

## FORMATION OF CHILDREN'S HEALTH CULTURE AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM

Gulbahor Sabirovna Sidikova  
Tuychiev Ashurali Ibrahimovich.

Ferghana State University  
Faculty of Physical Education

**Annotation:**Based on the analysis of ideas from different specialists, the article examines one of the urgent problems of our time - the problem of maintaining and strengthening health. The article substantiates the statement that the problem of forming a culture of health and value attitudes towards it in preschool children should become a pedagogical problem as well.

**Keywords:** Health, healthy lifestyle, health of the population, health components: somatic, physical, mental, moral.

## ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ КАК СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

Предподаватели Ферганского Государственного университета  
Факультета физической культуры  
Сидикова Гульбахор Сабировна  
Туйчиев Ашурали Ибрагимович.

**Аннотация:**В статье на основе анализа идей разных специалистов рассматривается одна из актуальных проблем современности – проблема сохранения и укрепления здоровья. Обосновывается положение о том, что проблема формирования культуры здоровья и ценностного отношения к ней у детей дошкольного возраста должна стать проблемой и педагогической.

**Ключевые слова:**Здоровье, здоровый образ жизни, здоровье населения, компоненты здоровья: соматический, физический, психический, нравственный.

Здоровье населения, особенно детей является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны, одна из характеристик национальной безопасности. Дети стоят перед лицом будущего, и оно зависит от фундамента жизнедеятельности, который формируется в дошкольном детстве.

Проблемы дошкольного детства как особого самоценного периода жизни человека, необходимость сохранения здоровья детей в дошкольном возрасте как условия их успешной жизни и формирования ценностного отношения к своему здоровью стоят в центре внимания философов, педагогов, психологов, социологов, так как именно в дошкольном детстве закладываются основы общей культуры личности, важным компонентом которой является культура здоровья.

По определению организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезни или физических дефектов. В науке здоровье человека рассматривается как социально-педагогическая категория (И.И. Брехман, В.В. Колбанов, М.Г. Колесникова, Н.М. Полетаева, В.П. Петленко и др.) как непреходящая ценность и характеризуется следующими признаками: благополучие физическое, психическое и эмоциональное; количественные и качественные резервы организма; адаптация; ценность; потребность; целостное функциональное состояние.

Рассуждая о здоровом образе жизни, известный врач П.М. Амосов сформулировал основные принципы философии здоровья, среди которых выделяется фактор самоорганизации человека, его активная позиция к собственному здоровью созиданию, требующая постоянных и значительных усилий

в области сохранения и укрепления здоровья .

Для философского рассмотрения здоровья важно понимать, что оно отражает необходимость, вытекающую из сущности явлений, а болезнь случайность, не имеющая всеобщего характера, здоровье по существу — это идеал, к которому мы должны стремиться. При этом, раскрытие принципиальных закономерностей в области здоровья должно основываться на сформулированных философских представлениях о природе человека как диалектическом единстве биологического и социального, субъекта и объекта.

В последние годы широко обсуждается новая концепция здоровья. Она уточняет существующую, усиливает ее социальный компонент, ориентирует на распределение ответственности за охрану здоровья между обществом.

Опросы родителей и педагогов, проведенные студентами дошкольного отделения во время педпрактики показывают, что своих детей они предпочли бы отдать не в то учебное заведение, где выше уровень преподавания, а в то, где имеются наиболее благоприятные условия для укрепления их здоровья. Здоровье они считают более важным показателем, чем уровень образования.

Современный интерес к индивидуальному здоровью человека актуален. Это подтверждается наличием большого количества исследований, в том числе и ведущих отечественных ученых (Р.И.Айзман, К.А.Абульханова). Интерес вызван не только основной проблемой, вставшей перед человечеством, особенно перед Узбекистана – ухудшение физического, психического, нравственного здоровья населения.

На основании анализа научных исследований можно сделать вывод, что здоровье ребёнка включает следующие основные компоненты:

- соматический – текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями на различных этапах он- тогенетического развития, которые потребности являются «пусковым механизмом» развития человека и обеспечивают индивидуализацию личности;
- физический – уровень роста и развития органов и систем организма, представляющий морфологические и функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции;
- психический – состояние психической сферы, общего душевного комфорта, обеспечивающего адекватную поведенческую реакцию, такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения;
- нравственный – комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, базирующихся на системе ценностей, установок и мотивов поведения индивида. Нравственное здоровье опосредовано духовностью человека, усвоением общечеловеческих нравственных ценностей, развитием нравственных чувств и выработкой нравственных убеждений, уровнем эстетического развития. Обобщенными критериями здоровья, по мнению некоторых исследователей, могут служить следующие положения: для соматического и физического здоровья – «я могу»; для психического – «я хочу»; для нравственного – «я должен».

В настоящее время установлено, что состояние здоровья человека определяется рядом особенностей, обусловленных не только врожденными индивидуальными чертами каждого человека, но и его образом жизни. Здоровье ребенка предопределяется не только его психофизиологическими особенностями, но и зависит от образа жизни семьи как ближайшего социального окружении растущего человека, обусловлено условиями социальной среды. Следовательно, преодоление кризиса в охране здоровья зависит от отношения к нему государства, общества, семьи и каждого конкретного человека. Поэтому сохранение и укрепление здоровья детей должно стать национальной целью.

