

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2023, Том 11, № 2 / 2023, Vol. 11, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2023.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN223.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Оганнисян, Д. А. Психолого-педагогические условия формирования здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста / Д. А. Оганнисян // Мир науки. Педагогика и психология. — 2023. — Т. 11. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN223.pdf>

For citation:

Ogannisyan D.A. Psychological and pedagogical conditions for the formation of a healthy and safe lifestyle of primary school children. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2023; 11(2): 13PSMN223. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/13PSMN223.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)

УДК 159.9.07

Оганнисян Диана Арменовна

ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт»
Филиал в г. Будённовске, Будённовск, Россия

Доцент кафедры «Специальной педагогики и естественнонаучных дисциплин»

Кандидат психологических наук

E-mail: Diana_david999@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8187-7389>

РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=824088

Психолого-педагогические условия формирования здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста

Аннотация. Статья посвящена проблеме формирования основ здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста. На основе анализа психолого-педагогической литературы рассмотрены подходы к организации деятельности педагога, определены психолого-педагогические условия формирования представлений о ЗОЖ у детей младшего школьного возраста.

Актуальность исследования обусловлена активными инновационными процессами в социально-экономической и политической сферах общества, поставивших систему образования перед необходимостью пересмотра традиционных подходов к обучению и воспитанию школьников. Формирование мотивации к безопасному и здоровому образу жизни закладываются в дошкольный период, расширяются и углубляются в период школьного обучения и затем закрепляются, оформляясь в культурные навыки. Формирование здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста носит комплексный характер и охватывает различные области научного знания. Стоит отметить, что проблема формирования здорового образа жизни школьников нашла отражение и в Федеральном государственном образовательном стандарте, который определяет здоровье школьников в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения. В настоящий момент многие школы готовы осуществлять целенаправленную и систематическую работу по формированию здорового образа жизни детей через внеурочные формы и методы физического воспитания.

Ведущей целью представленного исследования стало организация наиболее действенной психологически аргументированной системы формирования здорового образа жизни детей. В статье представлена аналитическая работа по вопросам сохранения и

укрепления здоровья. К сожалению, несмотря на значительный объем организуемых профилактических мероприятий, здоровье обучающихся в настоящее время имеет тенденцию к ухудшению.

Ключевые слова: здоровый образ жизни; младший школьник; формирование; начальная школа

Введение

В последней четверти 20-го века человечество вошло в новый этап своего развития — этап построения постиндустриального общества, который является результатом длительной социально-экономической революции в современном мире. Россия, являющаяся частью мирового экономического пространства, переживает глобализацию экономики и создает инновационную экономику, которая выступает стратегическим направлением развития нашей страны [1].

Актуальность темы представленной работы обуславливается потребностями человека, государства и социума в целом в формировании у младших школьников культуры здоровья и безопасного образа жизни. Исследованием данного вопроса занимались представители различных наук (педагогика, медицины, философии, психологии): Н.М. Амосов, И.И. Брехман, С.М. Громбах, Д.Н. Давиденко, В.П. Петленко, В.И. Дубовский, В.А. Сухомлинский и многие другие. В современных условиях, особо актуальна задача по сохранению здоровья детей, формированию у них культуры безопасного и здорового образа жизни, что, в свою очередь, является значимой частью развития системы начального образования. Начиная с первой ступени обучения в начальной школе, важно воспитывать понимание необходимости заботы о здоровье и стремление к здоровому образу жизни как важному элементу общей культуры человека. Знания о здоровье, заложенные на младшей ступени обучения, укрепляются у человека на всю жизнь. Навыки здорового образа жизни, приобретенные в раннем возрасте, становятся основой жизнедеятельности человека и превращаются в привычку [2].

Цель статьи заключается в теоретическом обосновании проблемы формирования здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста.

Методы исследования

Ведущими методами в данном исследовании являются метод системного анализа, систематизация, обобщение.

Теоретическая база статьи

Новшества, происходящие в социально-экономическом мире в России и направленные на объединение в мировое образовательное пространство, требуют введения инноваций в сфере образовательных технологий и разработки нового подхода к процессу образования.

Модернизация системы образования направлена на построение системы образования в Российской Федерации, которая отвечает требованиям демократизации и гуманизации, обеспечивает доступность массового образования, ориентированного не только на формирование знаний и навыков, но и на формирование мировоззрения. Необходимой частью образования является обучение, воспитание и развитие младших школьников. Очень важно подобрать правильную мотивацию при формировании культуры здорового и безопасного

образа жизни для детей начальной школы. Укрепление и сохранение здоровья обучающихся на сегодняшний день является важнейшей задачей общеобразовательных школ [2].

