
УДК 578.016:502/504

ББК 74.580.051.4

А 94

А.А. Афашагова

Формирование культуры здоровья детей как социально-педагогическая проблема

(Рецензирована)

Аннотация:

В статье на основе анализа идей разных специалистов (философов, педагогов, медицинских работников, психологов и др.) рассматривается одна из актуальных проблем современности – проблема сохранения и укрепления здоровья. Обосновывается положение о том, что проблема формирования культуры здоровья и ценностного отношения к ней у детей дошкольного возраста должна стать проблемой и педагогической.

Ключевые слова:

Здоровье, здоровый образ жизни, здоровье населения, компоненты здоровья: соматический, физический, психический, нравственный.

«Здоровье — не всё, но
все без здоровья ничто».

Сократ

Здоровье населения, особенно детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, одна из характеристик национальной безопасности. Дети стоят перед лицом будущего, и оно зависит от фундамента жизнедеятельности, который формируется в дошкольном детстве.

Проблемы дошкольного детства как особого самоценного периода жизни человека, необходимость сохранения здоровья детей в дошкольном возрасте как условия их успешной жизни и формирования ценностного отношения к своему здоровью стоят в центре внимания философов, педагогов, психологов, социологов, так как именно в дошкольном детстве закладываются основы общей культуры личности, важным компонентом которой является культура здоровья.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни или физических дефектов. В науке здоровье человека рассматривается как социально-педагогическая категория (И.И. Брехман, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Н.М. Полетаева, В.П. Петленко и др.) [7, 8, 9], как непре-

ходящая ценность и характеризуется следующими признаками: благополучие физическое, психическое и эмоциональное; количественные и качественные резервы организма; адаптация; ценность; потребность; целостное функциональное состояние. Российская педагогическая энциклопедия определяет здоровье детей как состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений [12].

Рассуждая о здоровом образе жизни, известный врач П.М. Амосов сформулировал основные принципы философии здоровья, среди которых выделяется фактор самоорганизации человека, его активная позиция к собственному здоровьесозиданию, требующая постоянных и значительных усилий в области сохранения и укрепления здоровья [5].

Для философского рассмотрения здоровья важно понимать, что оно отражает необходимость, вытекающую из сущности явлений, а болезнь случайность, не имеющая всеобщего характера, здоровье по существу — это идеал, к которому мы должны стремиться. При этом, раскрытие принципиальных закономерностей в области здоровья должно основываться на сформулированных философских представлениях о природе человека как диалектическом единстве биологического и социального, субъекта и объекта.

В последние годы в мировой научной литературе широко обсуждается новая концепция здоровья. Она уточняет существующую, усиливает ее социальный компонент, ориентирует на распределение ответственности за охрану здоровья между обществом, индивидом, медицинскими работниками.

Опросы родителей и педагогов, проведенные студентами дошкольного отделения во время педпрактики показывают, что своих детей они предпочли бы отдать не в то учебное заведение, где выше уровень преподавания, а в то, где имеются наиболее благоприятные условия для укрепления их здоровья. Здоровье они считают более важным показателем, чем уровень образования.

Современный интерес к индивидуальному здоровью человека актуален. Это подтверждается наличием большого количества исследований, в том числе и ведущих отечественных ученых (Р.И.Айзман, К.А.Абульханова-Славская, А.Ф.Лосев, Б.Г.Ананьев, Н.Н.Моисеев, Ю.М.Федоров и др.). Интерес вызван не только основной проблемой, вставшей перед человечеством, особенно перед Россией – ухудшение физического, психического, нравственного здоровья населения, но и новой идеей – идеей возрождения России, где педагогика в профилактике здоровья должна занять ключевые позиции, ибо само возрождение невозможно без здоровой нации [1, 6, 10].

В словарях по социологии содержится термин «здоровье населения», который имеет несколько значений: 1) состояние, противоположное болезни, полнота жизненных проявлений человека; 2) состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов; 3) естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений; 4) состояние оптимальной жизнедеятельности субъекта (личности и социальной общности), наличие предпосылок и условий его всесторонней и долговременной активности в сферах социальной практики; 5) количественно-качественная характеристика состояния жизнедеятельности человека и социальной общности. Таким образом, здоровье отдельного человека характеризуется полнотой проявления жизненных сил, ощущения

жизни, всесторонностью и долговременностью социальной активности и гармоничностью развития личности.

