

Состояние сформированности ценностного отношения к здоровью у выпускников школ

А.И. Новицкая

Учреждение образования «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова»

В статье рассматривается вопрос сформированности у учащихся общеобразовательных школ ценностного отношения к своему здоровью. Несмотря на одиннадцатилетний период занятий на уроках физической культуры, у почти половины старшеклассников, участвовавших в анкетировании, личностная значимость здоровья занижена или очень низкая, в иерархии потребностей и ценностей здоровый образ жизни еще не занимает достойное место. В качестве причин такого состояния автор выделяет: низкую эффективность теоретической подготовки учащихся на уроках физкультуры, отсутствие интереса у учащихся к получаемой информации о здоровье и восприятию ее как полезной, недостаточное позитивное влияние на образ жизни школьника таких источников знаний о ЗОЖ, как родители, друзья и средства массовой информации.

Ключевые слова: здоровье, ценностное отношение, физическая культура, здоровый образ жизни, учащиеся.

Formation status of value oriented attitude to health of school leavers

A.I. Novitskaya

Educational establishment «Vitebsk State University named after P.M. Masherov»

The article considers the issue of the formation of value oriented attitude to their health of schoolchildren. In spite of the eleven year course of physical training almost half of school leavers, who participated in the questionnaire, demonstrated lowered or even very low personality based significance of health; in the hierarchy of the requirements and values healthy way of life does not take a significant place. As the reasons of this situation the author singles out low efficiency of theoretical training of students at PT classes, lack of students' interest in the information about health as well as in understanding it as useful, insufficient positive impact on the way of student's life of such sources of knowledge as parents, friends and mass media.

Key words: health, value oriented attitude, physical culture, healthy way of life, students.

Ценностное отношение к здоровью у детей школьного возраста представляет собой интегрированное личностное образование. Оно характеризуется: совокупностью осознанных на личностно-смысловом уровне представлений о ценности здоровья и здорового образа жизни, проявлением ответственного и бережного отношения к здоровью своему и других людей, умением выбрать собственную линию поведения и деятельности, ориентированную на приоритет здоровья как общечеловеческой жизненной ценности, способность адекватно оценивать свои достижения по сохранению и укреплению здоровья [1].

В системе общечеловеческих жизненных ценностей здоровью принадлежит основополагающее место. В современной системе воспитания детей уделяется важное внимание вопросам сохранения и укрепления здоровья ребенка, подчеркивается необходимость формирования здорового образа жизни. Основы здорового образа жизни человека, ценностное отношение к здоровью должны закладываться уже на начальном этапе школьного обучения, так как в

этот период дети особенно восприимчивы к воспитательным воздействиям. Это связано с интенсивным социальным развитием психики и ее основных подструктур, изменением образа жизни детей, новыми интересами и обязанностями, потребностями, важнейшей из которых становится потребность в обучении, приобретении новых знаний, умений и навыков [2–4].

Актуальность проблемы сохранения и укрепления здоровья в настоящее время не только не снижается, а, наоборот, с каждым годом возрастает. Очевидно, что проблема формирования ценностного отношения к здоровью у детей младшего, среднего и старшего школьного возраста требует дальнейшего исследования.

Данные обстоятельства определили цель нашего исследования: изучение состояния сформированности ценностного отношения к своему здоровью у выпускников школ и выявление факторов, его обуславливающих.

Материал и методы. В исследовании, которое проводилось в 2010–2011 учебном году, были задействованы учащиеся 11 классов двух средних учреждений образования г. Витебска.

По этическим соображением и для более объективной оценки состояния исследуемой проблемы мы не указываем номера школ, а обозначаем их условно (УО-1 и УО-2). Учащиеся опрашивались по специально разработанной анкете [5], которая включала 7 расширенных вопросов и ключ для их анализа. Используя ключ для обработки данных анкетирования, выявлялись показатели: личностная ценность здоровья, оценка роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья, соответствие распорядка дня учащегося требованиям здорового образа жизни (ЗОЖ), адекватность оценки учащимся своего образа жизни и его соответствие ЗОЖ, отношение к информации, связанной со здоровьем.

