

Секция «Педагогическое образование и образовательные технологии»

Развитие ценностного отношения к здоровью в элективном курсе

«Феномен долголетия в Якутии»

Лукина Сардаана Анатольевна

Студент

Северо-Восточный Федеральный университет имени М.К. Аммосова,

Биолого-географический, Якутск, Россия

E-mail: sannikova888@list.ru

Федеральный государственный стандарт (ФГОС) формулирует цели, ключевые задачи, средства, формы формирования у учащихся культуры здоровья, предусматривающий самостоятельную сознательную регуляцию своих действий деятельности, поведения в интересах здоровья своего и окружающих людей. В пакет документов ФГОС вошла программа формирования ценности здоровья и здорового образа жизни [1]. Каждый человек самой природой от рождения наделен собственным потенциалом здоровья, который может быть реализован по-разному под влиянием индивидуальных особенностей и тех социальных условий, в которых формируется личность. В современной школе создаются условия для полноценной реализации учащимися своего потенциала здоровья. При этом воспитание ориентировано на формирование ценностного отношения к здоровью. Современное обучение направлено на социализацию учащихся, повышающий уровень приспособленности их к реальной жизни [2].

Для реализации развития системы базовых национальных ценностей в Республике Саха (Якутия) извлекается опыт здоровьесбережения народа в суровых северных условиях и творческое преломление его через призму своего опыта. Известно, что жители Якутии в довоенные годы по числу долгожителей входили в пятерку лидеров наравне с кавказскими народностями. В качестве фундаментального ядра содержания лежит опыт ведения здорового образа жизни. На основе этого составлена программа элективного курса «Феномен долголетия в Якутии», рассчитанная на 16 часов и состоит из следующих тем: «История изучения проблемы долголетия»; «Аспекты изучения долгожительства. Долгожительство у северных народов»; «Воздействие климато-географических и экологических проблем на долголетие»; «География долгожительства Якутии»; «Этнопсихологические особенности долгожителей»; «Генетические факторы долголетия»; «Секреты долголетия северных народов»; «Традиционное питание северных народов»; «Факторы риска, влияющие на здоровье»; «Итоговое занятие Государственная поддержка долгожительства в РС (Я)».

Формирование ценностно-смыслового отношения к здоровью в элективном курсе «Феномен долголетия в Якутии» рассматривается с позиции двух основных компонентов: когнитивного и ценностно-поведенческого. Когнитивный компонент характеризует понимание значения здоровья в жизни человека. Ценностно-поведенческий компонент определяет место здоровья в индивидуальной иерархии ценностей, характеризует особенности поведения в сфере здоровья.

В ходе изучения элективного курса «Феномен долголетия в Якутии» используются проблемно-творческие методы обучения для развития ценностного отношения к здоровью. В процессе обучения важно показать применение знаний в повседневной жизни в

соответствии с возрастными особенностями учащихся, сформировать жизненные навыки и систему ценностных отношений по проблемам здоровья. При формировании ценностного отношения к здоровью методы обучения элективного курса «Феномен долголетия в Якутии» вносят элементы здравотворчества, саморегуляции, культуросообразного отношения к здоровью, оснащая учащихся привычками и навыками долгожителей Якутии, способствующими формированию культуры здоровья

