

ВОСПИТАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СЕМЬЕ И В ШКОЛЕ

С.В. Корженевич¹, Е.А. Корженевич²

¹Пинский колледж УО «Брестский государственный университет имени А.А. Пушкина», kate250884@mail.ru

²ГУО «Средняя школа № 16 г. Пинска», kate250884@mail.ru

В условиях социально–экономических преобразований в Республике Беларусь обостряется противоречие между растущей потребностью общества в активных, здоровых людях и значительно ухудшающимся здоровьем детей.

В уставе Всемирной организации здравоохранения указано, что здоровье – это «Состояние полного физического, духовного, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов».

Каждый человек заинтересован в своем благополучии и счастье, которые непосредственно связаны с постоянным сохранением и укреплением своего здоровья, соблюдением правил здорового образа жизни.

Здоровье – важнейший фактор работоспособности и развития организма человека, особенно ребенка. Немецкий философ Артур Шопенгауэр писал: «Девять десятых нашего счастья основано на здоровье. При нем все становится источником наслаждения, тогда как без него решительно никакие внешние блага не могут доставить удовольствия, даже субъективные блага: качество ума, души, темперамента при болезненном состоянии ослабевают и замирают. Отнюдь не лишено основания, что мы прежде спрашиваем друг друга о здоровье и желаем его друг другу: оно поистине главное условие человеческого счастья» [1, с. 10].

К сожалению, в настоящее время в Республике Беларусь в просветительской и практической работе наблюдаются негативные тенденции состояния физического, психического, духовного и нравственного здоровья. И в связи с этим возникает необходимость совершенствовать эту деятельность, как в школе, так и в семье. Значимую роль при этом будет иметь сформированность глубоких, прочных знаний о здоровом образе жизни и здоровье вообще у учащихся, их родителей, учителей. В ряду основных гуманистических категорий в педагогике по праву как ключевой термин сегодня выделяется – здоровый образ жизни.

Проблема имеет и социально–политическую значимость. Исследования ученых в нашей стране и за рубежом свидетельствуют о том, что на сегодняшний день в условиях демократии молодые люди вполне могут выбрать тот образ жизни, который они предпочитают. Главное, чтобы он был выбран правильно и не противоречил правилам и нормам нравственности, максимально содействовал их физическому и духовному развитию и самосовершенствованию, помогал бы каждому ребенку стать полноценным гражданином своей страны. Несмотря на то, что забота о подрастающем поколении является одной из главных задач, нынешнее состояние здоровья и уровень заболеваемости детей, прямо скажем, далеки от совершенства.

Результаты массовых обследований и анализ обращаемости заболевших школьников к врачам, позволяет определить наиболее распространенные среди детей болезни. На первом месте стоят простудные заболевания: это ОРВИ, хронические тонзиллиты, бронхиты, трахеиты, пневмонии. На втором месте стоят инфекционные болезни. Среди них более распространен грипп. На третьем месте заболевания органов пищеварения. На четвертом – травмы.

За последние 10 лет увеличилось количество заболеваний аллергией почти в 2 раза. Очень много детей с избыточным весом, нарушением осанки, неврозами, нарушениями зрения и многими другими заболеваниями.

Причинами таких явлений явились различные факторы.

1. Акселерация (ускорение роста и развития детей и подростков), которая наблюдаются сейчас во всем мире. Она обуславливает дисгармонию в формировании отдельных органов и их функциональных возможностей. С годами она исчезает.

2. На состояние здоровья и физическое развитие оказывают влияние природные и климатические факторы: солнечная радиация, состав питьевой воды, температура воздуха, влажность.

3. Влияют на здоровье социально-гигиенические факторы: чистота воды, воздуха, почвы (в зависимости от степени загрязнения отходами промышленного производства), наполняемость школ, сменность занятий, семейные условия жизни и воспитания (национальные особенности, материальные возможности, культурный уровень родителей, психологический климат семьи).

