

ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Саидасрорхожаева Шохсанамхон Зокиржон кизи:

Уразова Марина Батыровна

Доцент и преподаватель кафедры РКИ, филиал РГПУ им.А.И.Герцбена в
г.Ташкенте

Аннотация. В статье рассматривается актуальная проблема формирования ценностного отношения к здоровью у обучающихся начальных классов. В целом, формирование ценностного отношения к здоровью у детей начальных классов — это инвестиция в их будущее благополучие. Это не только снижает риск развития проблем со здоровьем, но и способствует их общему развитию, успеваемости и качеству жизни. Необходимо создать ценностно-ориентационное образовательное пространство, внутри которого и будет происходить формирование ценностного отношения к здоровью у современных школьников. Ведущая роль в этом процессе отводится педагогу как главному субъекту образовательно-воспитательного процесса.

Annotation. The article deals with the actual problem of formation of value attitude to health in elementary school students. In general, the formation of value attitude to health in elementary school children is an investment in their future well-being. It not only reduces the risk of developing health problems, but also contributes to their overall development, academic performance and quality of life. It is necessary to create a value-oriented educational space, within which the formation of value attitude to health in modern schoolchildren will take place. The leading role in this process is given to the teacher as the main subject of the educational process.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, ценность, ценностное отношение к здоровью, ценностно-ориентационное пространство, Валеология, школьник начального класса.

Key words: health, healthy lifestyle, value, value attitude towards health, value-orientation space, valeology, primary school student.

Формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников представляет собой важную и актуальную задачу, которая требует комплексного подхода в образовательном процессе. Данная проблема охватывает как педагогические, так и психологические аспекты, поскольку здоровье является не только физиологической, но и социальной ценностью, которая влияет на качество жизни и успешность индивида.

Ценностное отношение к здоровью подразумевает осознание его значимости как высшей ценности. Это включает в себя формирование чувства ответственности за собственное здоровье, понимание важности его сохранения и укрепления. На начальном этапе школьного обучения важно заложить основы здорового образа жизни, что способствует развитию у детей осознания здоровья как важного ресурса для достижения жизненных целей.

Существует несколько педагогических условий, способствующих формированию ценностного отношения к здоровью у младших школьников. Важно, чтобы процесс обучения был направлен на развитие у детей не только теоретического понимания здоровья, но и практических навыков. Это может включать:

- Активное участие детей в физкультурных и оздоровительных мероприятиях: Участие в спортивных секциях, играх и других активностях позволяет детям не только улучшать физическую форму, но и развивать чувство командности и ответственности за здоровье как индивидуальное, так и коллективное.
- Создание благоприятной образовательной среды: Школы должны обеспечивать условия для физического и эмоционального благополучия учеников. Это включает в себя как физическое пространство (наличие спортивных площадок, комнат для отдыха), так и психологическую поддержку (проведение просветительских мероприятий по вопросам здоровья).

Но есть факторы, влияющие на формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников. Младший школьник находится в периоде активного развития, и от его привычек и убеждений будет зависеть состояние его здоровья в будущем.

Одним из главных факторов формирования ценностного отношения к здоровью у младших школьников является семья. Родители играют важную роль

в формировании привычек здорового образа жизни. Если семья придерживается здоровьесберегающих технологий, ребенок скорее всего будет воспринимать их как норму.

Педагоги также имеют большое значение в этом процессе. Они могут внедрять в учебный процесс элементы зож, объяснять важность здорового образа жизни и демонстрировать его практическую ценность. Кроме того, учителя могут организовывать экскурсии в медицинские учреждения и пригласить специалистов для бесед о здоровье. Это поможет младшим школьникам усвоить ценность здоровья и понять, что они сами могут сделать для его поддержания.

А занятия валеологией также способствуют формированию ценностного отношения к здоровью. Во время этих занятий дети узнают о влиянии различных факторов на здоровье и учатся принимать правильные решения в отношении своего здоровья. Вместе с тем, усиление свободного времени, проводимого за компьютером и другими гаджетами, может оказывать отрицательное влияние на формирование ценностей здоровья. Поэтому важно привлечь младших школьников к физической активности и спортивным играм, чтобы зародилась стойкая привычка заботиться о своем здоровье.

