

УДК 371.72–053.4

Иовва О.А.**ВОСПИТАНИЕ
БЕРЕЖНОГО ОТНОШЕНИЯ
К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ
У ДЕТЕЙ САНАТОРНЫХ
ГРУПП ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ**

Ключевые слова: здоровье, санаторная группа, бережное отношение к своему здоровью.

В настоящее время здоровье человека выступает главной основой его жизнедеятельности, а здоровье нации рассматривается как стратегический потенциал, как фактор национальной безопасности, стабильности и благополучия общества. В науке сложилось множество подходов к пониманию феномена здоровья: функционально-биологический, адаптивный, социально-биологический, ценностный (Г.А. Вишнева, Р.И. Гималетдинова, В.Е. Давыдович, Е.Н. Кудрявцева, В.П. Петленко, В.Ф. Сержантов, В.Т. Фадеев, Л.П. Чисталев, А.Г. Щедрина, Г.А. Югай и др.). Педагогическая наука рассматривает здоровье человека как социально-педагогическую категорию (И.И. Брехман, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, В.П. Петленко, Н.М. Полетаева и др.), как непреходящую ценность и интегральную характеристику целостности личности, имеющую медико-психологический и социально-педагогический аспекты [1].

На современном этапе развития общества медицина и педагогика пытаются совместно решать проблему сохранения здоровья детского населения (В.Ф. Базарный, А.С. Батуев, И.И. Брехман, А.И. Захаров, Д.Н. Исаев, Е.В. Руденский, Л.Г. Татарникова и др.). Воспитание детей и молодежи в Приднестровской Молдавской Республике реализуется в сложных экономических и политических условиях, в силу которых существенно изменились факторы, влияющие на функционирование учреждений просвещения, средств массовой информации, детских и молодежных общественных объединений, религиозных организаций, социокультурную жизнь подрастающего поколения. Решение данного кризиса педагоги и ученые Приднестровья видят в воспитании здорового поколения, результатом которого является бережное отношение

к собственному здоровью, здоровью близких людей, сохранное взаимодействие с окружающим миром как средство сбережения здоровья. Согласно Концепции воспитания детей и молодежи в Приднестровской Молдавской Республике одной из задач, стоящих перед государством, является физическое воспитание: утверждение здорового образа жизни как неотъемлемого элемента общей культуры личности; полноценное физическое развитие, укрепление здоровья, формирование физических способностей, воспитание гармонии тела и духа, человека и природы; привитие негативного отношения к вредным привычкам [5].

Одна из основных особенностей развития системы дошкольного образования в стране заключается в появлении разных типов и видов оздоровительных дошкольных образовательных учреждений. Приказом Госкомобразования СССР, Минздрава СССР, Госкомтруда «Об утверждении Положения о санаторном детском дошкольном учреждении (группе) для ослабленных и часто болеющих детей и Типовых штатов санаторных детских дошкольных учреждений для ослабленных и часто болеющих детей» определена цель данного образовательного учреждения, которая состоит в проведении лечебно-оздоровительных мероприятий, направленных на укрепление здоровья и снижение заболеваемости детей, воспитывающихся в детских дошкольных учреждениях общего назначения. Наряду с лечебно-оздоровительными мероприятиями санаторное дошкольное учреждение (группа) проводит воспитательно-образовательную работу с детьми в соответствии со скорректированной программой воспитания и обучения в детском саду. В санаторные группы дошкольных образовательных учреждений в основном направляются

длительно и часто болеющие дети. Часто болеющие дети, по определению А.А. Баранова и В.Ю. Альбицкого, это те дети, которые болеют острыми респираторными инфекциями более 4 (в возрасте до одного года и после пяти лет), 5 (в четыре-пять лет) или 6 (в возрасте от одного до трех лет) раз в год [2].

Анализ психолого-педагогических исследований показал, что к санаторной группе относят детей, подверженных частым респираторным инфекциям. При этом часто болеющие дети – это не нозологическая форма и не диагноз, а группа диспансерного наблюдения, включающая детей с частыми острыми респираторными инфекциями, которые возникают из-за транзиторных, корригируемых отклонений в защитных системах организма, и не имеющих стойких органических нарушений (А.Л. Заплатников, Е.А. Кантимирова, С.О. Ключников, Н.А. Коровина и др.).

