

*Косинов М.В. Некоторые аспекты формирования здорового образа жизни подрастающего поколения // Академия педагогических идей «Новация». Серия: Студенческий научный вестник. – 2017. – № 07 (июль). – АРТ 332-эл. – 0,2 п.л. - URL: <http://akademnova.ru/page/875550>*

**РУБРИКА: ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ**

**УДК 371.72**

**Косинов Михаил Владимирович**  
студент 1 курса, Центр магистерской подготовки  
*Научный руководитель:* Феттер И.В., к.п.н., доцент  
ФГБОУ ВО «Омский государственный педагогический университет»  
г. Омск, Российская Федерация  
e-mail: [girevik-1@list.ru](mailto:girevik-1@list.ru)

**НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА  
ЖИЗНИ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

*Аннотация:* В статье рассмотрены проблемы формирования здорового образа жизни школьников в аспекте положений здоровьесберегающей педагогики.

*Ключевые слова:* здоровье, здоровый образ жизни, здоровьесберегающая педагогика.

**Косинов Михаил Владимирович**  
1st year student, Center of master's training  
*Supervisor:* I. Fetter, PhD, Associate Professor  
FGBOU VO «Omsk State Pedagogical University»  
Omsk, Russian Federation  
e-mail: [girevik-1@list.ru](mailto:girevik-1@list.ru)

## **SOME ASPECTS OF FORMING A HEALTHY LIFESTYLE OF LIFE OF THE UNDERWEARING GENERATION**

*Abstract:* In the article the problems of formation of a healthy lifestyle of schoolchildren in the aspect of the provisions of health saving pedagogy are considered.

*Keywords:* health, a healthy lifestyle, health-saving pedagogy.

Современная реальность доказывает, что укрепление здоровья и формирования здорового образа жизни подрастающего поколения имеет стратегический характер для полноценного функционирования и развития общества.

В работах ученых, занимающихся вопросами здоровья и здорового образа жизни молодежи (М.Я. Виленский, О.С. Васильева, А.М. Гендин, Я.М. Герчак, О.П. Добромислов и др.), отмечается, что состояние здоровья современной молодежи нельзя считать удовлетворительным. Без сомнения, являясь частью общества, дети и молодежь в полной мере испытывают воздействие различных неблагоприятных факторов, связанных с усложнением взаимодействия человека и окружающей действительности, с экологической ситуацией в окружающем мире, со стрессовым характером социального взаимодействия и др. Последствием данной ситуации является ухудшение состояния здоровья, которое проявляется, в том числе, в снижении уровня физического развития детей и подростков.

Так, например, в Республике Казахстан отмечается достаточно высокий уровень заболеваемости этой группы населения. По официальным данным индекс здоровья детей в этой стране составляет 13-20% [5]. Согласно статистике за последние пять лет заболеваемость школьников выросла на 22 %,

в том числе: анемией – в 2,5 раза, болезнью органов дыхания – в 1,5 раза, эндокринными болезнями и расстройствами питания – в 1,4 раза, болезнями нервной системы – в 1,5 раза.

Достижениями ведущих российских ученых создана научная база для развития теории и практики здоровьесберегающего образовательного процесса (А.М. Амосов, В.Ф. Базарный, М.М. Безруких, Н.К. Смирнов и др.). Вместе с тем, в образовательных системах стран постсоветского пространства создалась ситуация, когда без решения объективно существующей проблемы здоровья обучающихся невозможно осуществление эффективного образовательного процесса.

В исследовании Н.К. Ивановой отмечается, что «проблема сохранения и целенаправленного формирования здоровьесберегающего образа жизни учащихся исключительно актуальна, так как от состояния здоровья человека зависит уровень экономики, качество жизни людей, национальная безопасность...» [3].

А.Г. Здравомыслов отмечает важность формирования у детей и молодежи мировоззренческих основ понимания здорового образа жизни как в образовательном процессе, так и в повседневной жизни. Только здоровый человек может реализовывать себя и использовать все возможности, ведущие к физическому, социальному и психическому благополучию человека.