Одним из важнейших прав ребёнка, закреплённых в главных документах нашего государства, является право на жизнь, охрану здоровья и медицинскую помощь [3]. Деятельность, направленная на защиту, укрепление и развитие здоровья подрастающего поколения, является одним из важных условий национальной безопасности и развития общества. Согласно требованиям нового стандарта, учебные заведения должны укреплять физическое и духовное здоровье учащихся. Для достижения целей важно создавать условия, изучать способы поддержания своего здоровья, формировать поведение с упором на здоровый образ жизни. Основную роль в этом играет организация и управление внешкольными мероприятиями.

Прекрасный педагог Василий Александрович Сухомлинский писал: «Забота о здоровье — это важнейший труд воспитателя». Их познавательная деятельность, сила знаний и духовная жизнь в целом зависят от здоровья и жизненной силы подрастающего поколения.

Создание культуры здорового и безопасного образа жизни для детей — это комплексный подход к формированию представлений об основах здорового образа жизни, на примере согласованного поведения взрослых [4]. Поддержание и укрепление физического и психического здоровья, как одного из ценных компонентов, способствующих когнитивному и эмоциональному развитию ребёнка [5].

Здоровье зависит от социального и духовного развития человека, от его или её образа жизни, а также от здоровой окружающей среды [6]. Одним из главных способов решения этой проблемы является образование.

Большое количество детей приходят в школы из неблагополучных семей. У них возникают различные заболевания — это психоневрологические расстройства, нарушение двигательной способности и координации движений, снижение остроты слуха и зрения, сколиоз, кариес [7]. Они не принимают за особое внимание правильное питание, навыки в культуре поведения, основные понятия здорового образа жизни.

Учащиеся должны сформулировать существенные определения об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, и их последствиях для здоровья и жизни человека, а также выработать осознанный и ответственный подход к личной безопасности.

Работа по созданию здорового и безопасного образа жизни ведётся в соответствии со стандартом третьего поколения, с учётом истинного состояния здоровья детей и факторов риска, которые выражают немаловажное влияние на здоровье младших школьников: неблагоприятные социальные, экономические и экологические условия; грозящие школе факторы, которые повергают к ухудшению здоровья детей; комплекс знаний, установок, привычек, правил поведения, которые энергично формируются в младшем школьном возрасте; характер доступа детей к своему здоровью значительно отличается от такового у взрослых из-за недостатка опыта [9].

Все мероприятия, направленные на создание культуры здорового и безопасного образа жизни, проводятся посредством занятий и внеклассных мероприятий. Основная часть работы направлена на обсуждение с учащимися проблем, связанных с безопасностью жизни, упрочением собственного физического, морального и духовного здоровья, активным отдыхом [10].

При выборе стратегии развития культуры здоровья в начальной школе важно учитывать психологические и психофизиологические особенности возраста, особенно детей, и, конечно же, опираться на зону реального развития [11].

В психолого-педагогических трудах не существует уникальной технологии по формированию здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста. В связи с этим, подходить к воспитанию и обучению младших школьников, с целью решения вопросов формирования и укрепления их здоровья, необходимо комплексно¹.

Работа по формированию здорового и безопасного образа жизни детей младшего школьного возраста должна идти координированно по следующим направлениям: организация здоровьесберегающей инфраструктуры; рациональная организация учебной, а также внеурочной деятельности младших школьников; эффективная и продуманная организация физкультурно-оздоровительной работы; организация просветительской работы с родителями и семьей обучающихся [12]. Подобная, методически организованная, работа по сохранению и укреплению здоровья младших школьников положительно влияет на их физические показатели, психологические, а также повышает качество полученных ими знаний.

Следующие мероприятия проводятся с целью формирования ценностей здоровья и здорового образа жизни.

Аналитическая работа по вопросам сохранения и укрепления здоровья, в том числе:

- организация опросов, анкетирования учащихся, родителей;
- анализ методов и форм передачи информации родителям;
- комплексный анализ качества педагогических условий, обеспечивающих поддержание и укрепление психического здоровья младших школьников с ограниченными возможностями здоровья;
- проблематический анализ образовательной деятельности.

Организация спортивных и развлекательных мероприятий в школьный день (гимнастика, подвижные игры во время перерывов и спортивно-развлекательные мероприятия, игровые моменты в классе, прогулки на свежем воздухе) [13].

Организация внеклассных мероприятий с элементами улучшения здоровья.