Одним из путей решения проблемы воспитания здорового ребенка в санаторных группах дошкольного образовательного учреждения, по нашему мнению, является воспитание бережного отношения к своему здоровью. Актуальность воспитания бережного отношения к своему здоровью обусловлена спецификой современной ситуации, которая характеризуется тенденцией увеличения количества детей, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Отношение к здоровью рассматривается как один из компонентов системы ценностей личности, комплекс мотивов, связывающих личность с обществом, культурой, как сложившуюся на основе имеющихся у индивида знаний оценку собственного здоровья, осознание его значимости, а также действия, направленные на изменение своего состояния здоровья. Современная система образования ориентирована на работу по развитию представлений о здоровье (часто

сводимых к знаниям), а также работу по формированию стратегий и технологий в области здоровья (в лучшем случае сводимых к умениям и навыкам), а вот развитию «нужного» обществу отношения к здоровью внимания практически не уделяется. Вместе с тем приобретаемые знания, представления, умения и навыки не способны на длительное время изменить поведение человека в области здоровья, если они не подкреплены соответствующим отношением [3].

На наш взгляд, предпочтительным является применение термина «бережное отношение к своему здоровью», поскольку именно такое отношение одновременно является осознанным и ответственным, подразумевает внутреннюю детерминацию поведения, а поэтому способствует длительным, позитивным его изменениям. Отношение к собственному здоровью может быть определено как система индивидуальных, избирательных связей личности с различными явлениями окружающей действительности, способствующими или, наоборот, угрожающими здоровью людей, включающая также определенную оценку индивидом своего психического состояния (В.М. Кабаева).

Анализ теории и практики состояния изучаемой проблемы позволяет выделить ряд противоречий:

- между социальным заказом общества на воспитание у подрастающего поколения ценностей здоровья и недостаточной теоретико-методологической разработанностью данной проблемы в теории и практике дошкольного образования;
- между необходимостью воспитания у детей бережного отношения к своему здоровью в санаторных группах дошкольных образовательных учреждений и уровнем компетентности специалистов в решении этого вопроса;
- между возрастающим количеством детей в санаторных группах, нуждающихся не только в лечении, но и в воспитании бережного отношения к своему здоровью, и фактическим отсутствием технологий активного включения ребенка в процесс сохранения своего здоровья.

Эти противоречия определяют научное направление и проблему нашего исследования, состоящие в изучении педагогических условий воспитания здорового ребенка в дошкольном образовательном учреждении.

В исследовании уточнено понятие «бережное отношение к своему здоровью», которое определяется как осознанное, ценностное представление ребенка об образе здорового человека, о способах сохранения здоровья, проявляющееся в интересе, сопереживании, сочувствии, заботе о своем состоянии и состоянии здоровья близких людей, отношение к себе не как к больному, а как к здоровому человеку. Бережное отношение к своему здоровью возникает на основе усвоения представлений о здоровье как главной ценности в жизни человека, способов проявления отношения к собственному здоровью и опыта сохранения здоровья. Отношение к здоровью может быть определено тремя характеристиками – бережное, адаптивное и небрежное.

Бережное отношение к своему здоровью проявляется в четких представлениях о значении здоровья в жизни человека, о взаимосвязях состояния здоровья и состояния природы, элементарных правилах, сохраняющих здоровье, о характеристиках состояния здоровья другого человека, о способах оказания ему помощи; в проявлении бережного, сохранного отношения к себе, к другим людям и природе, бережного отношения к процессу сохранения здоровья, чувстве сопереживания и

сочувствия к состоянию людей и мира природы; в заботе о здоровье близких людей и стремлении сохранить себя и мир природы; в оказании помощи близким в сохранении их здоровья, накоплении и использовании элементарных способов познания себя, своего организма, установлении сохранного взаимодействия с окружающим миром, регулировании своего поведения элементарными правилами, направленными на сохранение своего здоровья.

Адаптивное отношение к своему здоровью предполагает нечеткие представления о значении здоровья в жизни человека, знание элементарных правил, которые обеспечивают здоровое состояние организма, установление взаимосвязи между состоянием своего организма и состоянием природы; определение характеристик состояния здоровья другого человека, но незнание способов оказания ему помощи; проявление отношения к здоровью в конкретных ситуациях неблагоприятного состояния своего организма и близких людей; выполнение элементарных правил, направленных на сохранение своего здоровья.

