

УДК 371.72

<http://doi.org/10.36906/KSP-2020/62>*Жмакина Н.Л., Сенаторова П.Г.**Нижневартровский государственный университет**г. Нижневартовск, Россия*

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ВО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Аннотация. Статья посвящена теоретическим основам формирования ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности. В работе рассматриваются теоретический анализ психолого-педагогической литературы в аспекте изучаемой проблемы, компоненты ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста: потребностно-мотивационный, когнитивный, оценочно-ценностный и деятельностно-поведенческий и показатели их сформированности, а также возможности формирования здорового образа жизни во внеурочной деятельности.

Ключевые слова: здоровье; ценностное отношение; ценностное отношение к здоровью; внеурочная деятельность.

Для современного общества характерны различные существующие модели человеческого образа жизни, с которыми постоянно сталкивается ребенок. Это многообразие не всегда является образцом для ребенка, поэтому перед педагогами ставится задача переосмысления системы «педагог – обучающийся – родитель» и наполнения ее новым содержанием. Кроме того, отсутствие личной мотивации сохранения здоровья у современного общества привело к тому, что в настоящее время существует тенденция к его ухудшению. Культура уважительного отношения к здоровью, способность и готовность заботиться о нем у большинства школьников остаются на очень низком уровне, поэтому чрезвычайно важно повышать осведомленность о своем здоровье в начальной школе. С.В. Савинова считает, что потребность в формировании у младших школьников ценностного отношения к здоровью возрастает и требует поиска новых эффективных средств обучения, воспитания и развития в условиях целостного образовательного процесса [10, с. 87–90].

Проблема сохранения здоровья человека и привития навыков здорового образа жизни очень актуальна в современном мире. Здоровый образ жизни должен быть, по сути, первой потребностью человека, но удовлетворение этой потребности и достижение ее оптимального результата является сложным, своеобразным, часто противоречивым и не всегда приводит к желаемому результату. Воспринимая здоровье как важный фактор работоспособности и гармоничного развития детского организма, выдающиеся мыслители, ученые-медики,

педагоги поднимали вопросы сохранения здоровья детей, формирования у них культуры здорового образа жизни.

Исследования ученых в области педагогики и психологии свидетельствуют о том, что наиболее благоприятные возможности для развития личности имеются в младшем школьном возрасте [5, с. 29]. Изменения, которые происходят в этот период в организме детей, становятся основой для формирования центрального личностного новообразования ребенка, которое выражает его объективную и субъективную готовность к полноценной жизни в обществе. Именно на этом этапе человеческой жизни закладываются основы будущей жизненной позиции ребенка, поэтому основная роль в формировании ценностных ориентиров отводится системе начального школьного образования.

Защита и укрепление здоровья подрастающего поколения является приоритетной задачей и родителей, и педагогов. Ведь только здоровый ребенок может успешно учиться и добиваться высоких результатов в жизни. Анализ психолого-педагогических исследований дал возможность обнаружить наличие различных подходов к трактовке понятия «здоровье».

Н.М. Амосов определяет здоровье человека как сумму резервных мощностей основных и функциональных систем [1, с. 26].

С позиции адаптивного подхода здоровье рассматривается как способность организма приспосабливаться к изменениям окружающей среды, взаимодействуя с ней свободно, на основе биологической, психической и социальной сущности человека [5, с. 31].

В культурологической концепции здоровье рассматривается как ценность личности, выбор личной жизненной стратегии, направленной на самосохранение, самосовершенствование, устремление к осознанию и выполнению своих эволюционных задач [2, с. 24].

Проблема формирования ценностного отношения к здоровому образу жизни у младших школьников обусловлена потребностью общества в активной и инициативной личности, способной нетрадиционно и качественно решать насущные вопросы. В педагогике ценностное отношение определяется по-разному. Например А.Н. Сазонова под ценностным отношением понимает сложную динамическую систему субъективного отражения действительности, проявляющуюся в оценочно-познавательной деятельности. Ценностное отношение отражает единство потребностей субъекта и свойств объекта. Оно присуще лишь человеку, так как он субъект данного отношения, а объектами могут быть любые предметы и явления, имеющие значение для человека, способные удовлетворять его потребности, интересы, цели и идеалы [11, с. 94].

Л.П. Разбегаева считает, что «ценностное отношение – отношение особого рода. Ценностное отношение отражает ценность как феномен, как значение в широком смысле слова. Ценностное отношение является ядром ценностного сознания личности, которое есть, прежде всего, обращенность к жизни, к традициям» [9, с. 87].

