

**Абдуллина Л.Б.**

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета  
Стерлитамак, Республика Башкортостан, Россия

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

*Аннотация.* В современных условиях возрастает значение общеобразовательной школы не только как учебного, но и массового оздоровительного учреждения для детей и подростков, оздоровительный эффект которого определяется организацией всей жизни, воспитания, обучения учащихся. Одним из приоритетных направлений реализации является направление педагогического процесса на оптимальное развитие и реализацию духовного, интеллектуального и физического потенциала ребенка.

*Ключевые слова:* валеология, здоровый образ жизни, школьники, образовательные учреждения.

**Abdullina L.B.**

Sterlitamak Branch Bashkir State University  
Sterlitamak, Republic of Bashkortostan, Russia

## **PSYCHO-PEDAGOGICAL ASPECT OF MAINTAINING HEALTH OF CHILDREN IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

*Abstract.* In modern conditions the significance of secondary school not only as an academic, but also mass recreation facilities for children and adolescents, the health effect is determined by the organization of lifelong education, training students. One of the priorities is the implementation of the direction of the pedagogical process at the optimal development and implementation of spiritual, intellectual and physical capacities of the child.

*Keywords:* valueology, healthy lifestyle, students, and educational institutions.

Проблема сохранения здоровья и воспитания здорового образа жизни у школьников представляет особый интерес для педагогической науки и школьной практики. Забота о здоровье детей была в центре внимания многих ученых и практиков. В работах П.П. Блонского, В.П. Кащенко, В.А. Сухомлинского охарактеризована роль школы в создании условий для воспитания в ребенке бодрости духа и формирования здорового образа жизни.

Приобщение детей к здоровому образу жизни происходило в контексте физического (Л.П. Греев, А.П. Матвеев, С.Б. Мельников и др.), гигиенического (Г.Н. Сердюковская, И.И. Соковня-Семенова и др.),

нравственного (О.С. Богданова, И.С. Марьенко, И.Ф. Харламов и др.) воспитания.

В последние годы вопросы охраны здоровья человека рассматриваются в концепции воспитания экологической культуры личности, разработанной в лаборатории экологической культуры Института семьи и воспитания (Н.С. Дежникова, И.В. Цветкова и др.), а также в контексте педагогической валеологии (Г.К. Зайцев, Л. Г. Татарникова, Б.М. Чумаков и др.).

В современных условиях возрастает значение общеобразовательной школы не только как учебного, но и массового оздоровительного учреждения для детей и подростков, оздоровительный эффект которого определяется организацией всей жизни, воспитания, обучения учащихся. Одним из приоритетных направлений реализации является направление педагогического процесса на оптимальное развитие и реализацию духовного, интеллектуального и физического потенциала ребенка.

Для решения проблемы оздоровления учащихся в условиях обучения нужно создавать соответствующие условия для осуществления учебно-воспитательного и одновременно оздоровительного процессов. Программа оздоровления должна быть индивидуальна для каждого школьника, предусматривать как профилактические, так и лечебно-оздоровительные мероприятия. Идеология индивидуального подхода к вопросам укрепления здоровья составляет основу концепций медицинской и педагогической валеологии, имеющих различные задачи [1, с. 20].

Если содержание медицинской валеологии – это диагностика и прогнозирование здоровья, выяснение механизмов и закономерностей формирования здоровья, профилактика заболеваний, санитарное просвещение, разработка способов сохранения и укрепления здоровья, то основными средствами педагогической валеологии является воспитание потребности здорового образа жизни, обучение методам и способам сохранения здоровья, разработка учебных программ, педагогических технологий, режимов учебных занятий, профилактика дидактогений, оценка работы учителя на основе валеологических принципов [2, с. 84].