Небрежное отношение к своему здоровью предполагает игнорирование интереса к состоянию своего здоровья, отсутствие представлений о роли природы в сохранении здоровья, о способах сохранного взаимодействия с природой, неумение устанавливать взаимодействие с окружающим миром; отсутствие знаний о правилах, которые обеспечивают здоровое состояние своего организма, и признаках состояния здоровья другого человека; неадекватное установление и выражение отношения к состоянию своего организма и других людей; отсутствие чувства сопереживания и сочувствия к состоянию здоровья других людей, к миру природы; применение спосо-

бов помощи сохранения собственного здоровья и здоровья близких людей только с помощью взрослого.

Содержание процесса воспитания бережного отношения к своему здоровью у детей санаторных групп представлено программой «Здоровейка». Педагогически переработанная информация о бережном отношении к своему здоровью явилась основой разработанной нами программы, которая содержит разделы: «Страна волшебная – здоровье», «Природа – моя жизнь и здоровье», «Здоровье моих близких – мое здоровье». В разделе «Страна волшебная – здоровье» педагоги обеспечивают условия для развития у детей представлений о здоровье как о ценности жизни, рассказывают детям о признаках болезни, читают и рассказывают о том, что мешает человеку быть здоровым, о способах регулирования собственного состояния здоровья. В разделе «Природа – моя жизнь и здоровье» педагоги знакомят детей с природоохранной деятельностью человека: в доступной для детей форме, привлекая иллюстративный материал, рассказывают о правилах поведения в природе. Создаются условия для формирования у детей элементарных представлений о чистом воздухе, чистых реках, озерах, морях, лесах как богатстве страны, всех людей и о том, что от степени их сбережения зависит наше здоровье. Раздел «Здоровье моих близких – мое здоровье» раскрывает у детей представления о понимании и определении сопереживания и сочувствия к близким, родственникам; о мире природы (животных, растениях); о нравственном поведении в природе как мотиве укрепления собственного здоровья.

Приведем пример содержания раздела, связанного с формированием представлений о здоровье как ценности жизни человека. Детей знакомят с тем, что здоровый человек – бодрый,

активный, веселый, красивый, счастливый. Дети осваивают представления о признаках нездорового состояния организма (высокая температура, озноб, болит горло, ухо, нос и др., насморк, нет аппетита и т.д.) и окружающего мира (у мамы болит рука, сломанное дерево, засохший цветок, нахохлившийся попугай, отказывающееся от еды животное, скулит собака и др.). Быть здоровым – значит, нельзя употреблять холодную, загрязненную воду, есть немытые овощи и фрукты и др. Здоровье можно сохранить, если активно отдыхать (игры на воздухе, пешеходные прогулки, купание в водоемах, катание на коньках, лыжах, велосипеде); закаливать свой организм (воздухом, водой, солнцем, песком и др.); выполнять простые гигиенические правила (ухаживать за своим телом, мыть руки перед едой, чистить зубы и др.); использовать разнообразные упражнения для развития и поддержания тела, организма (дыхательные упражнения, упражнения на расслабление, танцевальные движения и др.). Бережное отношение к своему здоровью проявляется в правильном питании. Дети осваивают способы приготовления: томили, пекли, овощи и фрукты мочили, солили, квасили; особенности приготовления блюд – готовили на овощном отваре и др.; особенности рациона – каши из зерна грубого помола, из овощей: тыква, репа, бобовые, пироги с овощами, рыбой, рыба запеченная, травяные настои, чаи. Они приобретают представления о значимости режима дня для сохранения здоровья (индивидуальный ритм жизни, распределение во времени видов деятельности, выбор видов деятельности в зависимости от своего состояния, чередование нагрузок и отдыха и др.). Дети познают способы сохранения здоровья: вы-

полнение утренней зарядки, пеших прогулок, обливания водой, бега босиком, различных движений, подвижные игры и др.; способы бережного отношения к здоровью близкого человека, миру природы (не шуметь, когда мама отдыхает, интересоваться ее самочувствием, не ломать деревья, не обижать животных и др.); способы оказания помощи себе и близким (умение приготовить себе чай из малины, одеться согласно погодным условиям, приготовить близким отвар из шиповника, померить температуру и др.).

