

ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ В ТЕОРИИ ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Шебеко В.Н., Осокина Т.А.

Здоровье ребёнка - одна из наиболее сложных комплексных проблем современной науки, которую по праву следует отнести к одной из самых главных среди существующих наук, ибо здоровье нового поколения определяет состояние общества и государства в целом. Следует отметить, что на протяжении всего советского периода изучение этой проблемы шло в основном по двум направлениям. Первое выражалось в систематическом наблюдении за детьми в процессе всего периода их роста, что позволяло изучить общий ход физического и общего развития детей, уточнить возрастные особенности и определить влияние средовых факторов на их здоровье. Второе направление заключалось в расширенном изучении общеклинических и других показателей, позволяющих оценить функциональное состояние организма с учётом факторов окружающей и социальной среды, а также в учебной деятельности [1]. В современный период существует несколько истолкований понятия здоровья.

И.И. Брехман определяет здоровье, как способность человека сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации [4].

В.П. Петленко предлагает понимать понятие «здоровье» как состояние равновесия, баланса между адаптационными возможностями человека и постоянно меняющимися условиями среды [5].

Ю.Ф. Змановский рассматривает понятие «здоровье» как соответствие основных физиологических функций данному возрастному периоду. Это определение можно сформулировать иначе: здоровье – соответствие паспортного возраста ребёнка его биологическому возрасту. Следовательно,

задержка в росте или в развитии детей может рассматриваться как снижения уровня здоровья ребенка [6].

Как видим, в исследованиях авторов уровень здоровья человека зависит от многих факторов: наследственных, социально-экономических, экологических, деятельности системы здравоохранения. Однако первостепенная роль в сохранении и формировании здоровья все же принадлежит самому человеку, его образу жизни, его ценностям, установкам, степени гармонизации его внутреннего мира и отношений с окружением. Именно поэтому, согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье - это состояние полного физического, душевного и социального благополучия людей, а не только отсутствие у них болезней и физических дефектов.

Как целостная характеристика человека здоровье базируется на интеграции разных его компонентов:

1. Физический компонент здоровья – состояние жизнедеятельности организма человека, позволяющее адаптироваться к условиям окружающей среды и проявляющееся в определенных признаках (отсутствие болезней, нормальный сон и аппетит, работоспособность, энергичность, выносливость, здоровая внешность и др).

2. Психический компонент здоровья – состояние душевного благополучия, адекватное условиям социальной действительности.

3. Социальный компонент здоровья – состояние благополучия, удовлетворенности социальными отношениями, адекватное восприятие социальной действительности, принятие и выполнение социальных норм общества.

4. Личностный компонент здоровья – наличие психологических качеств, характерных для полноценного гармонично развитой, стремящийся к всестороннему самосовершенствованию личности.

5. Нравственный компонент здоровья – проявление ценностного совестливого отношения к другим людям [2].

Выделение различных компонентов здоровья важно в практическом плане, это позволяет оказывать комплексное воздействие на его формирование. Ведущими признаками здоровья выступают: устойчивость к действию повреждающих факторов; антропометрические, физиометрические и функциональные показатели в пределах среднестатистической нормы; резервные возможности организма; отсутствие каких-либо дефектов развития; высокий уровень морально-волевых и ценностно-мотивационных установок. Одним из важнейших признаков здоровья является физическое развитие ребенка. За последние 20 лет отмечается рост количества функциональных отклонений у одного ребенка с возрастом: в 4-летнем возрасте преобладающее большинство детей имеет 1-3 отклонения со стороны различных функциональных систем (сердечно-сосудистой, желудочно-кишечной, нервной и др.); к 6 годам их число почти у 50% детей возрастает до 4-5 [3].

В исследованиях ученых понятие «здоровье» неотделимо от понятия «образ жизни», который определяется как устойчивый, сложившийся в определенных общественно-экономических условиях способ жизнедеятельности людей, проявляющийся в их труде, досуге, удовлетворении материальных и духовных потребностей, нормах общения и поведения [1, 2, 4]. Образ жизни предопределяет механизмы адаптации организма человека к условиям окружающей среды, гармоничное взаимодействие всех органов и систем органов, способствующее полноценному выполнению им социальных функций и достижению продолжительной жизни. Учеными выделены пути формирования здорового образа жизни человека: положительные эмоции; рациональное питание; оптимальный двигательный режим; оптимальный режим труда и отдыха; закаливание организма; двигательная активность; нормальная масса тела; отказ от вредных пристрастий; соблюдение правил личной и общественной гигиены. В настоящее время проблемой формирования здоровья, здорового образа жизни людей занимаются ученые из различных областей знаний: медицины (Ю.П. Лисицын, Р.Г. Жбанков), психологии (Г.С.

Никифоров) и педагогики (В.Г. Алямовская, Г.К. Зайцев и др.). Интерес исследователей к поставленной проблеме не случаен. Направленность личности на здоровый образ жизни - процесс довольно сложный и противоречивый, на него влияют особенности развития государства и общественное мнение, экологическая обстановка, технология воспитательно-образовательного процесса, личность педагога, а также состояние и ориентация семейного воспитания.

Учеными разработана структура культуры здоровья как части общей культуры человека [4]. Она включает ряд компонентов: ценностно-ориентационный (первичное осознание здоровья как ценности), деятельностный (активность в здоровьесозидающей жизнедеятельности, соответствующая возрастным характеристикам людей), витальный (реальное состояние здоровья человека).

Согласно исследованиям специалистов, 75% болезней взрослых «заложены» в детстве. Если двадцать пять лет назад рождались 20-25% ослабленных детей, то сейчас число «физиологических незрелых» новорожденных утроилось. Каждый четвертый ребенок дошкольного возраста болеет в течение года более четырех раз [3]. По мнению Т.Н. Шестаковой, Т.Ю. Логиновой [7], одной из причин неблагополучия в состоянии здоровья детей является недооценка культуры воспитания в формировании физического и духовного здоровья личности, а также недостаток внимания ближайшего социального окружения, которое составляют родители и другие члены семьи, педагоги учреждений дошкольного образования.

Сказанное позволяет утверждать, что здоровье во многом зависит от самого человека, от образа жизни, который он ведет, а также от социального окружения. Понятие образа жизни позволяет выявить ценностные ориентации людей, причины их поведения, стиля жизнедеятельности, обусловленные укладом и уровнем жизни. Образ жизни относится к факторам, непосредственно влияющим на здоровье подрастающего поколения.

Литература

1. Абульханова К.А., Бодалев А.А., Деркач А.А., Кузьмина Н.В., Лаптев Л.Г. Акмеология вчера, сегодня, завтра // Практическая психология и психоанализ. 1997. - № 1. - С. 12-27.
2. Алямовская, В. Г. Как воспитывать здорового ребенка / В. Г. Алямовская. – М.: Просвящение, 2003. – 243 с.
3. Богина, Т. Л. Охрана здоровья детей в дошкольных учреждениях: метод. пособие / Т. Л. Богина. – М.: Мозаика-Синтез, 2005.
4. Брехман И. И. Валеология — наука о здоровье / И. И. Брехман — 2-е изд., доп., перераб. — М.: Физкультура и спорт, 1990. — 208 с
5. В.П. Петленко. Основы валеологии / В. П. Петленко - 1998.- 433 с.
6. Змановский, Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми / Ю. Ф. Змановский. - М.: Медицина, 1989. - 128 с.
7. Шестакова Т.Н., Логвина Т.Ю. Оздоровительная и лечебная физическая культура для дошкольников. - Минск: Полымя, 2000.- 197 с.