Результаты и их обсуждение. При исследовании уровня личностной значимости здоровья каждому респонденту предлагалось несколько условий – «наиболее важных для счастливой жизни человека», которые следовало оценить от 1 до 8 баллов (по степени важности для себя). Среди этих условий было также и «быть здоровым», по оценке которого и определялась его личностная значимость для каждого ученика. Анализ результатов анкетирования показал, что только 42,9% учащихся одной школы и 55,6% другой отмечают высокую личностную значимость здоровья (табл. 1).

Оценка учащимися роли поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья также у большинства учащихся оказалась заниженной (табл. 2).

Полученные результаты обращают внимание на высокий процент учащихся, имеющих недостаточное понимание роли поведенческой активности в сохранении и укреплении своего здоровья. В результате, оценка учащимися роли собственного поведенческого фактора в охране и укреплении здоровья показала ее неоднозначность у респондентов разных школ.

Используя очередной ключ анкеты, мы проанализировали ответы учащихся на вопрос: «Что из перечисленного (утренняя зарядка, завтрак, обед, ужин, прогулка на свежем воздухе, занятия спортом, душ, сон не менее 8 часов) присутствует в твоём распорядке дня и как часто?». Это позволило выявить у каждого респондента показатель соответствия распорядка дня требованиям ЗОЖ, что отражено в табл. 3. Полученные результаты показывают, что режим дня, в полной мере соответствующий требованиям ведения ЗОЖ, наблюдается у сравнительно небольшой части обследованных старшеклассников одной и другой школы, соответственно у 28,6% и 11,1%. Для большинства школьников режим дня не связывается с активными компонентами, характерными для здорового образа жизни.

Затем мы выявляли показатели адекватности самооценки учащимися своего здорового образа жизни и соответствие его общепринятым представлениям об этом и требованиям.

Таблица 1

Личностная значимость здоровья для учащихся 11 классов (в %)

Показатели отношения к здоровью	УО-1	УО-2
Высокая личностная значимость здоровья (6–8 баллов)	42,9	55,6
Недостаточная личностная значимость (4–5 баллов)	14,3	22,2
Низкая значимость здоровья (менее 4 баллов)	42,9	16,7

Таблица 2

Понимание учащимися роли поведенческой активности в сохранении и укреплении собственного здоровья (в %)

Оцениваемый показатель	УО-1	УО-2
Понимают роль поведенческой активности в сохранении и укреплении здоровья	42,7	38,9
Недостаточное понимание роли активности в сохранении и укреплении здоровья	14,2	38,8
Отсутствие понимания роли активности в сохранении и укреплении здоровья	42,7	22,2

Таблица 3

Соответствие распорядка дня учащихся требованиям ЗОЖ (в%)

Показатель соответствия	УО-1	УО-2
Полное соответствие	28,6	11,1
Неполное соответствие	57,1	66,7
Несоответствие	14,3	22,2

Таблица 4

Источники информации для учащихся о здоровье (в%)

Источники	УО-1	УО-2
В школе	100	100
От родителей	100	100
От друзей	85,7	72,2
Из книг и журналов	57,2	83,4
Из передач радио и телевидения	71,4	100

Таблица 5

Работа по охране и укреплению здоровья, проводимая в школе (в %)

Ответы учащихся	УО-1	УО-2
Уроки на тему ЗОЖ	71,4	11,1
Беседы о том, как заботиться о здоровье	28,6	–
Показ видеофильмов о здоровье	57,1	5,6
Спортивные соревнования	57,1	33,3
Викторины, конкурсы	57,1	16,7
Праздники и тематические вечера	28,6	16,7
Дни здоровья	85,7	83,3
Спортивные секции	57,1	33,3

Самооценка своего образа жизни (на его соответствие ЗОЖ) у учащихся школ оказалась разной, но в каждом случае у большинства наблюдалась несформированность четких представлений и знаний о ЗОЖ. В частности, по данным исследования в одной школе адекватная самооценка была характерна большинству учащихся (71,4%), а в другой школе – оказалась лишь у 33%. У остальных учащихся обеих школ достаточно большое количество респондентов (28,6% и 38,8%) имели недостаточно адекват-

ную и в УО-2 38,8% неадекватную самооценку здорового образа жизни.

Несмотря на полное или частичное несоответствие требованиям ведения ЗОЖ учащиеся считают, что частота и содержание различных режимных моментов в их образе жизни достаточны для поддержания здоровья; другие наоборот, имея достаточно активный двигательный режим в жизни, недооценивают его соответствие ЗОЖ. Это свидетельствует о недостаточном понимании данной группой учащихся

сущности ЗОЖ в целом и содержания основных его компонентов в частности.