На основании анализа научных исследований можно сделать вывод, что здоровье человека включает следующие основные компоненты:

- соматический – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями на различных этапах онтогенетического развития, которые потребности являются «пусковым механизмом» развития человека и обеспечивают индивидуализацию личности;

- физический – уровень роста и развития органов и систем организма, представляющий морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции;

- психический – состояние психической сферы, общего душевного комфорта, обеспечивающего адекватную поведенческую реакцию, такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения;

- нравственный – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, базирующихся на системе ценностей, установок и мотивов поведения индивида. Нравственное здоровье опосредовано духовностью человека, усвоением общечеловеческих нравственных ценностей, развитием нравственных чувств и выработкой нравственных убеждений, уровнем эстетического развития. Обобщенными критериями здоровья, по мнению некоторых исследователей, могут служить следующие положения: для соматического и физического здоровья – «я могу»; для психического – «я хочу»; для нравственного – «я должен» [1, 3].

В настоящее время установлено, что состояние здоровья человека определяется рядом особенностей, обусловленных не только врожденными индивидуальными чертами каждого человека, но и его образом жизни. Здоровье ребенка предопределяется не только его психофизиологическими особенностями, но и зависит от образа жизни семьи как ближайшего социального окружения растущего человека, обусловлено условиями социальной среды, в кото-

рой осуществляется его жизнедеятельность. Следовательно, преодоление кризиса в охране здоровья зависит от отношения к нему государства, общества, семьи и каждого конкретного человека. Поэтому сохранение и укрепление здоровья детей должно стать национальной целью.

Причин неблагополучия в здоровье очень много, но основная – в неправильном образе жизни. Человеку с раннего возраста должна быть привита культура самосохранения здоровья. Большую роль в решении этой задачи играют дошкольные образовательные учреждения, которые обязаны обеспечить «охрану жизни и укрепление здоровья детей». Формирование культуры здоровья личности может рассматриваться как процесс и одновременно результат целенаправленного овладения понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», «индивидуальная программа оздоровления», появлением у личности устойчивого здоровьесозидающего поведения, которое необходимо для успешной жизнедеятельности.

В связи с этим одной из приоритетных задач модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них и ценностей здоровья и здорового образа жизни. В новой стратегии здоровья должно быть предусмотрено смещение акцента с лечебной медицины на профилактическое направление, включающее активное воспитание человека в гигиеническом режиме с момента рождения, педагогическую профилактику даже незначительных нарушений нервно-психического и соматического здоровья, своевременное устранение возникающих отклонений. Поскольку установлена зависимость здоровья человека от образа жизни, экологической ситуации необходима конструктивная педагогическая теория, направленная на сохранение и укрепление здоровья методами и средствами педагогики, определяющей место каждого субъекта (семьи, ДОУ, школы, органов здравоохранения) в выполнении главных задач социальной политики.

Основными средствами педагогики являются воспитание потребности здоровья, обучение методам и способам его сохранения, разработка учебных программ, педагогических технологий, режимов учебных занятий, оценка работы педагога на основе концепции здорового

образа жизни. Эти средства должны способствовать выработке индивидуальной стратегии и тактики развития и сохранения собственного здоровья, так как на этой основе можно формировать у детей потребность в здоровье, в осознании того, что человек – храм здоровья, человеческое здоровье – это храм тела и здоровье души, что называют психосоматической гармонией.

Обозначенная цель может быть достигнута средствами экологического воспитания и образования и при целенаправленной совместной деятельности педагогов и родителей. Целенаправленность процесса сотрудничества педагогов и родителей означает устойчивое стремление к созданию ими оптимальных условий для развития детей как субъектов здоровьесозидающей жизнедеятельности. Формирование культуры здоровья личности может рассматриваться как процесс и одновременно результат целенаправленного овладения понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», появлением у личности устойчивого здоровьесозидающего поведения, которое необходимо для успешной жизнедеятельности.