Проведение занятий с акцентом на ценностно-ориентированных мероприятиях в рамках программы «Уроки для здоровья», вовлечение детей во внеурочные занятия, комплекс упражнений для развития эмоционально добровольной сферы человека «Экология души», организация традиционных спортивных мероприятий («День Здоровья», «Неделя здоровья», марафон).

Родительское консультирование в области здоровья детей. Вовлечение родителей в различные мероприятия, направленные на улучшение физического здоровья (организация «Дня здоровья» вместе с родителями, участие в фестивале «Папа, мама, я — спортивная семья», участие в поездке на природу). Проведение занятий, ориентированных на ценностно-ориентированную деятельность в рамках программы «Мой этический выбор» (блок «Экологическая культура младших школьников»).

Для создания безопасного образа жизни проводятся следующие мероприятия:

- профилактические меры «В округе действует закон — 22.00 дети должны идти домой!»;
- тематические беседы с инспектором по безопасности дорожного движения.

¹ Хилько, М.Е. Возрастная психология: учебное пособие для вузов / М.Е. Хилько, М.С. Ткачева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2021. — 201 с.

Проведение тематических занятий, внеклассных мероприятий, направленных на обеспечение безопасности дорожного движения:

- «День безопасности» как часть недели здорового, безопасного и экологического образа жизни;
- «День защиты детей» (1 июня);
- военно-патриотическая игра «Зарница»;
- Международный день труда;
- акция «С Новым годом на безопасной дороге!», «День памяти» (всемирная акция).

Проведение занятий с акцентом на ценностно-ориентированных мероприятиях в рамках программы «Мой этический выбор» (блок «Безопасный образ жизни»).

Консультации, профилактические беседы, заметки, брошюры. «Уголок безопасности» (оформление стендов на различные темы). Участие в конкурсах рисунков, плакатов, стенгазет на разных уровнях по предоставленной теме.

Час безопасности (просмотр видео, презентаций).

Соблюдение правил техники безопасности в часах и на занятиях.

Заключение

Обобщая изложенное, отметим важность проведения воспитательной работы и с родителями (законными опекунами детей), которая направлена на повышение уровня их знаний о проблемах защиты и укрепления здоровья детей, повышения уровня мотивации родителей (законных представителей) к коллективной работе в развлекательных мероприятиях и спортивных состязаниях, с целью поднять свой уровень знаний [14]. Помимо все указанного, организовать родительские встречи, консультации, круглые столы по охране здоровья детей с участием школьного персонала и по приглашению медицинских работников, курсы по профилактике вредных привычек, обсуждение многообразных вопросов роста и развития ребёнка, его здоровья, факторов, которые позитивно и негативно воздействуют на здоровье детей и т. п. [15].

Подводя итоги, мы можем сделать вывод, что важной и необходимой особенностью формирования культуры здорового и безопасного образа жизни для детей является поддержка родителей, а также, проводимые мероприятия педагогами, участие в них законных представителей младших школьников. Только совместные усилия помогут воспитать новое здоровое поколение.

ЛИТЕРАТУРА

1. Григорьева, А.С. Здоровый образ жизни как основа безопасного образа жизни, их структурные компоненты / А.С. Григорьева, А.Э. Вахитова // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: Материалы симпозиума XVI (XLVIII) Международной научно-практической конференции, приуроченной к 300-летию Кузбасса, Кемерово, 01–30 апреля 2021 года / Науч. ред. Н.В. Минникаева. Том Выпуск 22 Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2021. — С. 110–112.
2. Фомина, Т.А. Формирование культуры здоровья и безопасного образа жизни у младших школьников / Т.А. Фомина. — Текст: непосредственный // Молодой ученый. — 2016. — № 15(119). — С. 513–518.
3. Балтин, Е.П. Управление формированием у младших школьников культуры безопасного образа жизни в процессе образования / Е.П. Балтин // Педагогика в теории и на практике: актуальные вопросы и современные аспекты: сборник статей IX Международной научно-практической конференции, Пенза, 25 июня 2021 года. — Пенза: Наука и Просвещение, 2021. — С. 52–54.
4. Карпова, Е.П. Факторы, влияющие на формирование здорового образа жизни обучающихся в образовательном учреждении / Е.П. Карпова // Аграрное образование в условиях модернизации и инновационного развития АПК России: материалы II Всероссийской (национальной) научно-методической конференции, посвященной 90-летию Бурятской ГСХА, Улан-Удэ, 22 апреля 2021 года. — Улан-Удэ: Бурятская государственная сельскохозяйственная академия имени В.Р. Филиппова, 2021. — С. 141–144.
5. Щербатова, Я.О. Роль здоровьесберегающих технологий в воспитании ценности здорового образа жизни у младших школьников / Я. О. Щербатова // Воспитание в современных условиях: региональный аспект: сборник статей по материалам V Всероссийской научно-практической конференции, Пенза, 14 октября 2022 года. — Пенза: Пензенский государственный университет, 2022. — С. 301–304.
6. Акимова, Л.А. Безопасный образ жизни: педагогический контекст / Л.А. Акимова // Современные наукоемкие технологии. — 2018. — № 12-2. — С. 408–412.
7. Готовцева, Т.Н. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности младших школьников / Т.Н. Готовцева, Е.Э. Сидорова // Научный электронный журнал Меридиан. — 2018. — № 4(15). — С. 348–350.
8. Карякина, П.М. Основы формирования здорового и безопасного образа жизни / П.М. Карякина, Е.А. Преликова // Грани педагогики безопасности: Материалы седьмой Всероссийской студенческой научно-практической конференции с международным участием, Екатеринбург, 23 ноября 2019 года / Редактор В.В. Гафнер. — Екатеринбург: [б.и.], 2019. — С. 86–90.
9. Приходченков, А.М. Формирование основ здорового образа жизни на уроках физической культуры / А.М. Приходченков, Я.И. Склярова, Г.Ш. Шайхутдинова // . — 2020. — № 11-1(73). — С. 189–192.