Также одной из существенных причин такого положения выступает отсутствие интереса у учащихся к получаемой информации, связанной со здоровьем, и восприятию ее как полезной.

По данным анкетирования все учащиеся отметили, что кто «часто», кто «иногда» получают эту информацию из разных источников. Количество респондентов, указавших в анкете на тот или иной источник информации, представлено в табл. 4.

Среди различных источников информации, из которых учащиеся чаще всего узнают о том, как заботиться о здоровье, наибольшее число респондентов обеих школ указали на родителей и школу.

При этом очередной вопрос анкетирования показал, что лишь третья часть всех респондентов (28,6% в УО-1 и 27,8 в УО-2) относятся к информации, связанной со здоровьем, как «очень интересной и полезной»; около 40% учащихся одной и другой школы (42,8% и 44,4%, соответственно) воспринимают ее «интересной, но не всегда»; остальные же считают ее «не очень интересной» или вообще «не интересной» (28,6% и 27,8% респондентов, соответственно).

Ответы школьников на вопрос «Какие мероприятия по охране и укреплению здоровья проводятся в школе?» показали, что этому направлению образовательного процесса в школе может уделяться крайне недостаточное внимание (табл. 5).

Результаты проведенного исследования указывают на недостаточную сформированность у учащихся ценностного отношения к своему здоровью. Несмотря на одиннадцатилетний период школьных занятий на уроках физической культуры, у почти половины завтрашних выпускников (участвовавших в анкетировании) личностная значимость здоровья занижена или очень низкая. ЗОЖ еще не занял достойное место в иерархии жизнеобеспечивающих потребностей и ценностей.

Одной из существенных причин данного положения, по нашему мнению, выступает отсутствие интереса у учащихся к получаемой информации (связанной со здоровьем) и восприятию ее как полезной. Несмотря на тесное при-

сутствие в жизни школьника таких немаловажных источников информации, как «школа», «родители» и «телепередачи», эффект их воздействия на знания, сознание и убеждения учащихся о необходимости ведения ЗОЖ и ценностного отношения к своему здоровью вызывает вопросы, требующие детального изучения: самих знаний, технологии их передачи и усвоения, контроля и т.д. Наблюдения и анализ преподавания в школах предмета «Физическая культура и здоровье» показывают, что теоретическая подготовка учащихся в соответствии со «Знаниями», определенными учебной программой [6], практически не осуществляется; не используются формы по включению школьников в самообразование и системное просвещение в вопросах о здоровом образе жизни; недостаточно или вовсе отсутствует взаимодействие учителей физической культуры с родителями детей с целью рационализации или коррекции их двигательного режима, физического самосовершенствования и образа жизни в целом.

Заключение. Безусловно, проблема формирования у школьников ценностного отношения к здоровью носит комплексный характер и для ее эффективного решения необходима взаимосвязь всех участников учебно-воспитательного процесса. Однако, без сомнения, уже сегодня очевидно, что для полноценного разрешения ее острых вопросов, в первую очередь, самим учителям физкультуры необходимо поднимать на более высокий уровень теоретическую составляющую преподавания своего учебного предмета.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дрибинский, П.Л. Педагогические условия формирования ценностного отношения к здоровью у детей младшего и среднего школьного возраста: автореф. ... дис. канд. пед. наук: 13.00.01 / П.Л. Дрибинский; Смоленский гос. ун-т. – Смоленск, 2009. – 21 с.
2. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Мысль, 1968. – 464 с.
3. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир / С.Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1997. – 191 с.
4. Эльконин, Д.Б. Психология обучения младшего школьника / Д.Б. Эльконин. – М.: Знание, 1974. – 64 с.
5. Анкета ЗОЖ для учащихся 5–10 классов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: iteach.loiro.ru/intel/work/itog_2007...anketa...10.doc. – Дата доступа: 16.11.2011.
6. Физическая культура и здоровье. I–IX классы: учебная программа для общеобразовательных учреждений с белорусским и русским языками обучения / Министерство образования Республики Беларусь. – Минск: Национальный институт образования, 2008. – 159 с.

Поступила в редакцию 27.02.2012. Принята в печать 14.06.2012
Адрес для корреспонденции: e-mail: npavel@tut.by – Новицкая А.И.