Разработка педагогических технологий валеологического образования, ориентированных на укрепление здоровья детей и создание у них устойчивого жизненного здоровья, должна основываться на учете интеллектуальной, эмоциональной, двигательной и деятельной сфер жизнедеятельности детей при согласованных действиях образователь-

ных учреждений и родителей. С этих позиций валеологического обоснованная система образования должна дать комплекс знаний по различным аспектам здоровья, помочь выработать индивидуальную стратегию и тактику развития и сохранения собственного здоровья, так как только на этой основе можно формировать потребность в здорового образа жизни у детей.

Внедрение педагогической валеологии предусматривает два направления: проведение уроков здоровья, начиная с первого класса, и валеологизации всей системы образования. Последнее предполагает, что каждый урок и любое школьное мероприятие должно включать в себя оздоровительный эффект, препятствовать развитию переутомления и способствовать развитию. Это может быть достигнуто решением проблем школьного питания, оптимизацией двигательного режима, закаливанием, проведением полноценных уроков физкультуры, соблюдением гигиенических требований.

Психолого-валеологические и педагогические подходы к проблеме здоровья и развития личности в системе образования следует рассматривать на основе принципов комплексности, системности, поэтапности и непрерывности, используя валеолого-физиологические, социально-педагогические, психологические характеристики с учетом возрастной периодизации и особенностей психосоматической конституции.

Выделение в процессе обучения групп риска и проведения дифференцированного оздоровления с использованием функциональной музыки, оздоровительного бега, закаливания, упражнений, направленных на снятие зрительной и статической усталости, комплекса универсальных адаптогенов и витаминов может позволить предотвратить у школьников развития выраженных невротических реакций и неврозов, сохранить остроту зрения, значительно уменьшить частоту недостаточного увеличения массы тела и острую респираторную заболеваемость, а также сохранить на высоком уровне их умственную работоспособность и эмоциональный тонус [3, с. 123 – 126].

Оздоровительная работа в современной системе образования, построенная с учетом основных принципов педагогической и медико-биологической валеологии, может привести к весьма эффективным результатам. Формирование устойчивой мотивации на потребность в здоровом образе жизни следует осуществлять как через содержание образования (предметы учебного цикла), так и через элементы прикладного валеологии,

используя имеющиеся диагностические и оздоровительные средства. Одной из главных задач, направленных на формирование здоровья личности, субъектов образовательного процесса, является создание технологизированной систем совместных действий валеолога, педагога, психолога, медицинского работника по оздоровлению условий жизни в школе, восстановление оздоровительного статуса образовательных учреждений.

Ставя в центр управленческой деятельности эмоциональное, физическое, социальное благополучие детей, руководители всех типов учебных заведений должны научиться проектировать и прогнозировать образовательные результаты в интересах здоровья детей, предупреждая негативные последствия.

С целью улучшения здоровья школьников и учителей, а также повышение эффективности оздоровительной и воспитательной работы (через урочную, внеурочную, внеклассную формы работы) необходима интеграция средств и методов педагогической и медико-биологической валеологии путем создания валеологической службы в различных образовательных учреждениях.

#### *Литература*

1. *Петров, К.* Здоровьесберегающая деятельность в школе//Воспитание школьников.-2005. - №2. - С. 19-22.
2. *Смирнов, Н.К.* Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе. - М.: АПК и ПРО, 2002. - 121с.
3. *Чупаха, И.В.* Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе: научно-практический сб. инновац. опыта/ И.В. Чупаха, Е.З. Пужаева, И.Ю. Соколова. - М.: Илекса; Ставрополь: Сервисшкола, 2001. - 400 с.

**Анацкая Ю.Ю.**

Дошкольное образовательное учреждение № 50 Центра развития ребенка,  
Копейск, Россия

### **ПРОЕКТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ КАК ФОРМА РАБОТЫ ПО ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ**

*Abstract.* В статье представлен опыт решения актуальных вопросов здоровьесбережения у детей старшего дошкольного возраста в условиях разработки, организации и реализации проектно - исследовательской деятельности.

*Ключевые слова:* исследовательский проект, проектная деятельность, дошкольное учреждение, здоровьесбережение.