4. Биологические факторы: наследственность, состояние здоровья матери во время беременности, родовые травмы.

5. Многое зависит от уровня медицинского обслуживания, насколько правильно и вовремя поставили диагноз, как назначено лечение.

6. Огромное значение имеет оздоровительная работа (прогулки, бег, турпоходы, обучение плаванию, конькам, лыжам) [2, с. 119].

Ответственность за это лежит на семье, а в первую очередь, на родителях. Семья как общность людей, связанных отношением супружества, родительства и родства, как основная ячейка нашего общества выполняет важнейшие социальные функции, играет особую роль в жизни человека, его защите, формировании личности, удовлетворении духовных потребностей, обеспечении социализации. Здоровая семья имеет консолидирующее значение, противостоит социальному противоборству и напряженности. Она является «институтом экологии личности, экологии души человека». Она несёт ответственность за ведение детьми здорового образа жизни, а это на 90 % – личный пример.

Анализ статистических данных и опросов молодых людей о значении ценности создания счастливой семьи в Республике Беларусь свидетельствует о том, что за последние годы она не имеет прежней значимости. Современная семья в настоящее время сталкивается со сложнейшими проблемами. Это обусловлено увеличением числа малообеспеченных семей, миграций, ухудшением состояния здоровья населения, увеличением роста неполных семей. Фактом сегодняшней жизни стало насилие в семье, увеличение числа неблагополучных семей с аморальным микроклиматом и негативным воздействием на развитие ребенка. Для них характерны постоянная конфликтность, антипедагогическое отношение к детям, отсутствие общей культуры, нервозность в отношениях друг к другу. Это позволяет сделать общий вывод о том, что образец человека способного создать благополучную семью и стать хорошим семьянином резко теряет свою привлекательность. Падает значимость самой ценности счастливой семейной жизни. Среди молодых растет число тех, кто не считает для себя необходимым при создании семьи оформление своих брачных отношений. А это значит, что уровень здоровья общества и его важной составляющей – репродуктивного здоровья – за последнее время постоянно снижается. Ответственное отношение родителей за воспитание и развитие детей, за состояние их здоровья характеризует уровень репродуктивного здоровья человека, общества. Семья ответственна за воспитание и развитие у ребенка физических, духовных и нравственных качеств. Насколько это удастся семье, показывает статистика: по данным Минздрава РБ только 14 % детей школьного возраста практически здоровы. 50 % имеют функциональные отклонения, 35 % – хронически больны теми или иными заболеваниями [3, с. 59].

Современная демографическая ситуация в мире требует выработки принципов отношения к динамике народонаселения. Демографическая безопасность все больше становится глобальной проблемой, и в условиях экономического кризиса, падения рождаемости и высокого уровня общей смертности населения, проблемы охраны репродуктивного здоровья ведение здорового образа жизни приобретает особую значимость.

Таким образом, формирование здорового образа жизни в семье будет происходить успешно, если:

– будут разработаны и определены организационно-педагогические условия и механизмы внедрения здорового образа жизни в процессе развития комфортной семьи;

– родители готовы использовать национальные культурные традиции в целях воспитания у детей потребности в ведении здорового образа жизни;

– будет осуществляться согласованное взаимодействие семьи и образовательного учреждения, учитывающее современные тенденции развития необходимости ведения здорового образа жизни;

– в содержание, формы и методы подготовки молодежи к семейной жизни включается использование опыта формирования здорового образа жизни в комфортной семье.

Литература

1. Шопенгауэр, А., Философ германского эллинизма. / А. Шопенгауэр. – М. : ЗАО Центрполиграф, 2003. – 414 с.

2. Лебедева, Н.Т. Формирование здорового стиля жизни школьника / Н.Т. Лебедева. – Минск : Народная асвета, 1996. – 144 с.

3. Тарасова, Т.А. Я и мое здоровье / Т.А. Тарасова, Л.С. Власова. – М. : Школьная пресса, 2008. – 79 с.