Задача формирования культуры здоровья дошкольников как комплексная педагогическая проблема, охватывающая разные аспекты развития ребенка в дошкольном возрасте, обуславливает задачу поиска эффективных способов формирования культуры здоровья ребенка. Важную роль играет компетентная здоровьесозидающая позиция педагога ДОУ, которая не только определяет его образ жизни как здоровый и проявляется во всех сферах жизнедеятельности, в том числе и профессиональной, но и предполагает готовность к сотрудничеству с родителями и детьми в целях формирования их культуры здоровья. Моделирование процесса сотрудничества педагогов ДОУ и родителей основывается на положении «Концепции дошкольного воспитания» о преемственности воспитательной позиции родителей и педагогов, условием осуществления которой является установление доверительного делового контакта между семьей и ДОУ. Каждый родитель желает, чтобы ребенок развивался гармонично, но не каждый готов изменить себя. Л.Н. Толстой [14] высказывал мысль, что самовоспитание является основой для воспитания других. Поскольку ребенок развивается путем подража-

ния, самовоспитание взрослых становится важнейшим фактором успешного развития ребенка дошкольного возраста. Деятельность и поведение взрослого как личного примера для ребенка может служить критерием эффективности процесса сотрудничества.

В основу моделирования процесса сотрудничества педагогов и родителей положена структура деятельности: возникновение потребности – мотив, как осознанная потребность – цель – содержание – действия – результат – осмысление результата. Для маленьких детей не существует проблемы осознания мотивов деятельности – они действуют исходя из сил подражания. Постепенно подражательная способность преобразуется в самосознание. Ребенок постепенно осознает необходимость здоровьесозидающей жизнедеятельности, основываясь на примерах жизнедеятельности взрослых.

Моделирование процесса сотрудничества основано на идее коллективного воспитания, на основе коллективной деятельности, когда возникает особая атмосфера доверия, солидарности и взаимопомощи. Деятельность в воспитании имеет определяющее значение – ребенок воспитывается в меру его участия в деятельности, и только субъект деятельности может быть воспитан. Содержанием деятельности ребенка дошкольного возраста являются те области культуры, в которых реализуются базовые проявления личности, в том числе и культура здоровья. Это организованное событие, результатом которого становится положительное социальное преобразование и саморазвитие личности растущего ребенка. В качестве социально значимого дела могут служить экологические проекты, как, например, «Мое дерево» (Н.А.Рыжова) [13], подготовка и проведение которых будут способствовать повышению компетентности педагогов ДОУ и родителей в области культуры здоровья и формированию их компетентной здоровьесозидающей позиции.

Таким образом, в разработке новой стратегии здоровья должно быть предусмотрено смещение акцента с лечебной медицины на профилактическое направление, воспитание человека в гигиеническом режиме с момента

рождения. Педагогика должна взять на себя решение с учетом медицинских показаний определенной части специфических — профилактических, системно-педагогических задач в рамках своеобразной системы. Педагогический аспект должен быть направлен на сохранение и укрепление здоровья методами и средствами педагогики.

Примечания:

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская – М.: Наука, 1980.
2. Азбукин В. О концепции дошкольного воспитания // Дошкольное воспитание. – 1990. – №7 – С. 34.
3. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская – М.: LINKA PRESS, 1993.
4. Амонашвили Ш.А. и др. Педагогика здоровья. / Ш.А. Амонашвили – М.: Педагогика, 1990..
5. Амосов Н.М. и др. Страна детства: Сборник / Н.М. Амосов, Л.А.Никитина, Д.Д. Воронцов. – М.: Знание, 1990.
6. Ананьев Б.Г. К постановке проблемы развития детского самосознания // Избр. психол. труды. В 2-х т. Т.2. – М.: Педагогика
7. Брехман И.И. Философско-методологические аспекты проблемы здоровья человека // Вопр. философии. – 1982. – №2. – С.48-53.
8. Зайцев Г.К., Колбанов В.В., Колесникова И.Г. Педагогика здоровья: Общеобразовательные программы по валеологии / Г.К. Зайцев, В.В. Колбанов, И.Г. Колесникова – СПб., 1994.
9. Здоровьесберегающее образование и воспитание. / Под ред. В.И.Андреева. – Казань: Центр инновационных технологий, 2000.
10. Здоровый дошкольник: Социально-оздоровительная технология XXI века / Антонов Ю.Е., Кузнецова М.Н., Саулина Т.Ф. – М.: АРКТИ, 2000.
11. Педагогика здоровья. – М.: Педагогика, 1990.
12. Российская педагогическая энциклопедия: В 2-х тт. / Гл. ред. В.В. Давыдов. – М.: Большая Российская энциклопедия. Т. 1. – 1993. – 608 с. Т. 2. – 1999.
13. Рыжова Н.А. Экологическое образование в детском саду / Н.А. Рыжова – М.: «Карпуз», 2001.
14. Толстой Л.Н. Педагогические сочинения. / Л.Н. Толстой. – М.: Учпедгиз, 1953.