**Воспитание у младших школьников ценностного отношения к здоровью**

А.С.Шумило

Научный руководитель:

к.п.н.,доцент Котлярова Т.С.

Частное учреждение

образовательная организация высшего

образования «Омская гуманитарная академия»

**Аннотация**

В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты формирования ценностного отношения к здоровью у младших школьников в условиях казахстанской школы. Актуальность проблемы обусловлена необходимостью формирования у подрастающего поколения устойчивых установок на здоровый образ жизни. Рассматриваются педагогические условия, способствующие эффективному воспитанию ценностного отношения к здоровью.

**Ключевые слова:** ценностное отношение, здоровье, младшие школьники, воспитание, здоровый образ жизни, педагогические условия.

**Abstract**

The article examines theoretical and practical aspects of forming a value-based attitude towards health among primary school students in Kazakhstan. The relevance of the problem is due to the need to develop stable attitudes towards a healthy lifestyle among the younger generation. The pedagogical conditions contributing to the effective education of a value-based attitude towards health are considered.

**Keywords:** value-based attitude, health, primary school students, education, healthy lifestyle, pedagogical conditions.

Современные трансформации в казахстанской системе образования диктуют необходимость усиления воспитательного компонента, направленного на формирование у подрастающего поколения не только академических знаний, но и устойчивых нравственных ориентиров, среди которых особое место занимает здоровье. В Концепции развития образования Республики Казахстан до 2030 года подчёркивается приоритет формирования у обучающихся мотивации к сохранению собственного здоровья как ключевого ресурса личностного и профессионального развития. В условиях школьного образования младший возраст является наиболее благоприятным периодом для формирования основ культуры здоровья, так как именно в этот период закладываются поведенческие стереотипы и ценностные ориентиры.

Растущие темпы урбанизации, цифровизация образа жизни, ограничение двигательной активности, высокие требования к обучающимся и растущий уровень психоэмоциональной нагрузки негативно отражаются на здоровье детей школьного возраста. В исследованиях отечественных и зарубежных ученых И.В. Чупаха, Т.М. Резер, М.В. Славянская, Л.П. Кудаланова и др. отмечается снижение уровня физической активности, нарушение режима питания, ухудшение психоэмоционального состояния детей. Аналогичная ситуация наблюдается и в казахстанских школах, где учащиеся младших классов всё чаще сталкиваются с переутомлением, нарушениями осанки, зрительной перегрузкой.

Эти проблемы актуальны, они обусловлены противоречием между необходимостью формирования у младших школьников осознанного отношения к здоровью и недостаточной системностью воспитательной работы в этом направлении в образовательной практике школ Республики Казахстан. Формирование ценностного отношения к здоровью не может быть спонтанным - оно требует научно обоснованного подхода, учитывающего возрастные особенности детей, а также культурные, социальные и образовательные реалии.

Ценностное отношение к здоровью рассматривается как интегральное личностное образование, формирующееся на основе осознания важности здоровья как жизненного приоритета. Оно проявляется в установках, мотивации, поведении, направленных на сохранение и укрепление собственного здоровья, а также в понимании здоровья как общественной ценности. Формирование такого отношения требует постоянной педагогической поддержки, системной работы с детьми и родителями, внедрения здоровьесберегающих технологий и методов в образовательный процесс.

Определим ключевые понятия исследования: «здоровье», «ценностное отношение к здоровью». Существуют различные варианты определения понятия «здоровье». С точки зрения гигиены здоровье – это оптимальное взаимодействие организма человека с окружающей средой [4]. В физиологии здоровье рассматривают, как «способность поддерживать гомеостаз, т. е. относительное постоянство состояния организма» [6].

В философском понимании здоровье – это состояние оптимального функционирования организма, позволяющее ему наилучшим образом выполнять свои социальные функции [5].

Современная социология рассматривает здоровье, как условие возможности полноценно работать, отдыхать, выполнять присущие человеку функции, свободно и радостно жить.

В настоящем исследовании мы определяем понятие «здоровье» в соответствии с приведенным в Уставе Всемирной организации здравоохранения определением: «Здоровье – это состояние полного физического, душевного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов» [3].

Исследователи подчеркивают важность комплексного подхода к воспитанию культуры здоровья, включая валеологическое просвещение, физическую активность, гигиенические навыки, эмоционально-психологическое благополучие и позитивную мотивацию к саморазвитию. В условиях казахстанской школы эффективным становится интегративный подход, включающий элементы урочной и внеурочной деятельности, проектной работы, родительского просвещения и взаимодействия с медицинскими работниками.

Исследования показывают, что эффективное формирование ценностного отношения к здоровью возможно при создании определенных педагогических условий, таких как:

- включение валеологического компонента в содержание учебных предметов;

- организация внеурочной деятельности, направленной на пропаганду здорового образа жизни;

- сотрудничество с родителями и медицинскими работниками;

- создание здоровьесберегающей образовательной среды.

В условиях казахстанской школы реализация программы по формированию ценностного отношения к здоровью у младших школьников может включать следующие направления:

1. Интеграция в учебный процесс: включение тем, связанных со здоровьем, в содержание предметов, таких как «Окружающий мир», «Физическая культура», «Самопознание».

