

# ИСТОРИКО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ РАЗВИТИЯ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЮ

*Меркулова Наталья Владимировна, воспитатель  
МДОУ – детский сад №44 «Колокольчик», г. Серпухов*

*«Девять десятых нашего счастья зависят от здоровья»*

*А. Шопенгауер*

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма.

Между тем, статистическими данными Института возрастной физиологии Российской академии образования (РАО) за несколько предыдущих лет подтверждается, что в настоящее время система образования не является зоной благоприятных условий для сохранения и укрепления детского здоровья.

Анализ состояния здоровья детей дошкольного возраста в РФ показывает, что за последнее десятилетие количество абсолютно здоровых детей снизилось с 23 до 15% и увеличилось количество детей, имеющих хронические заболевания, с 16 до 17,3%. В среднем по России на каждого дошкольника приходится не менее двух заболеваний в год. Приблизительно 20-27% детей относится к категории часто и длительно болеющих. Почти 90% детей дошкольного возраста имеют стандартные отклонения в строении опорно-двигательного аппарата — нарушение осанки, плоскостопие, неравновесный мышечный тонус и т.д. [3, С.2].

Приведенные результаты наглядно указывают на социально-педагогический уровень проблем, которые возникают перед работниками дошкольных учреждений, призванных воспитать здорового ребенка с оптимальным физическим и психическим развитием, что соответствует социальному запросу общества. ФГОС дошкольного образования определяет следующие задачи в образовательной области «Физическое развитие»: становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании при формировании полезных привычек) [8, С.4].

Наметившаяся в последние годы устойчивая тенденция ухудшения здоровья дошкольников, диктует необходимость поиска механизмов, позволяющая изменить эту ситуацию.

Проблемы, касающиеся детского здоровья, вызывают особую тревогу и заставляют серьезно задуматься. Эти проблемы не являются чисто медицинскими: с древности к ним привлечено внимание общества.

Первые упоминания о здоровье, которые оказали заметное и существенное влияние в дальнейшем на развитие знаний и наук о здоровье, были труды древнегреческих философов. Ученые, указывая на ценность феномена «здоровье», впервые пытались обобщить знания о здоровье и выделить

существенные признаки этого понятия. Так, великим мыслителем, древнегреческим философом Алкмеоном (V в. до н.э.) было дано одно из первых определений понятия «здоровье». Он считал, что, «здоровье есть гармония противоположно направленных сил».[5, С.4]

Особое значение хотелось бы уделить работам великого врача и философа, - Гиппократ (около 460-377 до н.э.). Он отмечал, что организм человека - это единство физического и психического развития. Несмотря на то, что прогрессивный мыслитель Гиппократ жил еще до нашей эры, мы можем утверждать, что его мысли о ценности здоровья как о «богатстве человека» можно признать актуальными и в современное время. Подчеркивая огромную значимость здорового образа жизни в развитии личности древних греков, он писал: «Человек должен знать, как помочь себе самому в болезни, имея в виду, что здоровье есть высочайшее богатство человека» [7, С.11].

Аристотель (384-322 до н.э.) много внимания уделял вопросам воспитания молодежи. Так, воспитательный процесс он подразделял на три обязательные части: умственное, нравственное и физическое, составляющих единое целое. Ставшие афоризмами его слова: «Ничто так не разрушает и не истощает человека, как продолжительное физическое бездействие», – могут и сегодня служить своеобразным призывом для занятий физической культурой и спортом [2, С.4]. В этой связи проблема здоровья становится не только медицинской, но и общепсихологической. Сократ считал, что «здоровье – не всё, но всё без здоровья – ничего!»

Великий чешский педагог Ян Амос Коменский (1592-1670), следуя установившимся в эпоху Возрождения взглядам на человека, одним из первых указал на ценность физических упражнений для здоровья человека. В «Материнской школе» он убеждал родителей, что «надо как можно раньше начинать упражнения в движении и деятельности для приобретения подвижности...» и «Дерево также нуждается в испарении и частом освежении при помощи ветров, дождей, холодов, иначе оно легко слабеет и вянет. Точно также человеческому телу необходимы вообще сильные движения, деятельность и серьезные упражнения». [5, С.8] Кроме этого он давал конкретные указания об уходе, питании, режиме, отдыхе.