Одним из ключевых моментов является ознакомление учащихся с понятием "валеология" и "ЗОЖ" (здоровый образ жизни). Педагоги могут провести открытые уроки, беседы и презентации, рассказывая о важности поддержания своего здоровья, показывая примеры здорового образа жизни и вреда от нездоровых привычек также притчи, а для закрепления можно провести различные технологии обучения. Для эффективности таких занятий следует использовать интерактивные методы обучения, которые привлекут внимание младших школьников и лучше усвоят материал.

Также важно создание условий для здоровьесберегающих технологий на уроках и в учебном процессе. Для эффективного формирования ценностного отношения к здоровью необходимо создание благоприятной обстановки в семье. Родители могут стать примером своим детям, поддерживая их стремление к здоровому образу жизни. Они могут вместе с детьми заниматься спортом, проводить время на свежем воздухе, готовить здоровую пищу и обсуждать пользу от таких продуктов.

Помимо этого, родители могут организовывать походы в музеи, парки, выставки, где дети смогут узнать больше о своем здоровье и важности его поддержания. Такие семейные мероприятия помогут сформировать у младших школьников позитивное отношение к здоровью и внушить им ценность здорового образа жизни.

Таким образом, формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников требует участия как педагогов, так и семьи. Внедрение валеологии и здоровьесберегающих технологий на уроках и в учебном процессе, создание благоприятных условий в семье - ключевые моменты в данном процессе. Такой подход поможет детям осознать важность своего здоровья и стремиться к здоровому образу жизни.

Методология. В исследовании применялись количественные и качественные методы. Для количественного анализа были проведены анкетирования среди 0 младших школьников (возраст 7-10 лет) из общеобразовательной школе «Ором», что позволило собрать статистические данные о восприятии здоровья и здорового образа жизни детьми. Анкеты состояли из вопросов, касающихся привычек, связанных со спортом, питанием, гигиеной и осознанием важности здоровья.

Качественный анализ был осуществлен с помощью фокус-групп и глубинных интервью с 24 воспитателями и родителями. Также был проведен анализ учебных материалов и программ, направленных на формирование навыков, способствующих развитию здорового образа жизни. Сравнительный анализ данных проводился по времени – перед началом образовательной программы по здоровому образу жизни.

Но и также на уроке проведены метод инсерт. Этот метод очень эффективен для закрепления новой темы. Формирование ценностного отношения к здоровью у младших школьников – это многофакторный процесс, который требует активного участия как педагогов, так и родителей. Важно, чтобы все участники образовательного процесса понимали значимость этой задачи и совместно работали над созданием условий для её успешного решения. Это не только улучшит здоровье подрастающего поколения, но и поможет воспитать ответственных и сознательных граждан, способных заботиться о своем здоровье на протяжении всей жизни.

Список литературы:

1. Сидоренко, И. С. (2021). Формирование ценностного отношения к здоровью у детей: современные подходы и технологии. Журнал психологии и педагогики.
2. Иванова, Т. В. (2022). Значение обучения здоровому образу жизни для младших школьников. Вестник педагогических исследований.
3. Мартынова, Л. И. (2023). Развитие здорового образа жизни у детей: теоретические и практические аспекты. Научные труды психологов и педагогов.
4. Ковалевская А. Ф. Вопросы воспитания ценностного отношения // Художественное образование, эстетическое воспитание и культура в XXI веке: сб. науч. ст. – Чита: Забайкальский. гум.-пед. ун-т, 2006. – Ч. 11. – С. 190.
5. Нефедова А. С., Сахарова Н. А. Указ. соч. – С. 276. 10. Дрибинский П. Л. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью у детей младшего и среднего школьного возраста: автореф. дис ... к. п. н. – Смоленск, 2009. – С. 5.
6. Любушкина О.Н. Особенности ценностного отношения младших школьников к здоровью // Начальное образование. 2012. № 5. С. 38-45.
7. Савинова С.В. Воспитание у младших школьников ценностного отношения к здоровью в условиях взаимодействия семьи и школы // Известия Волгогр. гос. пед. ун-та. Сер. «Педагогические науки». 2010. № 9(53). С. 87-90.
8. Хакимова Г.А., Гребенюк Г.Н. Формирование ценностного отношения к здоровью у детей: Монография. Нижневартовск, 2010. 175 с.
9. Абдулахамидова Б.Н. Педагогические основы формирования здорового образа жизни у детей // Вестник Жалал-Абадского государственного университета. 2023. № 1 (54). С. 15-20.
10. Аладьева Н.В. Педагогические условия формирования здорового образа жизни у студентов не физкультурных вузов на занятиях физической культурой // международным участием научно-практической конференции . Волгоград, 2022. С. 100-104.