Таким образом, ценностное отношение является связующим звеном между человеком и его окружающей средой, потому как вызывает внутренние стимулирующие механизмы его деятельности, активизирует присущие ему способности, отражает его особое отношение к действительности, а также помогает находить средства приобретения и применения ценностей.

Рассмотрев понятия «здоровье» и «ценностное отношение», можно сделать вывод, что ценностное отношение к здоровью – это такое отношение ребенка, при котором он понимает

значимость влияния внешних и внутренних факторов на собственное здоровье: осознает самочувствие как важнейшую ценность, умеет относиться к своему организму бережно, действует согласно правилам собственной безопасности. Здоровье зависит от образа жизни, который каждый выбирает для себя. Согласно современным представлениям, термин «здоровый образ жизни» как одна из составляющих включает организацию двигательной активности.

О.Н. Любушкина считает, что в начальной школе закладывается система ценностного отношения ребенка к природе, окружающему миру, людям, самому себе. Именно начальная школа обладает потенциалом воспитательных средств, способствующих формированию у детей ценностного отношения к своему здоровью [7, с. 41].

Для диагностики сформированности ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста Г.А. Хакимовой и Г.Н. Гребенюк были выделены следующие компоненты: потребностно-мотивационный, когнитивный, оценочно-ценностный и деятельностно-поведенческий [13, с. 63]:

1) Потребностно-мотивационный компонент связан с положительным настроением, хорошим самочувствием, желанием посещать занятия по предмету «физическая культура», активностью младших школьников при получении знаний о здоровом образе жизни. Результатом хорошего эмоционального состояния является возникновение интереса к знаниям о здоровом образе жизни и оценивание их как полезных для дальнейшей жизни.

2) Когнитивный элемент связан с формированием у ребенка знаний и представлений о здоровье и здоровом образе жизни (знание о правильном питании, о режиме дня, о правилах гигиены и т. д.).

3) Оценочно-ценностный компонент определен собственной иерархией ценностных ориентаций, выстраиваемых учащимися начальной школы, где в идеале здоровье как ценность должно занимать лидирующую позицию.

4) Деятельностно-поведенческая составляющая определяется самостоятельной интенсивной деятельностью ребенка, связанной с поддержанием здорового самочувствия: заботой о своем физическом и ментальном состоянии, применением всех полученных знаний о здоровье в повседневной жизни, решением возникающих проблем, включенностью в общественную жизнь, помощью окружающим людям.

Для каждого из компонентов ценностного отношения к здоровью Г.А. Хакимовой и Г.Н. Гребенюк были выделены показатели их сформированности [13, с. 66].

Таблица

Характеристика уровней сформированности ценностного отношения к здоровью у детей младшего школьного возраста

| <i>Уровень</i> | <i>Характеристика</i> |
|----------------|---|
| Низкий | Обучающийся считает, что ему скорее неинтересно, чем интересно, или вообще не интересуется мероприятиями, связанными со здоровьем; у учащегося удовлетворительное настроение, плохое самочувствие, низкая активность; ученик не считает мероприятия по вопросам здоровья полезными. Здоровье занимает 4-5-е место среди других ценностей; на лидирующие позиции для сохранения здоровья ставит лечение у хорошего врача, наличие денег и хорошие природные условия. Редко проявляет сочувствие к другим людям, невежливо обращается к ним, редко использует вежливые слова и обращение к другим людям по имени. |

| <i>Уровень</i> | <i>Характеристика</i> |
|----------------|--|
| Средний | Ученик считает, что ему скорее интересно, чем неинтересно на мероприятиях, связанных с ЗОЖ. Радостное, хорошее настроение, проявление активности. Ученик считает, что некоторые мероприятия полезны и значимы. Здоровье занимает 2-3-е место среди других ценностей. Ученик почти всегда проявляет эмпатию, сочувствие к другим людям, использует формы вежливого обращения, обращение по имени. |
| Высокий | Обучающийся отмечает, что ему очень интересно на мероприятиях, посвященных вопросам ЗОЖ. Радостное, очень хорошее настроение, проявление высокой активности; ученик считает, что все мероприятия по вопросам здоровья полезны и значимы. Здоровье как ценность занимает лидирующую позицию. Ученик всегда проявляет эмпатию, сочувствие к другим людям, всегда использует формы вежливого обращения к людям, обращается ко всем знакомым по имени. |

Одна из приоритетных задач школы - создание фундамента здорового и безопасного образа жизни для детей, обучающихся в начальной школе. В первую очередь формирование основ здорового и безопасного образа жизни у младших школьников происходит на уроках физической культуры. Приобретаемые на этих уроках знания, умения и навыки должны в последующем закрепляться в системе самостоятельных форм занятий физическими упражнениями: утренней зарядке и гигиенической гимнастике до уроков, физкультурминутках и подвижных играх на переменах и во время прогулок, дополнительных занятиях [13, с. 94]. Кроме того, формирование основ здорового образа жизни идет на уроках окружающего мира, технологии и др.