10. Трифонова, А.К. Здоровый образ жизни и факторы его составляющие. Роль физической культуры в формировании здорового образа жизни / А.К. Трифонова // Психология и педагогика в контексте междисциплинарных исследований: сборник статей по итогам Международной научно-практической конференции, Уфа, 28 февраля 2022 года. — Стерлитамак: Общество с ограниченной ответственностью «Агентство международных исследований», 2022. — С. 110–117.
11. Шаврыгина, О.С. Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни обучающихся как педагогическая проблема / О.С. Шаврыгина // Образование и личность: методологические и прикладные основания: сборник статей к III Международному научно-практическому форуму «Территория спорта, здоровья и безопасности жизнедеятельности», Оренбург, 18–20 марта 2021 года / Министерство просвещения Российской Федерации; Министерство физической культуры и спорта Оренбургской области; ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет» (Институт физической культуры и спорта); Актюбинский региональный государственный университет имени К. Жубанова. — Оренбург: Типография «Экспресс-печать», 2021. — С. 390–394.
12. Чернова, А.Д. Формирование основ здорового образа жизни через психолого-педагогическую деятельность / А.Д. Чернова // Психология и педагогика: методологические и методические проблемы и пути их решения: сборник статей Международной научно-практической конференции, Уфа, 15 апреля 2021 года. — Уфа: Общество с ограниченной ответственностью «Аэтерна», 2021. — С. 143–144.
13. Валяльщикова, С.М. Воспитание культуры безопасного образа жизни у учащихся / С.М. Валяльщикова // Ценностный потенциал физической культуры и безопасности жизнедеятельности: методология, инновации в науке и образовании: сборник статей Международной научно-практической конференции, Оренбург, 20–21 октября 2021 года / Министерство просвещения Российской Федерации; Министерство физической культуры и спорта Оренбургской области; ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»; (Институт физической культуры и спорта); Актюбинский региональный государственный университет имени К. Жубанова. — Оренбург: Типография «Экспресс-печать», 2021. — С. 68–72.
14. Аكوпова, М.А. Психолого-педагогические технологии в подготовке педагогов начального образования / М.А. Аكوпова, Д.В. Фурсова, Д.А. Оганнисян. — Москва: ООО «Издательство «Спутник+», 2021. — 178 с.

Ogannisyan Diana Armenovna

Stavropol State Pedagogical Institute

Branch in Budennovsk, Budennovsk, Russia

E-mail: Diana_david999@mail.ru

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8187-7389>

RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=824088

Psychological and pedagogical conditions for the formation of a healthy and safe lifestyle of primary school children

Abstract. The article is devoted to the problem of forming the foundations of a healthy and safe lifestyle for primary school children. Based on the analysis of psychological and pedagogical literature, approaches to the organization of the teacher's activities are considered, psychological and pedagogical conditions for the formation of ideas about healthy lifestyle in primary school children are determined.

The relevance of the research is due to the active innovative processes in the socio-economic and political spheres of society, which have put the education system in need of revising traditional approaches to teaching and educating schoolchildren. The formation of motivation for a safe and healthy lifestyle is laid in the preschool period, expanded and deepened during school and then consolidated, taking shape in cultural skills. The formation of a healthy and safe lifestyle of primary school children is complex and covers various fields of scientific knowledge. It is worth noting that the problem is formed.

Keywords: healthy lifestyle; junior high school student; education; primary school