

ОСОБЕННОСТИ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СЕЛЬСКОЙ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

ЗЕМЦОВА Т.В., доктор, конференциар,

Бэлцкий государственный университет им. А. Руссо

Современный этап социокультурного развития общества характеризуется расцветом человеческих наук и особенно в области наук об индивидуальном здоровье.

Проблемы здоровья особенно актуальны для Молдовы в сельской местности, где наблюдается низкая культура отношения к своему здоровью, которое ухудшается не только у взрослых, но и у школьников.

Научные исследования свидетельствуют о том, что сложившаяся в предшествующие годы тенденция ухудшения состояния здоровья школьников приняла устойчивый характер; наблюдается неблагоприятная динамика основных показателей здоровья учащихся по мере их обучения в школе, учащение перехода острых заболеваний в рецидивирующие и хронические, увеличение удельного веса школьников с патологией взрослого периода, расцвет индивидуальности и смертности среди подростков. Поэтому необходимо найти способ введения валеологических знаний в школу, сделать эти занятия мировоззрением школьников.

В настоящее время интерес к индивидуальному здоровью человека огромен, что подтверждается большим количеством исследований ведущих ученых мира в различных областях наук.

В ситуации стремительных и непрогнозируемых инноваций, когда передача духовных ценностей, идей может осуществляться только в процессе духовного диалога, нельзя допустить появления неэффективных методов обучения, разрушительных для здоровья ребенка образовательных маршрутов. В связи с этим была сформулирована цель исследования: разработать и проверить на практике эффективность валеологической технологии, направленной на формирование валеологических знаний, умений соблюдать правила здорового образа жизни.

В центре внимания современного образования стоит проблема валеологизации школы: накопление не только знаний, но и душевного здоровья, которое влияет на здоровый образ жизни ребенка, живущего в единстве и гармонии с природой, близкой и понятной сельскому школьнику.

Существующие воспитательные системы сельских школ не отражают личностные особенности ребенка, его потребности, не имеют условий, обеспечивающих рождение инновационных технологий здорового образа жизни.

Наш творческий поиск по созданию технологии по организации валеологической деятельности детей был связан с формированием у детей валеологических знаний и созданием условий, расширением видов деятельности детей, которые бы формировали устойчивый интерес, желание вести устойчивый образ жизни.

Нами была разработана программа валеологической деятельности младших школьников в сельской местности.

Девиз программы «Я и мое здоровье» следующий; «В здоровом теле – здоровый дух».

Цель работы классного руководителя: использование педагогических технологий и методических приемов для демонстрации учащимся значимости физического и психического здоровья человека; воспитание понимания ведения здорового образа жизни и важности здоровья для будущего самоутверждения.

Приоритетные направления программы: I направление – Не впускаем болезнь в тело – закаляем тело и волю, делаем зарядку, соблюдаем режим дня и здоровье, правила рационального питания и роли витаминов в жизни ребенка; следим за чистотой тела и одежды; программы активной двигательной деятельности детей (подвижные игры, экскурсии, походы, спартакиады); II направление – Учимся видеть опасности в окружающем мире доса, в школе, в лесу, на озере, реке и т.д.); развивать навыки оказания первой помощи при укусах змей, комаров, клещей, ос и пчел; формировать навыки соблюдения чистоты и борьбы с микробами, которые переносят мухи и тараканы в жилищах человека; III направление – Учимся видеть опасности в доме (прививать навыки решения нестандартных ситуаций в доме); закреплять знания о правилах поведения в жаркие солнечные дни, о солнечном ударе и помощи людям при солнечном ожоге; о правилах поведения во время грозы; IV направление – Учимся народному целительству – изучение лекарственных трав, растений во время экскурсий, походов, сбор лекарственных трав в лесу, на лугу, поле; умение оказывать первую помощь в природной среде, опираясь на знания народной медицины.

Данная программа валеологической направленности затрагивает один из основных аспектов в развитии личности ребенка

– воспитание навыков ведения ЗОЖ, умением адаптировать свой организм к постоянно изменяющимся условиям биосоциальной среды. Обучая и воспитывая детей с младшего школьного возраста умению быть здоровым, педагог тем самым обеспечивает базис, на котором в дальнейшем будут видны качественные и количественные показатели умственного и физического развития учащихся.

Система валеологической деятельности младших школьников:

1. Соблюдение режима дня, правил питания и закаливания. Занятия на темы: «Режим дня»; «Воды холодной не бойся – ежедневно ею мойся»; «Здоровое питание – отличное настроение»; «Витамины в жизни человека».
2. Укусы насекомых, змей и оказание первой помощи. Занятия на темы: «Укусы насекомых (комар, клещ, пчела, оса): «Укусы змей»; «Мухи и тараканы – переносчики болезней».
3. Правила безопасного поведения в доме, в природных условиях во время грозы, сильной жары. Занятия на темы: «Опасность в нашем доме»; «Если солнечно и жарко», «Если ну улице гроза».
4. Игровое занятие на тему «Лесная аптека»; организация операций «Лесная сумка» (сбор лекарственных растений в летний период).
5. Проведение «Валиад» (конкурсы, соревнования, состязания на валеологическую тематику).
6. Итак, реализация программы «Я и мое здоровье» в сельской школе показала педагогическую ценность уроков валеологии: прослеживается личностная заинтересованность в сохранении и укреплении своего здоровья, осознается ребенком свое эмоциональное состояние и выход из стрессов, формируются установки на ЗОЖ и умение следовать ему.