Учитывая особенности формирования здорового образа жизни младшего школьника на уроках в начальной школе, следует рассмотреть организацию его формирования во внеурочной деятельности. Внеурочная деятельность понимается как деятельность, организуемая во внеурочное время для удовлетворения потребностей учащихся в содержательном досуге, их участии в самоуправлении и общественно полезной деятельности [4, с. 40].

Так, И.В. Цветкова считает, что основной задачей формирования здорового образа жизни в условиях внеурочной деятельности является становление интересов, мотивации, формирование постоянных потребностей к занятиям физическими упражнениями, соблюдению гигиены, закаливанию, рациональному распорядку дня, соблюдение правил здорового образа жизни и выработка нравственных качеств [14, с. 148].

Внеурочная деятельность является неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса и одной из форм организации свободного времени учащихся. Время, отводимое на внеурочную деятельность, должно использоваться по желанию обучающихся и быть направлено на реализацию различных форм ее организации, отличных от урочной системы обучения. Внеурочные занятия должны направлять свою деятельность на каждого ученика, чтобы он мог ощутить свою уникальность и востребованность [12].

Э.Н. Вайнер и И.А. Флейникова выделяют возможные формы организации внеурочной деятельности с детьми младшего школьного возраста: спортивно-массовые и физкультурно-оздоровительные общешкольные мероприятия, под которыми подразумеваются школьные спортивные турниры, соревнования, Дни здоровья; игровые программы по пропаганде ЗОЖ; туристические походы; тематические интеллектуальные игры; конкурсы рисунков и поделок на темы ЗОЖ и т.д. [4, с. 40-44].

Взаимосвязь обучения и внеклассных спортивно-оздоровительных занятий способствует увеличению оздоровительного эффекта, достигаемого за счет активного использования школьниками полученных знаний, методик и физических упражнений в повседневной жизни, самостоятельных занятиях, физкультурно-оздоровительных мероприятиях.

Таким образом, внеурочная деятельность увеличивает пространство, в котором школьники могут развивать свою творческую, познавательную и физическую активность, реализовывать свои лучшие личностные качества.

Для полноты рассмотрения вопроса был рассмотрен ряд рабочих программ внеклассных занятий по спортивно-оздоровительному направлению с позиции развития ценностного отношения к своему здоровью у детей младшего школьного возраста.

Была проанализирована рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Азбука здоровья» (автор А.А. Шиловская) [15]. Цель данной программы – обеспечить возможность сохранения здоровья детей в период обучения в школе. Здоровый образ жизни еще не занимает первое место среди основных человеческих ценностей в нашем обществе. Содержание занятий данной программы ориентировано на формирование у школьников отрицательного отношения к вредным привычкам, на воспитание силы воли, обретение друзей и организацию досуга. Изучение программного материала начинается с 1 класса, формы проведения – развивающие игры и практическая деятельность. Каждый раздел включает дополнительные виды занятий: постановка драматических сценок; организация подвижных игр; чтение стихов, сказок, рассказов; прослушивание песен и стихов; организация подвижных игр; проведение экспериментов; выполнение физических упражнений. При анализе рабочей программы внеурочной деятельности «Азбука здоровья» было установлено, что теоретическому материалу уделяется важная роль, для представления и закрепления теоретического материала учитель использует такие методы как беседа и рассказ.

Также была проанализирована рабочая программа внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Здоровейка» (автор Т.В. Брягина) [3]. Цель программы – укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта. Освоение результатов обучения определяется умением играть и проводить подвижные игры на различных мероприятиях: веселые старты, фестиваль игр, спортивные эстафеты, праздник «Здоровая семья», спортивный праздник «Наши мальчики», «День здоровья!» и другие. Характерной особенностью этой программы является ее практическая значимость. Анализ рабочей программы показал, что она состоит исключительно из практических занятий: спортивных игр, соревнований и эстафет. Теоретическому аспекту уделяется незначительное время в ходе бесед.

