса школы, в формировании здорового образа жизни.

Мы полагаем, что сложившаяся система школьного образования не формирует должной мотивации к здоровому образу

жизни, поэтому одной из первоначальных задач деятельности врачебно-педагогического персонала школы является создание у учащихся положительной мотивации на здоровый образ жизни, что не противоречит разработанной нами модели деятельности учащегося в формировании здорового образа жизни.

Апробация изложенных в статье положений проводилась на научно-практических и научно-методических республиканских и международных конференциях, а также в средних общеобразовательных школах города Талдыкоргана (2010-2012 гг.). Статья является логическим продолжением опубликованной статьи «Профессиональная деятельность учителя в формировании здорового образа жизни учащихся», в «Международном журнале прикладных и фундаментальных исследований» №8, 2013 г.

**Модель деятельности врачебно-педагогического персонала школы
в формировании здорового образа жизни**



Рисунок 2

Таким образом, школа обладает большими потенциальными возможностями формирования основ здорового образа жизни, его аспектов.

Исходя из теоретических положений мы считаем, что эффективность сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения может зависеть от следующих педагогических условий:

- осознание социальной значимости учащимися здорового образа жизни;
- ценностное отношение к своему здоровью;
- потребность в здоровом образе жизни;
- осмысление врачебно-педагогическим персоналом школы значимости здорового образа жизни в укреплении здоровья и формирования личности учащихся.

Список литературы

1. Зайцев Г.К. Здоровье школьников и учителей. Опыт валеологического исследования. – СПб., 1995. – 54 с.
2. Кодекс Республики Казахстан о здоровье народа и системе здравоохранения (с изменениями и дополнениями по состоянию на 04.07.2013 г.).
3. Kolbanov V. Metodologickezakladyuceniozdrave mzpůsobuzivota \ Problematicavychovydetiamladezeke zdravemuzpusobuzivotavevropppskychzemich: Sbornik prispevkuz 1. Mezinardnikonferencceevropskichzemi/ – Brno, 1997. – S. 59-60.
4. Прокофьева М.А. Формирование валеоготовности студентов педагогического вуза. Монография, – Талдыкорган, 2004.
5. Программа «Здоровый образ жизни» на 2008-2016 годы. Постановление Правительства Республики Казахстан от 21 декабря 2007 года. № 1260. – Астана, 2007.
6. Торыбаева Ж.З. Совместная работа школы, семьи и общественности по формированию здорового образа жизни школьников-подростков. 13.00.01: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Шымкент, 2001.