Среди прочих аспектов здоровье выступает как педагогическая категория. Здоровый образ жизни в педагогике рассматривается в контексте формирования внутренних резервов человека в единстве его телесных и психологических характеристик [2].

Современная педагогика здоровьесбережения развивается в логике аксиологического подхода и формирования ценностного отношения человека к

своему здоровью. Так в работах В.И. Ильинича выделяются три уровня ценности здоровья и здорового образа жизни:

- биологический - изначальное здоровье, предполагающее саморегуляцию организма, гармонию физиологических процессов и максимальную адаптацию;

- социальный - здоровье как мера социальной активности, деятельного отношения индивида к миру;

- личностный (психологический) - здоровье как отрицание болезни в смысле ее преодоления [6].

В аспекте понимания здорового образа жизни с позиции педагогики важен уровень знаний обучающихся о здоровье, степень сформированности установки на здоровый образ жизни, уровень усвоения практических знаний и навыков, связанных с поддержанием и укреплением здоровья, умение самостоятельно построить индивидуальную траекторию здоровья и программу здорового образа жизни.

Образовательное учреждение всех уровней (дополнительного, общего, среднего профессионального, высшего образования) - это идеальное место для формирования здоровьесберегающего образа жизни и реализации междисциплинарных оздоровительных программ. Бесспорно, учебное учреждение оказывает значительное влияние на формирование личности и мировоззрение обучающегося. Однако, недостаточно обоснованные, плохо систематизированные, мало взаимосвязанные, эпизодически внедряемые здоровьесберегающие технологии, к сожалению, не улучшают здоровье учащихся [1].

Анализ здоровьесберегающей деятельности образовательных организаций показывает, что в большинстве из них отсутствует научно обоснованный и систематический сбор данных о состоянии здоровья

обучающихся, их обработка и анализ. Не менее серьезной практической проблемой для педагогических коллективов является мониторинг и формирование безопасной и комфортной образовательной среды, обеспечивающей продуктивный характер деятельности всех субъектов образования [6]. Создание образовательной среды, обладающей такими характеристиками как безопасность и комфорт (физический, психологический и интеллектуальный) является обязательным условием благополучного развития обучающихся. В отличие от эпизодической деятельности и мероприятийного подхода к решению проблемы укрепления здоровья обучающихся именно системно-деятельностный подход к формированию здоровьесберегающей среды образовательного учреждения позволит изменить статистику заболеваемости обучающихся и позволит заложить основы здорового образа жизни детей и молодежи.

Приоритетность сохранения здоровья и формирования здоровьесберегающего образа жизни становится важным направлением социальной политики государства и создает условия для совершенствования всей системы образования.

#### **Список использованной литературы:**

1. Герчак, Я. М. Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования: Автореферат... дис. кан. педагогических наук / Я.М. Герчак / Барнаульский гос. пед. университет. Новокузнецк, 2007. - 22 с.
2. Здравомыслов, А. Г. Потребности, интересы, ценности / А.Г. Здравомыслов. - М.: Просвещение, 2014. – 226 с.
3. Иванова, Н. К. Организационно–педагогические условия формирования здорового образа жизни школьников: Автореферат дис.кан. педагогических наук / Н.К. Иванова / Самар. гос. пед. университет. – Самара, 2010. – 23 с.
4. Кодекс Республики Казахстан от 18 сентября 2009 г. №193-IV «О здоровье народа и системе здравоохранения.

5. Феттер И.В., Гринимеер Е.К. Формирование психологически комфортной и безопасной образовательной среды в учреждении среднего профессионального образования // Безопасная образовательная среда в изменяющихся условиях современного общества: Сб. материалов Международной научно-практической конференции. – Москва.: ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. Г.В. Плеханова», 2016. С.29-33. – URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=26198257>
6. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. М.: Гардарики, 2000. — 448 с.

*Дата поступления в редакцию: 04.07.2017 г.*

*Опубликовано: 07.07.2017 г.*

*© Академия педагогических идей «Новация». Серия «Студенческий научный вестник», электронный журнал, 2017*

*© Косинов М.В., 2017*