Отметим работы М.В. Ломоносова, изучавшего проблему человека с точки зрения его здоровья. В 1764 г. По его инициативе в Московском государственном университете открыт медицинский факультет. Большое внимание ученый придавал анализу факторов развития и формирования личности молодого человека. Он показал роль наследственности в формировании здоровья человека, раскрыл влияние среды и обратился к проблеме нравственного воспитания молодого поколения. Его работы «О сохранении и размножении российского народа» и работы о проблемах воспитания юношества позволяют считать его первым русским валеологом, изучавшим проблему человека в медико-педагогической совокупности [5, С.6].

С середины XIX-начала XX вв. проблема здоровья человека в педагогике рассматривалась как составляющая культуры человека. Известный ученый

Н.И. Пирогов (1810-1881 гг.) заложил основы педагогической валеологии. В его работах были выделены такие важные аспекты здоровья, как духовный, нравственный, социальный и соматический.

Великий педагог К.Д. Ушинский, основоположник научной педагогики и антропологического направления в России, считал высшей целью воспитания целостное развитие личности. Он обосновал в педагогике «антропологический принцип», который означает признание целостности человека, неделимости его духовной и телесной природы в сочетании умственного и нравственного воспитания с физическим воспитанием. В его труде «Человек как предмет воспитания. Опыт педагогической антропологии» (1867-1868 гг.) утверждается, что педагогу недостаточно знать принципы и конкретные правила воспитания, а необходимо изучать столь возможно тщательней физическую и душевную природу человека вообще. Выражая заботу о здоровье молодого поколения, он предложил создание педагогических факультетов, высказывая мысль о том, что культура здоровья, - это не только «культура тела», но и нравственное здоровье [2, С.112].

Важное внимание следует уделить работам выдающегося ученого П.Ф. Лесгафта (1837-1909 гг.). В научной деятельности педагога основной мыслью являлось осуществление идеи воспитания гармонически развитой личности. Будучи основоположником отечественной системы физического воспитания, он предложил новый термин «физическое образование», обращая внимание в равной степени на оздоровительные и общекультурные задачи физического воспитания человека.

Ценностное отношение к здоровью характерно и для русских мыслителей. Обратимся к исследованиям И. И. Мечникова. В своей работе биолог отмечал: «...Здоровье играет преобладающую роль в жизни».

Для России вопрос сохранения здоровья человека наиболее целостно был осознан как проблема национальной значимости во второй половине XIX в. Такие выдающиеся педагоги, как В.А. Жуковский, И.М. Ястребцов, П.Г. Редкий, уделяли внимание физическому воспитанию и влиянию обучения на здоровье детей. И.А. Сикорский, А.С. Виренеус, Ф.Ф. Эрисман, А.Л. Доброславин работали над изучением влияния учебной работы на снижение работоспособности и общего состояния здоровья детей [7, С.3].

Современные основы концепции здоровьесбережения в России были заложены в 1904 г., когда съезд российских врачей обратил внимание на ряд «вредных влияний со стороны школы на состояние здоровья и физическое развитие учащихся». Причем, несмотря на многочисленные попытки модернизировать образование на разных этапах истории нашего государства, основы этой концепции практически не менялись, а значит, поставленные задачи по сохранению здоровья подрастающего поколения не были выполнены.

Страсбургская конференция 1990 г. решением Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) и Европейского экономического сообщества (ЕЭС) одобрила создание так называемых «школ здоровья» для реализации разработанной в середине 1980-х гг. новой, более расширенной, модели здоровьесбережения.

Само понятие «здоровьесберегающие образовательные технологии» появилось в педагогическом лексиконе в последние несколько лет и до сих пор воспринимается многими педагогами как аналог санитарно-гигиенических мероприятий. Так, К. В. Дубов (2002) определяет их как «полноценное медицинское обеспечение работы образовательного учреждения». А. Н. Акимова (2002) включает в это понятие своевременное проведение прививок и профилактику «школьных заболеваний». Как видите, существуют различные мнения ученых по данному вопросу. Стоит заметить, что, к сожалению, здоровый образ жизни не занимает пока одно из основных мест среди ценностей человека в нашей стране.

Родоначальником введения понятия «здоровьесберегающие образовательные» технологии в практику образования является Н. К. Смирнов, который утверждает, здоровьесберегающую технологию можно рассматривать как «сертификат безопасности для здоровья» и как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые дополняют традиционные технологии задачами здоровьесбережения.