Метод ситуационного анализа при изучении тем «История изучения проблемы долголетия» и «Воздействия климато-географических и экологических проблем на долголетие» предполагает вариативность обучения. Сущность данной технологии состоит в том, что учебный материал подается в виде микропроблем, а ценностное отношение к понятиям «здоровье» и «здоровый образ жизни» формируется в результате их активной исследовательской и творческой деятельности по разработке решений. Изучение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни» в элективном курсе «Феномен долголетия в Якутии» ориентировано на рассмотрение его научных основ, определяющих осознанный выбор поведения. Например, тема «Традиционное питание якутов» включает не только анализ ежедневного рациона якутов, но и изучение состава этой пищи, функции ее компонентов. Основной задачей обучения элективного курса «Феномен долголетия в Якутии» является научное обоснование здорового образа жизни и формирование ценностного отношения к здоровью на основе культурных традиций и индивидуальных предпочтений с целью формирования соответствующих привычек. При изучении темы «География долголетия» учащиеся на основании статистических данных выясняют уровень долголетия в Якутии по методу творческого поиска. Изучение уровня долгожителей в различных районах Якутии предполагает формирование ценностного отношения к собственному здоровью через составление карты долгожителей Якутии на основе статистических данных. Изучение этнопсихологических особенностей долгожителей предполагает выяснение роли индивидуальности, отличительной черты отношения человека к окружающей среде, внутреннего «Я» на продолжительность жизни методом интервьюирования. Жизнь другого человека является своеобразной моделью, через которую учащийся может корректировать свою жизнь, вносить своеобразные поправки. Возможность расширять и углублять жизненный опыт на пути к себе самому. Данным методом учащиеся получают знания о единстве гармонии тела и духа, о развитии духовных и физических сил, об основных мировоззренческих, физических и психических причинах, разрушающих здоровье человека. При изучении генетических факторов долголетия учащиеся составляют родословные в своих семьях с целью освоения влияния образа жизни на генетические факторы.

В 2011 г. при проведении анкетирования среди учащихся интеллектуального лагеря «Дьобур» Олекминского района приняли участие 50 учащихся. В данном анкетировании выяснено что: 99% учащиеся на вопрос «Стараетесь ли Вы придерживаться элементарных правил здорового образа жизни?» ответили положительно. Но при этом было предложено перечислить компоненты здорового образа жизни. В результате выявлено, что 6,45% школьников не могут дать четкое определение понятия «здоровый образ жизни»; 41,93% считают, что здоровый образ жизни достигается при отказе от курения и спиртных напитков; 32,25% указали дополнительно занятие спортом, зарядка; лишь 19,35% детей указали кроме еще и правильное питание, соблюдение режима дня, образ жизни, экологическое состояние места жительства и.т.д.

Комплексная оценка сформированности навыка здорового образа жизни по пяти показателям выстроилась следующим образом: 45% двигательная активность; 64% отсутствие вредных привычек; 45% правильное полноценное питание; 15% закаливание, гигиена режима дня; 15% самообразование в области ЗОЖ.

Для изучения системы ценностных ориентаций личности школьников была использована методика М. Рокича в адаптации А.А. Гоштаутаса, А.А. Семенова, В.А. Ядова (Рокича-Ядова). Эта методика заключается в перечислении 18 основных ценностей, актуальных, для современного человека. В зависимости от значения каждой ценности, выраженного в баллах, они распределяются по шкале значимости в иерархической структуре ценностных ориентаций личности. Ценности, составляющие вершину этой структуры, определяют основную ориентацию на те или иные цели деятельности. Ценности, расположенные в нижней части пирамиды, незначительно влияют на цели данного человека [3].

Изучение ценностных ориентаций учащихся проводилось нами среди учащихся интеллектуального лагеря «Дьобур» Олекминского района и МОУ СОШ 7 г. Якутска в 2011 г. Обследовались по методике Рокича-Ядова 80 школьников. В результате исследования ценностных ориентаций школьников ценность «здоровье» до проведения элективного курса «Феномен долголетия в Якутии» занимала четвертую позицию, то после переместилась на вторую позицию.

Литература

1. Абрамова Т.С. Формирование культуры здоровья учащихся в условиях модернизации образования // Народное образование Якутии. . С. 41-42.
2. Тимофеева Р.Е. Здоровье как феномен и рефлекс цели // Народное образование Якутии. 2. С. 6-10.
3. Ядов В.А. Социологические исследования: методология программа, методы/ В.А. Ядов. – Самара, 1995. – 330 с.