

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ВОСПИТАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ Р

А.А.Калыбекова, М.Ж.Мауленбердиева
ЮКГУ им. М.Ауезова, г.Шымкент

Одним из приоритетных направлений, определенных в Послании Президента Н.А.Назарбаева народу «Казахстан – 2030» является развитие здорового образа жизни как условие и фактор социально-экономического укрепления общества и благосостояния граждан. Утверждение необходимости здорового образа жизни занимает существенное место в Послании Президента и является частью государственной политики. В соответствии с Указом Президента Республики Казахстан «О первоочередных мерах по улучшению состояния здоровья граждан Республики Казахстан» от 18 мая 1998 года разработана Государственная программа «Здоровье народа», в которой определены приоритетные направления развития здорового образа жизни не только взрослого населения, но и учащихся различных типов школ. В целях реализации государственной программы «Здоровье народа» и Постановления правительства Республики Казахстан от 30 июня 1999 года №905 «О комплексной программе «Здоровый образ жизни» и дальнейшего улучшения состояния здоровья граждан Южно-Казахстанской области была утверждена Областная комплексная программа «Здоровый образ жизни», цель которой состоит в привлечении населения области к здоровому образу жизни, сохранении собственного здоровья, разработке и реализации краткосрочных, среднесрочных и долгосрочных планов мероприятий, способствующих пропаганде этой задачи.

Проблема воспитания здорового образа жизни у подрастающего поколения была в центре внимания и у казахских просветителей: Ш. Валиханова, И. Алтынсарина, А. Куанбаева, которые в своих печатных трудах подчеркивали, что человек сам должен заботиться о своем здоровье, полагаясь на принцип умеренности во всем, и отмечая важную роль природных средств в укреплении здоровья человека. Большое внимание уделяли воспитанию физически здоровых детей и общественные деятели 20-30-х годов XX века: А. Байтурсьнов, Ж.Аймаутов, М.Жумабаев, М.Ауезов, которые акцентировали внимание на том, что здоровье превыше всех богатств и человеку необходимо стремиться сохранять его, предпринимая для этого все меры, как бы дорого оно не обходилось.

В Казахстане проблемами формирования здорового образа жизни у народонаселения ученые занимаются в различных направлениях: исследованием научных основ формирования здорового образа жизни у населения (Х.К.Сатпаева, Г.Д.Алимжанова и другие); нетрадиционными методами естественного оздоровления (С.А.Назарбаева); исследованием механизмов сохранения здоровья, развития болезней, их профилактики и лечения, основанных на основных

концепциях валеологии (Л.З.Тель); формированием здорового образа жизни у детей и подростков во внеклассной и внешкольной работе (А.Досбенбетова, М.Испандияров, А.Избасханов); исследованием социально-педагогических основ формирования здорового образа жизни (А.Д.Хожамуратов); взаимодействием школы, семьи и общественности в физическом воспитании и формировании здорового образа жизни у школьников (Л.С.Гринюк, Ж.З.Торыбаева); применением средств казахской народной педагогики в системе физкультурно-оздоровительной работы среди учащихся (К.С.Абишев, Т.Ж. Бекбатчаева, Ж.М.Тулегенов и другие); исследованием социально-педагогических факторов совершенствования работы с населением на спортивных сооружениях по формированию здорового образа жизни (Р.Д.Артыкбаев); физическим воспитанием школьников во внеурочное время (Д.Б.Биданов); исследованием теоретико-методологических основ оздоровительной физической культуры (К.И.Адамбеков, А.С.Имангалиев, А.В.Косолапов и другие); антиалкогольным воспитанием учащихся общеобразовательной школы (Т.К.Болеев).

Грамотность о здоровом образе жизни представляет собой «состояние школьника, обусловленное пониманием сущности здоровья и здорового образа жизни, четко выраженной мотивацией к ведению здорового образа жизни, моральной готовностью вести здоровый образ жизни, создавать, сохранять и укреплять свое здоровье наряду с реализацией своих интересов, склонностей и способностей и бережным отношением к здоровью других людей (В.В.Колбанов). Грамотность о здоровом образе жизни базируется на определенном отношении школьника к усвоению системы знаний о здоровом образе жизни и включает в себя комплекс соответствующих представлений, понятий о самом себе и окружающей среде.

Под самовоспитанием здорового образа жизни у школьника нами понимается деятельность, направленная на выработку и совершенствование у себя таких качеств, которые являются наиболее полными и весьма детализированными характеристиками его сформировавшегося осознания и поведения, соответствующего здоровому образу жизни.