Здоровьесберегающие технологии — это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. Целью здоровьесберегающих технологий является обеспечение ребенку возможности сохранения здоровья, формирование у него необходимых знаний, умений, навыков по здоровому образу жизни. [1, С.27]

Выбор здоровьесберегающих педагогических технологий зависит от типа дошкольного учреждения, от продолжительности пребывания в нем детей, от программы, по которой работают педагоги, конкретных условий ДОО, профессиональной компетентности педагога, а также показателей здоровья детей.

Выделяют (применительно к дошкольному образованию) следующую классификацию здоровьесберегающих технологий:

- медико-профилактические (обеспечивающие сохранение и приумножение здоровья детей под руководством медицинского персонала в соответствии с медицинскими требованиями и нормами, с использованием медицинских средств);
- физкультурно-оздоровительные (направленные на физическое развитие и укрепление здоровья ребенка — технологии развития физических качеств, закаливания, дыхательной гимнастики и др.);
- образовательные (воспитания культуры здоровья дошкольников, личностно-ориентированного воспитания и обучения);
- обеспечения социально-психологического благополучия ребенка (обеспечивающие психическое и социальное здоровье ребенка и направленные на обеспечение эмоциональной комфортности и позитивного психологического самочувствия ребенка в процессе общения со сверстниками и взрослыми в детском саду и семье);

- здоровьесбережения и здоровьеобогащения педагогов (направленные на развитие культуры здоровья педагогов, в том числе культуры профессионального здоровья, на развитие потребности к здоровому образу жизни;
- сохранения и стимулирования здоровья (технология использования подвижных и спортивных игр, гимнастика (для глаз, дыхательная и др.), стретчинг, ритмопластика, динамические паузы, релаксация);
- обучения здоровому образу жизни (технологии использования физкультурных занятий, коммуникативные игры, система занятий из серии «Уроки здоровья», проблемно-игровые (игротренинги, игротерапия), самомассаж);
- коррекционные (арт-терапия, технология музыкального воздействия, сказкотерапия, психогимнастики и др.)

Таким образом, здоровьесберегающие технологии – это целостная система воспитательно-оздоровительных, коррекционных и профилактических мероприятий, которые осуществляются в процессе взаимодействия ребенка и педагога, ребенка и родителя, ребенка и доктора. Эффективность позитивного воздействия на здоровье детей различных оздоровительных мероприятий, составляющих здоровьесберегающую технологию, определяется не столько качеством каждого из этих приемов и методов, сколько их грамотной встроенностью в общую систему, направленную на благо здоровья детей и педагогов[1, С.22].

А анализ работ отечественных и зарубежных ученых позволяет сделать следующие выводы:

- проблема здоровья является актуальной на протяжении развития человеческого общества;
- цель образования состоит в подготовке не только грамотного и всесторонне развитого человека, но и здорового гражданина своей страны;
- идеи отечественных и зарубежных ученых об укреплении и сохранении здоровья могут служить педагогическим наследием для развития культуры и образованности каждого человека, а особенно, педагога, так как он обязан заботиться о здоровье своих воспитанников.

Мы, педагоги, единодушны во мнении с великим отечественным педагогом В.А. Сухомлинским: «Забота о здоровье – важнейший труд воспитателя».

#### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Ахутина Т. В. Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход // Школа здоровья. – 2000. – Т. 7. – № 2. – С. 21–28.
2. Кучма В. Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. – М.: Научный центр здоровья детей РАМН, 2008. – 216 с.
3. Моисеева Л. В. Экологическая психология: здоровье личности // Актуальные проблемы педагогической психологии в условиях модернизации российского образования: материалы конференции БГПУ, 2014.
4. Назаренко Л. Д. Оздоровительные основы физических упражнений. – М.: Владос-пресс, 2002. - 239 с.
5. Новолодская Е. Г., Моисеева, Л. В. Развитие здравотворческих идей в системе

образования и просвещения России XVIII века // Педагогическое образование в России. - 2013. - № 5.- С. 7–15.

6. Педагогика и психология здоровья / под ред. Н. К. Смирнова. – М.: АПК и ПРО, 2003.

7. Шенделева С.В. Здоровье и здоровый образ жизни как культурологическая ценность в истории педагогики // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2007. – №5. – С. 2–4.

8. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. М.: Центр педагогического образования.2014.- 15с.