

ка. В каждый вид деятельности должны быть включены упражнения, игры, которые направлены на укрепление и здоровьесбережение детей. Дозировка и темп зависит от возраста детей, настроения.

Итак, основу здоровьесберегающих образовательных технологий составляют следующие идеи:

- формирование здоровья детей на основе комплексного и системного использования доступных для конкретного образовательного учреждения средств физического воспитания, оптимизация двигательной деятельности на свежем воздухе;
- использование в образовательной деятельности духовно-нравственного и культурного потенциала города, воспитание детей на традициях русской культуры;
- сотрудничество семьи, педагогического коллектива и самих детей в укреплении здоровья, развитии творческого потенциала.

Литература

1. Ахутина Т.В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход. Школа здоровья. 2000.
2. Ковалько В.И. Здоровьесберегающие технологии. – М.: ВАКО, 2007.
3. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения. / Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. – М., 2002.
4. Ирхин В.Н., Ирхина И.В. Урок и здоровье школьников: учебное пособие. – Тирасполь, 2009. -227 с.

Чипсанова С.Г.

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета,
Стерлитамак, Республика Башкортостан, Россия

ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация. Проблема формирования здорового образа жизни детей, подростков и молодежи, является наиболее актуальной на сегодняшний день. Данная тема определяет не только состояние и проблемы здоровья наших детей, но и здоровье, благополучие будущих поколений. Возрастает роль общеобразовательной школы, призванной обеспечить формирование физически и духовно здоровой личности, способной не только адаптироваться к сложным социально-экономическим условиям жизни общества, но и способной к творческому саморазвитию и творческому преобразованию окружающего мира, к формированию своего образа жизни.

Ключевые слова. Здоровый образ жизни, школьники, мотивация.

PROMOTING A HEALTHY LIFESTYLE AMONG SCHOOLCHILDREN

Abstract. Problem of a healthy lifestyle for children , adolescents and young adults , is the most relevant today . This topic defines not only the state and problems of our children's health but also the health , well-being of future generations. The role of secondary schools, designed to ensure the formation of physically and spiritually healthy individual capable not only to adapt to the difficult socio-economic conditions of society, but also capable of creative evolution and creative transformation of the world, to the formation of their lifestyle.

Keywords. Healthy lifestyle , students , motivation.

Ухудшение здоровья детей школьного возраста в России стало не только медицинской проблемой, но и серьезной педагогической проблемой. Если мы хотим достичь цели – направить выбор детей к принятию здорового образа жизни, то должны признать их право иметь собственные полезные идеи и взгляды. Мы должны уважать их как граждан с правами на здоровье и ответственностью за него и искать такие подходы, которые бы помогли нам понять, как они видят мир.

Здоровый образ жизни – это укрепление связи человека с природой путём преодоления вредных привычек, физической и духовной закалки, профессионального и культурного саморазвития личности, обеспечивая тем самым успешное выполнение своих социальных и профессиональных функций независимо от политических, экономических и социально— психологических ситуаций [1, с. 31].

Анализ современных исследований, опыт работы показывают наличие предпосылок формирования здорового образа жизни:

- понимание здорового образа жизни как особой формы жизнедеятельности, определяемой как биологическими, так и социальными факторами;
- необходимость интеграции различных подходов к здоровью и проблеме формирования здорового образа жизни школьников;
- недостаточность раскрытия путей включения подростка в процесс овладения основами здорового образа жизни, слабо разработаны критерии и показатели сформированности мотивов здорового образа жизни;

– реализуется не в полной мере потенциал взаимодействия педагогов и учащихся, от которого зависит формирование здорового образа жизни подростка;

– необходимость дальнейшего уточнения и разработки вопросов содержания и методики реализации педагогических программ формирования мотивов здорового образа жизни в условиях общеобразовательной школы.

Анализ подходов к определению сущности мотивации и рассмотрение особенностей здорового образа жизни позволяют нам определить собственное понимание мотивов здорового образа жизни.

Мы понимаем под мотивами здорового образа жизни целостную систему осознанных побуждений, активизирующих (энергетизирующих) и направляющих проявления личности (нравственные, духовные, физические) в различных сферах жизнедеятельности с позиций ценностей своего здоровья.

Понимание, сущность мотивации здорового образа жизни требуют осмысления такой базисной категории, как «здоровый образ жизни». В нашем исследовании под здоровым образом жизни понимается система индивидуальных проявлений личности (нравственных, духовных, физических) в сферах различной деятельности (учебной, бытовой, общественной, коммуникативной), отражающая отношение к себе, к социальной среде, окружающей природе с позиции ценностей здоровья и способствующая сохранению соответствующей возрасту устойчивости организма, максимальной активности личности в повседневной жизни и профессиональной деятельности.

Существующая школьная практика показывает, что приобщение школьников к здоровому образу жизни, формирование осознанных побуждений к нему не всегда носит целенаправленный характер. Обозначенное состояние практически объясняется отчасти отсутствием в теории целостной концепции, раскрывающей пути и условия формирования мотивации к ЗОЖ в условиях общеобразовательной школы [2, с. 46].

Процесс формирования мотивации здорового образа жизни у школьников целесообразно рассматривать, на наш взгляд, как органичную часть целостного педагогического процесса, как взаимодействие внешних и внутренних факторов. Внутренними факторами являются потребностно-мотивационная сфера школьника, его ценностные ориентации, отношения, самооценка, интересы, индивидуальные свойства. Внешним фактором в данном случае выступает образовательный процесс.

Таким образом, реализация процесса формирования мотивации здорового образа жизни школьников предусматривает такое построение си-

стемы средств, которая, с одной стороны, направлена на изменение условий учебно-воспитательного процесса в школе, в частности, валеологизация содержания учебных дисциплин, с другой стороны, – на изменение внутриличностной сферы посредством сознательно – волевой работы по осмыслению, переосмыслению школьниками отношения к здоровому образу жизни, к стилю своей жизни.

Литература

1. Андреев, В.И. Здоровьесберегающее обучение и воспитание/ В.И. Андреев. – Казань, 2000.
2. Здоровая школа: Сборник научно-методических материалов. – Пермь, 2001.
3. Стальков, Е., Панин, В. Валеология: от идеи спасения жизни к идее сохранения здоровья. – М., 2001.

Щинова Н.А.

Вечерняя (сменная) общеобразовательная школа № 27,
Новосибирск, Россия

**ФОРМИРОВАНИЕ ДУХОВНО-ПРАВСТВЕННЫХ
ЦЕННОСТЕЙ УЧАЩИХСЯ В УСЛОВИЯХ ВЕЧЕРНЕЙ ШКОЛЫ**

Аннотация. Представлен опыт вечерней (сменной) школы по формированию духовно-нравственных ценностей у учащихся.

Ключевые слова: духовно-нравственные ценности, вечерняя (сменная) школа, учащиеся, семья.

Ŝinova N.A.

Evening (shift) general education school № 27,
Novosibirsk, Russia

**THE FORMATION OF MORAL AND ETHICAL VALUES OF
STUDENTS IN EVENING SCHOOL**

Abstract. The experience of the evening (shift) schools on the formation of spiritual and moral values in students.

Keywords: spiritual and moral values, evening (changeable) school, students, family.

Разные школы, разные учителя... Разные дети, разные судьбы...

Школа – начало пути человека в мир знаний, в мир осмысления себя. Меняется наше общество, информационная среда, изменяется и школа. Сегодня и ребята другие: более открытые либо замкнутые, тянущиеся к знаниям или бегущие от них, свободные от всего того, что от них требуют.