Таким образом, под воспитанием здорового образа жизни у школьников мы понимаем процесс, связанный с формированием у школьников грамотности о здоровом образе жизни, осознанности здорового образа жизни и поведения, соответствующего здоровому образу жизни. Внеклассная деятельность определяется нами при этом как составная часть целостного учебно-воспитательного процесса в школе и одна из важных форм организации деятельности, направленной на формирование здорового образа жизни, в свободное время.

Среди психолого-педагогических условий, которые содействуют организации воспитания здорового образа жизни у школьников в процессе внеклассной деятельности, нами выделены, прежде всего, те, которые обеспечивают заинтересованность школьника в самостоятельном выборе целенаправленной деятельности, способствующей сохранению своего психического, физического и интеллектуального здоровья. Это возможно осуществить, учитывая национальные, демографические и природные особенности региона. У казахского народа есть своя уникальная система воспитания здорового образа жизни подрастающего поколения, формировавшаяся на протяжении многих тысячелетий, передаваемая из поколения в поколение через устное народное творчество, через национальные традиции, обычаи, обряды, через национальную культуру. Кроме того, воспитатель должен учитывать специфику демографических явлений, происходящих в казахстанском обществе на современном этапе, дающее комплексное представление о социальном благополучии школьников, которое выступает как фактор, оказывающий влияние на ведение здорового образа жизни.

На воспитание здорового образа жизни у подрастающего поколения оказывают влияние географические и климатические условия, которые, безусловно, накладывают отпечаток на выбор форм, методов и средств воспитательной работы. При характеристике влияния среды на воспитание здорового образа жизни у школьников необходимо учитывать региональные особенности юга Республики. С этим связан комплекс оздоровительных и профилактических мер, необходимых в данных условиях, часть из которых и реализуется, по мере возможности, в общеобразовательных школах Южно-Казахстанской области. Остановимся на некоторых формах работы, которые проводились в школах г.Шымкента в этом направлении.

Проведение акции «10 дней здорового образа жизни». Подготовку к Международному дню борьбы со СПИДом в школе-гимназии №40 им. Алпамыс батыра начали заранее. За 10 дней до этого в школе была объявлена акция «10 дней здорового образа жизни». Педагоги по-

дошли к этой проблеме творчески: на открытых уроках ребята показывали яркие поучительные сценки, организовывали классные часы на тему наркомании, алкоголизма и табакокурения. Стены родной alma mater были увешаны газетами и плакатами.

Среди учеников 2-3 классов был объявлен конкурс рисунков. Самыми лучшими и активными оказались маленькие художники из 2 «Г» и 3 «Г» классов. А учащиеся 9-11 классов подготовили театрализованное представление, посвященное Дню борьбы со СПИДом.

За эти 10 дней здорового образа жизни дети почерпнули много полезной информации.

Алкоголь, наркотики, никотин... Извечные враги человечества. Недаром народ называет их дурманом, отравой, коварным зельем. Опасное знакомство с ними происходит в юности. Что же надо делать, чтобы остановить дальнейшее распространение ядовитой заразы и оградить от нее подрастающее поколение?

На эти вопросы постарались ответить учителя и ученики школы-гимназии №40 в рамках декады, посвященной здоровому образу жизни. С 20 ноября по 1 декабря в нашей школе проходили конкурсы рисунков, плакатов, классные часы, «круглые столы» и дебаты на тему «Жизнь без наркотиков», «Что надо делать, чтобы не заразиться СПИДом?». Итоги были подведены 1 декабря. В актовом зале школы было проведено мероприятие, показаны театрализованные сценки о вреде наркотиков. Было сказано много слов о наркомании как глобальной проблеме человечества, ее последствиях, влиянии на молодой организм школьников.

Ребята поняли, что наркомания – это пустые глаза, оживающие только при виде шприца или таблетки. Это атрофированные, глухие и немые души, единственным смыслом существования которых является поиск ядовитого зелья. Это тела, корчащиеся в судорогах, ужасающее мучительное состояние наркотического голода. Это тяжелое поражение сердца, легких, печени, всех внутренних органов, инфекционные и венерические заболевания и, наконец, СПИД - самое опасное заболевание века. «Нет – наркотикам!» - решили дети.

Таким образом, проектирование и реализация целостной системы воспитания здорового образа жизни у школьников во внеклассной деятельности доказали, что процесс воспитания здорового образа жизни протекает более эффективно, если созданная система проводится с учетом возрастных особенностей развития школьников, позволяющая учителю применять такие механизмы воздействия, которые разрешают противоречия и удовлетворяют ведущую потребность школьников в соответствии с возрастной категорией.

Қорытынды

Бұл мақалада оқушылардың салауатты өмір салты тәрбиенің психологиялық-педагогикалық жағдайы ашылады.

Summary

In this article discovering psychological and pedagogical bringing up of pupils.