2. Внеурочная деятельность: проведение кружков, секций, спортивных мероприятий, направленных на формирование интереса к здоровому образу жизни.

3. Работа с родителями: организация родительских собраний, консультаций, совместных мероприятий, направленных на формирование единого подхода к вопросам здоровья.

4. Создание здоровьесберегающей среды: обеспечение соответствующих санитарно-гигиенических условий, рационального режима дня, организации питания и двигательной активности.

5. Формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников - это одна из важнейших задач начального образования, которая требует целенаправленного, научно обоснованного и комплексного подхода.

Здоровьесберегающая компетентность понимается как способность ученика самостоятельно применить знания (факты, представления, понятия), способы учебной и здоровьесберегающей деятельности, ценностные отношения к собственной жизни и здоровью для решения проблем в условиях конкретной жизненной и учебной ситуации [4].

По убеждению М.А. Хамидуллиной, от формирования у детей ценностного отношения к здоровью зависит не только здоровье и благополучие конкретного человека, но и общества в целом.

Формирование ценностного отношения обучающихся к здоровью – процесс последовательный, учитывающий компонентный состав ценностного отношения к здоровью. Так, только опираясь на знания – когнитивного компонента ценностного отношения к здоровью, можно осуществлять воздействие на ценностно-мотивационный, а значит, и на поведенческо-деятельностные компоненты.

Приведем характеристику компонентов ценностного отношения к здоровью. Когнитивный компонент ценностного отношения к здоровью – совокупностьзнаний о составляющих здоровья (физическое, психическое, социальное и духовное здоровье личности) и о здоровье в целом, о факторах, которые влияют на самочувствие и здоровье человека (как положительно, так и отрицательно), об элементах здорового образа жизни, сформированность или отсутствие познавательного интереса к проблемам здоровья, адекватность самооценки здоровья на основе тех представлений и знаний, которые имеет ученик [7].

Ценностно-мотивационный компонент касается системы ценностей личности и мотивации ее жизнедеятельности. Характеризуется местом здоровья среди других личностных ценностей, переживаниями и чувствами человека относительно состояния собственного здоровья, особенностями мотивации вести здоровый образ жизни. Важным показателем развития данного компонента выступает сформированность потребности личности к сохранению, укреплению и формированию своего здоровья и здоровья окружающих, личностные побуждения, мотивы, формирующие образ жизни и деятельности относительно сохранения и укрепления здоровья [6]. Формирование ценностного отношения к здоровью возможно лишь при условии постоянной здоровьесберегающей деятельности личности. Данный компонент позволяет определять соответствие поступков личности составляющим здорового образа жизни, прослеживать уровень саморегуляции ее поступков в отношении сохранения и укрепления своего здоровья, определять степень ответственности личности за собственное поведение по сохранению и укреплению своего здоровья и здоровья других в быту, обучении, профессиональной деятельности, проявлять умения и навыки, направленные на сохранение и укрепление здоровья [6].

Таким образом, здоровье – это состояние полного физического, душевного (психического) и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Ценностное отношение к здоровью – это системное и динамическое психическое образование личности на основе ценностно-мотивационной сферы, совокупности знаний о здоровье, которое отражается и реализуется в сознательно выбранном образе жизни. Формирование ценностного отношения к здоровью – общественно значимый процесс, его главной движущей силой является взаимодействие ребенка со средой, социальным окружением на основе усвоения валеологических знаний и применения их в деятельности.

В условиях казахстанской школы это направление приобретает особую значимость, поскольку напрямую связано с реализацией задач устойчивого развития, заложенных в государственных образовательных документах.

Практическая реализация эффективных педагогических условий, направленных на воспитание культуры здоровья, станет залогом не только физического благополучия, но и формирования социальной зрелости и ответственности будущего гражданина Республики Казахстан.

Список литературы

1.Абдулахамидова Б.Н. Педагогические основы формирования здорового образа жизни у детей // Вестник Жалал-Абадского государственного университета. 2023. № 1 (54). С. 15-20.

2.Андрианова Е.А. Формирование здорового образа жизни у младших школьников // Матрица научного познания. 2023. № 1-1. С. 300-303.

3.Артюхова И.С. Формирование у младших школьников навыков здорового и безопасного образа жизни // Начальное образование. 2023. Т. 11. № 1. С. 13-18.

4. Савинова С.В. Воспитание у младших школьников ценностного отношения к здоровью в условиях взаимодействия семьи и школы // Известия Волгоградского государственного педагогического университета. – 2010. – № 6. – С. 75–78.КиберЛенинка

5. Махмудова Ф. Формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни в младшем школьном возрасте // Молодой ученый. – 2016. – № 7 (111). – С. 176–181.Молодой ученый+1КиберЛенинка+1

6. Пашкова М.А. Теоретические аспекты ценностного отношения к здоровому образу жизни у младших школьников // Молодой ученый. – 2016. – № 7 (111). – С. 176–181.Молодой ученый

7. Татарникова И.В. Формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников в условиях образовательной среды // Science Forum. – 2016. – № 2. – С. 16–19.Научный форум