

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ СРЕДА ШКОЛЫ СПОСОБСТВУЕТ УСПЕШНОЙ СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ УЧАЩИХСЯ

Егерова С.Ф., Габдрахманова Р.Г., КФУ

Современные условия социально-экономического развития способствовали возникновению ряда явлений, которые негативно отражаются на здоровье детей и подростков во всем мире. Здоровье детей и подростков формируется под воздействием комплекса факторов, важнейшими из которых являются биологические, экологические, социальные.

В последнее время родители, педагоги, психологи, медицинские работники школы очень встревожены ухудшением здоровья школьников. Как сохранить и укрепить здоровье школьников – одна из важнейших проблем, которую пытается решить общеобразовательная школа. Крепкое здоровье человека способствует успешной социализации личности. В учебных заведениях вводят оздоровительный режим, щадящие технологии обучения. Сегодня, по Федеральному государственному образовательному стандарту начального общего образования школа обязана сформировать у учащихся первоначальные представления о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического). Сформировать представления о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное). Дети должны знать, что здоровье – это залог успешной учебы и социализации. К концу обучения в начальной школе учащиеся должны овладеть умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.). Они должны владеть навыками систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данных мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателей развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Приобщение школьников к проблеме сохранения своего здоровья - это прежде всего процесс его социализации, воспитания. Именно школа сегодня должна и может стать важнейшим звеном этого процесса. Система образования реализует как первичную, так и вторичную социализацию и взаимодействует с личностью на микро— и макро— уровне одновременно.

Р.С.Немов определяет социализацию как: процесс усвоения и активного воспроизводства индивидом общественного опыта, в результате которого он становится личностью и приобретает необходимые для жизни среди людей знания, умения, навыки, т.е. способность общаться и взаимодействовать с ними в ходе решения тех или иных задач.

Жизнь и здоровье – это то главное, что подарила природа человеку, это должно стать главным предметом внимания для человека. Заботы о собственном здоровье, обо всем, что касается нашей жизни, безопасности мы называем благоразумием. Здоровый образ жизни способствует сохранению собственного здоровья.

По современным представлениям, в понятие здорового образа жизни входят следующие составляющие:

1) отказ от вредных пристрастий (курения, употребления алкогольных напитков и наркотических веществ);

- 1) оптимальный двигательный режим;
- 2) рациональное питание;
- 3) закаливание;
- 4) личная гигиена;
- 5) положительные эмоции.

Еще в 1968 году Всемирная Организация Здравоохранения дала следующее определение здоровью: «Здоровье – это свойство человека выполнять свои биосоциальные функции в изменяющейся среде, с перегрузками и без потерь, при условии отсутствия болезней и дефектов. Здоровье бывает физическим, психическим, нравственным.»

Академик Н.М.Амосов полагает, что здоровье организма определяется количеством его, которое можно оценить максимальной продолжительностью органов при сохранении качественных пределов их функций». В.П.Казначеев трактует здоровье как «процесс (динамическое состояние) сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций оптимальной трудоспособности, социальной активности при максимальной продолжительности жизни».

Здоровье школьников социально обусловлено и зависит от таких факторов, как окружающая среда, наследственность и здоровье родителей, условий жизни и воспитания в семье, в образовательном учреждении.

Если ученик во время учебной деятельности проявляет хорошие умственные способности, умеет преодолевать усталость, сохраняет свою наблюдательность, воображение, уравновешен, коммуникабелен, понимает юмор, сам умеет шутить, способен удивляться и восхищаться, можно предположить, что здоровье ученика в норме.

Здоровье является критерием адекватности длительной нагрузки и сохранение при этом активной деятельности. Рассматривая вопрос здоровья детей, можно условно их разделить на группы:

- относительно здоровые;
- слабое, неустойчивое здоровье;
- часто болеющие;
- хронически больные;
- с клиническими отклонениями.

В условиях школы сложно соблюдать все гигиенические нормы и требования физиологов и психологов. Но оптимизация учебного процесса поддерживает здоровье детей и смягчает стрессовость обучения.

Уместно вспомнить термин «здоровьесбережение», который получил широкое распространение в педагогической литературе и в повседневной жизни. Под этим обычно понимают систему мер, направленных на улучшение здоровья участников образовательного процесса.

Здоровьесберегающую социализацию личности учащегося определяют как целенаправленный процесс, который включает два блока установочный и деятельностный. Установочный блок содержит мероприятия направленные на формирование мотивации учащихся к здоровому образу жизни. Деятельностный содержит конкретные мероприятия по сохранению здоровья детей на данном этапе развития.

Ребенок от 6 до 17 лет посещает школу и находится в образовательной учреждении до 70 % своего активного времени. Следовательно, в стенах школы интенсивно формируются и развиваются все системы организма ребенка. Это обстоятельство накладывает на образовательное учреждение еще одну обязанность – создание здоровьесберегающей среды.

Здоровьесберегающая среда в образовательном учреждении – это гигиенически рациональные, соответствующие возрасту детей учебные нагрузки, занятия в условиях отвечающих требованиям санитарных правил. Соблюдение санитарных условий – условие минимального необходимого уровня безопасности образовательного процесса, образовательный фон его реализации.

Список литературы:

1. *Егерова С.Ф., Габдрахманова Р.Г. Уроки здоровья/С.Ф.Егерова, Р.Г.Габдрахманова.- Казань, 2007.- 69 с.[25]*
2. *Егерова С.Ф. Здоровьесберегающие технологии/С.Ф.Егерова.- Казань, 2009.- 75 с.[26, 54]*
3. *Габдрахманова Р.Г., Хузиахметов А.Н. Социализация личности школьника: проблемы, поиски, решения/Р.Г.Габдрахманова, А.Н.Хузиахметов.- Казань, 2011.- 273 с.[15]*
4. *Хузиахметов А.Н. Педагогические технологии. 1 том/А.Н.Хузиахметов.- Казань: Магариф, 2008.-367 с.[205]*