

исследования свидетельствует о целесообразности введения в РГППУ дополнительной образовательной программы «Основы рационального питания».

## ИНТЕГРАЦИЯ ЗНАНИЙ О ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА В УЧЕБНЫЕ ПРОГРАММЫ КАК ОДНО ИЗ УСЛОВИЙ МОДЕРНИЗАЦИИ ОБРАЗОВАНИЯ

Т.М. Фоминых

Проблемы воспитания и развития детей, сохранения их здоровья имеют общенациональное и государственное значения, поскольку от уровня образованности и здоровья выпускников школ зависят перспективы развития страны в будущем, ее социально-экономический потенциал в целом. Однако показатели здоровья современного российского общества, и, в первую очередь подрастающего поколения, крайне неутешительны. По данным Минздравсоцразвития России, только 5% выпускников школ сегодня являются практически здоровыми. 80% школьников хронически больны, 50% имеют морфофизиологические отклонения, свыше 70% страдают различными нервно- психическими расстройствами (В.Горячев, 1999).

Поскольку качество здоровья испытывает тенденцию к ухудшению, сама идея здоровья в последние десятилетия приобрела особую актуальность. Качественным изменением можно считать пересмотр принципиальных подходов понимания здоровья, которое не сводится лишь к медицинской профилактике заболеваний, а рассматривают и используют функциональные резервы организма через приобщение к здоровому образу жизни.

В связи с этим возрастает роль здоровьесберегающих технологий обучения, которые позволяют успешно реализовывать поставленные образовательные цели.

Исходя из специфического понимания категории «Здоровья», а также сформированных принципов овладения знаниями и умениями ЗОЖ, выведены специфические методы обучения и воспитания:

- Гуманистический, направленный на развитие чувств собственного достоинства, ответственности за свое здоровье;
- Природосообразности воспитания, направленный на формирования ответственности за развитие самого себя, культивировать социальные установки по отношению к своему здоровью;
- Физический, направленный на укрепление двигательной и физической подготовленности, улучшения работоспособности;
- Образный, направленный на интегрирование двигательных образов с целью творческого самовыражения.

Опираясь на выведенные принципы и методы формирования ЗОЖ, а также компоненты воспитания, состав средств обучения можно классифицировать на следующие группы:

1. Специфические упражнения, к которым относятся физические, психофизические, познавательные и упражнения, направленные на поддержание нравственного равновесия.

2. Оздоровительные силы природы, как факторы укрепления здоровья и гигиенические факторы, оказывающие благотворное влияние на адаптивные свойства организма. Вся описанная система взаимосвязи принципов, методов и средств ЗОЖ учащихся представлена на рис.1.

Педагогические условия формирования ЗОЖ школьника определяется на основании результатов исследований В.Ф.Базарного, В.А.Вишневского, Э.Н.Вайнера и других авторов. К этим условиям относятся:

- Построение субъект - субъектных отношений участников образовательного процесса;
- Содержание учебного материала, соответствующее возрастным особенностям учащихся;
- Использование различных форм построения занятий, включая индивидуальные;
- Активное выполнение учащихся самостоятельных заданий во внеучебное время.

На основе выработанной системы принципов, методов и средств была разработана авторская программа по географии с оздоровительной направленностью (на примере туризма), которая проходит апробацию в школе №34 города Тюмени.

Рис.1  
Система взаимосвязи принципов, методов и средств ЗОЖ.

