

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

Аннотация. Здоровье населения, особенно детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, одна из характеристик национальной безопасности. Дети стоят перед лицом будущего, и оно зависит от фундамента жизнедеятельности, который формируется в дошкольном детстве.

Проблемы дошкольного детства как особого самоценного периода жизни человека, необходимость сохранения здоровья детей в дошкольном возрасте как условия их успешной жизни и формирования ценностного отношения к своему здоровью стоят в центре внимания философов, педагогов, психологов, социологов, так как именно в дошкольном детстве закладываются основы общей культуры личности, важным компонентом которой является культура здоровья.

По определению Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни или физических дефектов.

В науке здоровье человека рассматривается как социально-педагогическая категория, как непреходящая ценность и характеризуется следующими признаками: благополучие физическое, психическое и эмоциональное; количественные и качественные резервы организма; адаптация; ценность; потребность; целостное функциональное состояние. Российская педагогическая энциклопедия определяет здоровье детей как состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо болезненных изменений.

Рассуждая о здоровом образе жизни, известный врач П.М. Амосов сформулировал основные принципы философии здоровья, среди которых выделяется фактор саморганизации человека, его активная позиция к собственному здоровьесозиданию, требующая постоянных и значительных усилий в области сохранения и укрепления здоровья.

Опросы родителей и педагогов, проведенные студентами дошкольного отделения во время педпрактики показывают, что своих детей они предпочли бы отдать не в то учебное заведение, где выше уровень преподавания, а в то, где имеются наиболее благоприятные условия для укрепления их здоровья. Здоровье они считают более важным показателем, чем уровень образования.

На основании анализа научных исследований можно сделать вывод, что здоровье человека включает следующие основные компоненты:

1) соматический – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями на различных этапах онтогенетического раз-

вития, которые потребности являются «пусковым механизмом» развития человека и обеспечивают индивидуализацию личности;

2) физический – уровень роста и развития органов и систем организма, представляющий морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции;

3) психический – состояние психической сферы, общего душевного комфорта, обеспечивающего адекватную поведенческую реакцию, такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения;

4) нравственный – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, базирующихся на системе ценностей, установок и мотивов поведения индивида. Нравственное здоровье опосредовано духовностью человека, усвоением общечеловеческих нравственных ценностей, развитием нравственных чувств и выработкой нравственных убеждений, уровнем эстетического развития. Обобщенными критериями здоровья, по мнению некоторых исследователей, могут служить следующие положения: для соматического и физического здоровья – «я могу»; для психического – «я хочу»; для нравственного – «я должен».

Причин неблагополучия в здоровье очень много, но основная – в неправильном образе жизни. Человеку с раннего возраста должна быть привита культура самосохранения здоровья. Большую роль в решении этой задачи играют дошкольные образовательные учреждения, которые обязаны обеспечить «охрану жизни и укрепление здоровья детей». Формирование культуры здоровья личности может рассматриваться как процесс и одновременно результат целенаправленного овладения понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», «индивидуальная программа оздоровления», появлением у личности устойчивого здоровьесозидающего поведения, которое необходимо для успешной жизнедеятельности.

Основными средствами педагогики являются воспитание потребности здоровья. На этой основе можно формировать у детей потребность в здоровье, в осознании того, что человек – храм здоровья, человеческое здоровье – это храм тела и здоровье души, что называют психосоматической гармонией.

Таким образом, в разработке новой стратегии здоровья должно быть предусмотрено смещение акцента с лечебной медицины на профилактическое направление, воспитание человека в гигиеническом режиме с момента рождения. Педагогический аспект должен быть направлен на сохранение и укрепление здоровья методами и средствами педагогики.