Говоря о воспитании бережного отношения к собственному здоровью, ребенка учат способствовать формированию положительного эмоционально-ценностного отношения к состоянию своего организма, других людей, состоянию природы; выражать положительные эмоции к своему состоянию (радоваться чистому вымытому телу, чистым зубам, рукам и др.) и состоянию окружающего мира (радоваться за близких людей, которые выздоровели, солнышку, которое греет руки, чистой воде, зеленой травке и др.); распознавать отрицательные эмоции по отношению к своему болезненному состоянию: плачь (человека, природы), грусть, недомогание, неактивность; заботиться о больных близких людях (попытка помочь, совет, уход) и окружающем мире (помочь больной собачке, полить цветок, покормить птицу и др.); устанавливать взаимосвязи и взаимозависимости между состоянием природы, окружающего мира и состоянием организма.

У детей формируются способы проявления бережного отношения к своему здоровью (положительно относиться и принимать активное участие во всех оздоровительных и лечебных мероприятиях; заботиться о своем теле и организме, соблюдать режим дня; использовать народные способы оздоров-

ления и др.) и окружающей среде (не мусорить, не ломать, не загрязнять, не обижать и др.). Дети усваивают правила социальных отношений, влияющих на состояние своего здоровья и здоровья окружающего мира (прикрывать рот рукой при кашле, не мусорить, не вступать в разговоры с незнакомыми и подозрительными людьми, не принимать от незнакомых людей продукты питания и игрушки; заботиться о бездомных кошках и собаках и др.).

Развивающая, игровая технология воспитания бережного отношения к своему здоровью у детей санаторных групп дошкольного образовательного учреждения в нашем исследовании реализовывалась посредством специально организованных видов деятельности: диалоговой, игровой и оздоровительной. Данные технологии обеспечивали ребенку активность и самостоятельность в способах проявления бережного отношения к своему здоровью.

В результате проведенной опытно-экспериментальной работы установлено, что эффективность процесса воспитания у детей дошкольного возраста бережного отношения к своему здоровью в санаторных группах дошкольного образовательного учреждения обеспечивается рядом педагогических условий:

- определены научно-методические положения, на которых разработано содержание процесса воспитания у детей бережного отношения к своему здоровью;
- педагогическая диагностика направлена на изучение основных критериев и показателей бережного отношения к своему здоровью у детей санаторных групп дошкольного образовательного учреждения;
- содержание нравственного, экологического и физического воспитания интегрируется на основе ценностей здоровья;
- процесс воспитания рассматривается как активное взаимодействие всех субъектов, направленное на сохранение здоровья, включение ребенка в здоровьесберегающую деятельность, процесс бережного отношения к собственному здоровью и здоровью близких;
- технология воспитания бережного отношения к своему здоровью у детей санаторных групп дошкольного образовательного учреждения строится на основе следующих принципов: аксиологического, определяющего ценность здоровья основополагающей в воспитательном процессе, деятельностного, предполагающего обеспечение условий усвоения индивидуумом опыта сохранения своего здоровья; диалогичности, обуславливающего взаимодействие взрослого и ребенка, направленное на сохранение здоровья;
- создана нравственно-эколого-оздоровительная среда санаторных групп дошкольных образовательных учреждений, обуславливающая воспитание здорового ребенка на основе активного включения в деятельность по сохранению своего здоровья.

Литература

1. Айзман Р.И. Здоровье населения России: медико-социальные и психолого-педагогические аспекты его формирования. Новосибирск, 2006.
2. Альбицкий В.Ю., Баранов А.А. Часто болеющие дети. Клинико-социальные аспекты. Пути оздоровления. Саратов, 1986.
3. Журавлева И.В. Отношение к здоровью как критерий социальной стратификации // Трансформация социальной структуры и стратификация российского общества. М.: ИС РАН, 1998.
4. Кабаева В.М. Формирование осознанного отношения к собственному здоровью у подростков: автореф. дис. ... канд. психол. наук. М.: Академия повышения квалификации и переподготовки работников образования Министерства образования РФ, 2002.
5. Концепция воспитания детей и молодежи в Приднестровской Молдавской республике от 31.05.2001 / Министерство просвещения ПМР.