Цель рабочей программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению «Путешествие по тропе здоровья» (автор Н.Н. Машкина) – формирование у обучающихся ценности здоровья, чувства ответственности за сохранение и укрепление своего здоровья, расширение знаний обучающихся по гигиенической культуре, формирование умений самостоятельно заниматься физическими упражнениями, использование их в целях досуга, отдыха [8]. Содержание данной программы направлено на формирование ценностного отношения к своему здоровью; обучение способам и приемам сохранения и укрепления своего здоровья; приобщение учащихся к участию в подвижных

играх, использованию их в свободное от уроков время. Анализ рабочей программы показал, что 50% содержания тематического планирования направлено на активную двигательную деятельность обучающихся на свежем воздухе или в спортзале, 10% – на выполнение практических работ, остальное время распределено на занятия по формированию здорового образа жизни. Теоретический материал рассматривается в ходе беседы. Проверка знаний происходит в форме практических занятий: упражнения, игры, прогулки и др.

Проанализировав рабочие программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению, можно сделать вывод о том, что все программы направлены на формирование культуры здоровья, ценностного отношения к здоровью и расширение знаний о здоровье. Чтобы у детей сформировалось положительное эмоциональное отношение к успешному обучению в начале урока, рекомендуется использовать различные психологические установки в форме стихов, тем самым происходит подготовка детей эмоционально и физически. В программах особое внимание уделяется практическим занятиям, авторы программ рекомендуют организовывать различные виды деятельности (спортивные игры, соревнования, упражнения, эстафеты и др.) с целью снятия усталости, укрепления опорно-двигательного аппарата и мышц глаз. Данные рабочие программы внеурочной деятельности по спортивно-оздоровительному направлению могут быть дополнены интересными игровыми формами представления и закрепления теоретического материала по теме здоровья и ценностного отношения к своему здоровью.

Таким образом, внеурочная деятельность обладает большим потенциалом в формировании ценностного отношения к своему здоровью у детей младшего школьного возраста. В случае, если педагог станет принимать во внимание особенности организации внеурочной деятельности, то предусмотренная деятельность будет эффективна и позволит ученикам реализовать свои способности в полной мере. Также стоит отметить, что внеурочная деятельность позволит обучающимся развиваться в соответствии со своими интересами и способностями.

Литература

1. Амосов Н. М. Преодоление старости. М., 1996. 190 с.
2. Бондин В.И. Педагогические основы физкультурно-оздоровительных систем: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Ростов н/Д, 1999. 48 с.
3. Брягина Т.В. Рабочая программа внеурочной деятельности «Здоровейка» (спортивно-оздоровительное направление). 2016. С. 17.
4. Вайнер Э.Н., Флейникова И.А. Организация внеклассных мероприятий по формированию культуры здорового и безопасного образа жизни во внеклассное время в условиях введения ФГОС нового поколения // Традиции и инновации отечественной школы: Проектирование образовательного процесса в условиях перехода на ФГОС нового поколения: Материалы региональной научно-практической конференции (29 марта 2011 г.). Елец, 2011. С. 40–44.
5. Дрибинский П.Л. Воспитание ценностного отношения к здоровью // Воспитание школьников. 2008. № 8. С. 28–33.
6. Колбанов В.В. Формирование здоровья детей в образовательных учреждениях // Валеология: Диагностика, средства и практика обеспечения здоровья. Владивосток, 2016. Вып. 3. С. 139–146.

7. Любушкина О.Н. Особенности ценностного отношения младших школьников к здоровью // Начальное образование. 2012. № 5. С. 38–45.
8. Машкина Н.Н. Рабочая программа внеурочной деятельности «Путешествие по тропе здоровья». 2017. с. 33. URL: <https://clck.ru/RznUv>
9. Разбегаева Л.П. Ценностные основания гуманитарного образования. Волгоград, 2001. 289 с.
10. Савинова С.В. Воспитание у младших школьников ценностного отношения к здоровью в условиях взаимодействия семьи и школы // Известия Волгогр. гос. пед. ун-та. Сер. «Педагогические науки». 2010. № 9(53). С. 87–90.
11. Сазонова А.Н. Дидактические условия воспитания у учащихся начальной школы отношения к образованию как ценности: Дис. ... канд. пед. наук. Волгоград. 2002. 195 с.
12. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования / Министерство образования и науки Российской Федерации. М., 2018. 53 с.
13. Хакимова Г.А., Гребенюк Г.Н. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей: Монография. Нижневартовск, 2010. 175 с.
14. Цветкова И.В. Экологическое воспитание младших школьников: теория и методика внеурочной работы М., 2010. 176 с.
15. Шиловская А.А. Программа по внеурочной деятельности «Азбука здоровья»(спортивно-оздоровительное направление). 2018. С. 19. URL: <https://clck.ru/RznXh>

©Жмакина Н.Л., Сенаторова П.Г., 2020