

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/63572>

Тип работы: Статья

Предмет: Педагогика

-

environmental, and psychological risks increase, leading to adverse changes in the health status of schoolchildren.

Keywords: health, healthy lifestyle (HLS), education, culture of healthy lifestyles

В настоящее время в России существует такая необходимость, как целенаправленное, систематическое и комплексное формирование у школьников здорового образа жизни, профилактики в образовательной среде вредных привычек.

В системе образования решить такую проблему можно путем комплексного и системного подхода, основанного на взаимосвязи всех педагогов, родителей, органов власти, общественных организаций. Важно, чтобы в итоге такого воздействия у личности сформировалась новая компетенция - ответственность за свое здоровье и здоровье других людей[1, с. 21].

Роль учебного заведения состоит в приобщении учащихся к ценностям физической культуры и здорового образа жизни, внедрении в жизнедеятельность учреждения здоровьесберегающих практик и активной оздоровительной, профилактической работы.

Существует более 300 определений понятия «здоровье». По уставу ВОЗ, «здоровье - это не отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия» [2, с. 10].

Вопросами формирования ЗОЖ занимались различные отечественные и зарубежные ученые, в частности, Г.К. Зайцева, В.В. Колбанова, Л.В. Моисеевой, Ю.Ф. Змановского, Н.Н. Куинджи, Л.Г. Татарниковой, Б.Н. Чумакова и др.

Образ жизни представляет собой такой тип жизнедеятельности, который обусловлен общественно-экономической формацией, ее спецификой. Ключевые параметры образа жизни - труд, быт, деятельность людей, поведенческие привычки[3, с. 6].

Образ жизни человека включает три категории: уровень жизни, качество жизни и стиль жизни.

Уровень жизни - категория, которая представляет собой степень удовлетворения всех потребностей человека. Качество жизни - уровень комфорта в удовлетворении потребностей. Стиль жизни соотносится с поведением индивидов[3, с. 7].

ЗОЖ интегрирует в себе все, что помогает выполнять человеком профессиональные, общественные и бытовые функции в оптимальных условиях и отражает ориентацию деятельности личности на формирование, сохранение и укрепление индивидуального и общественного здоровья.

Л.П. Вашлаева охарактеризует здоровый образ жизни в качестве активной деятельности людей, направленной на сохранение и улучшение здоровья» [2, с. 93].

Формирование культуры ЗОЖ - это побуждение к включению в повседневную жизнь индивида различных новых для него форм поведения, полезных для здоровья, изменение, а то и вовсе отказ от многих вредных для здоровья привычек, овладение знаниями, на основе которых можно грамотно, безопасно и с пользой для здоровья начать вести ЗОЖ, постепенно добиваясь, чтобы эти повседневные формы укрепления здоровья стали

Список литературы:

1. Вайнер Э.Н. Формирование здоровьесберегающей среды в системе общего образования // Валеология. - 2014. - №1. - С.21-26.
2. Вашлаева Л.П., Панина Т.С. Теория и практика формирования здоровьесберегающей стратегии педагога в условиях повышения квалификации // Валеология. - 2015. - №4. - С.93-98.
3. Панкратьева Н.В. и др. Здоровье - социальная ценность: Вопросы и ответы./ Н.В. Панкратьева и др. - М.: Мысль. 1989.- 236 с.
4. Соковня-Семенова И.И. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь: Учебное пособие

для студентов средних педагогических учебных заведений. - М.: Издательский центр Академия. 2016. - 208с.

5. Соловьев Г.М. Здоровый образ жизни: научно-теоретические и методические основы: Учебное пособие. Часть 1. - Ставрополь: Изд-во СГУ, 2017. - 210 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://stuservis.ru/statya/63572>