Причин неблагополучия в здоровье очень много, но основная – в неправильном образе жизни. Человеку с раннего возраста должна быть привита культура самосохранения здоровья. Большую роль в решении этой задачи играют дошкольные образовательные учреждения, которые обязаны обеспечить «охрану жизни и укрепление здоровья детей». Формирование культуры здоровья личности может рассматриваться как процесс и одновременно результат целенаправленного овладения понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», «индивидуальная программа оздоровления», появлением у личности устойчивого здоровьесозидающего поведения, которое необходимо для успешной жизнедеятельности дошкольника.

В связи с этим одной из приоритетных задач модернизации образования является сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у них и ценностей здоровья и здорового образа жизни. В новой стратегии здоровья должно быть предусмотрено смещение акцента с лечебной медицины на профилактическое направление, включающее активное воспитание человека в гигиеническом режиме с момента рождения, педагогическую профилактику даже незначительных нарушений нервно психического и соматического здоровья, своевременное устранение возникающих отклонений. Поскольку установлена зависимость здоровья человека от образа жизни, экологической ситуации необходима конструктивная педагогическая теория, направленная на сохранение и укрепление здоровья методами и средствами педагогики, определяющей место каждого субъекта (семьи, ДОУ, школы, органов здравоохранения) в выполнении главных задач социальной политики.

Основными средствами педагогики являются воспитание потребности здоровья, обучение методам и способам его сохранения, разработка учебных программ, педагогических технологий, режимов учебных занятий, оценка работы педагога на основе концепции здорового образа жизни. Эти средства должны способствовать выработке индивидуальной стратегии и тактики развития и сохранения собственного здоровья, так как на этой основе можно формировать у детей потребность в здоровье, в осознании того, что человек – храм здоровья, человеческое здоровье – это храм тела и здоровье души, что называют психосоматической гармонией.

Обозначенная цель может быть достигнута средствами экологического воспитания и образования и при целенаправленной совместной деятельности педагогов и родителей. Целенаправленность процесса сотрудничества педагогов и родителей означает устойчивое стремление к созданию ими оптимальных условий для развития детей как субъектов здоровьесозидающей жизнедеятельности. Формирование культуры здоровья личности может рассматриваться как процесс и одновременно результат целенаправленного овладения понятиями «здоровье», «здоровый образ жизни», появлением у личности устойчивого здоровьесозидающего поведения, которое необходимо для успешной жизнедеятельности.

Задача формирования культуры здоровья дошкольников как комплексная педагогическая проблема, охватывающая разные аспекты развития ребенка в дошкольном возрасте, обуславливает задачу поиска эффективных способов формирования культуры здоровья ребенка. Важную роль играет компетентная здоровьесозидающая позиция педагога ДОУ, которая не только определяет его образ жизни как здоровый и проявляется во всех сферах жизнедеятельности, в том числе и профессиональной, но и предполагает готовность к сотрудничеству с родителями и детьми в целях формирования их культуры здоровья. Моделирование процесса сотрудничества педагогов ДОУ и родителей основывается на положении «Концепции дошкольного воспитания» о преемственности воспитательной позиции родителей и педагогов, условием осуществления которой является установление доверительного делового контакта между семьей и ДОУ.

В основу моделирования процесса сотрудничества педагогов и родителей положена структура деятельности: возникновение потребности – мотив, как осознанная потребность – цель – содержание – действия – результат – осмысление результат. Для маленьких детей не существует проблемы осознания мотивов деятельности – они действуют исходя из сил подражания. Постепенно подражательная способность преобразуется в самосознание. Ребенок постепенно осознает необходимость здоровьесозидающей жизнедеятельности, основываясь на примерах жизнедеятельности взрослых.

Таким образом, в разработке новой стратегии здоровья должно быть предусмотрено смещение акцента с лечебной медицины на профилактическое направление, воспитание человека в гигиеническом режиме с момента рождения. Педагогика должна взять на себя решение с учетом медицинских показаний определенной части специфических — профилактических, системно-педагогических задач в рамках своеобразной системы. Педагогический аспект должен быть направлен на сохранение и укрепление здоровья дошкольника методами и средствами педагогики.

#### **Использованная литература.**

1. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская – М.: Наука, 1980.

2. Азбукин В. О концепции дошкольного воспитания // Дошкольное воспитание. – 1990. – №7 – С. 34.
3. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г. Алямовская – М.: LINKA PRESS, 1993.
4. Амонашвили Ш.А. и др. Педагогика здоровья. / Ш.А. Амонашвили М.: Педагогика, 1990..
5. Djalolov Sh. Monitoring of physical activity of junior schoolchildren at physical education lessons. // *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol. 8 No. 10, 2020 Part II Page 187-189
6. Sidikova G. S. formation of a healthy lifestyle for preschoolers// *Proceedings of Global Technovation 6<sup>th</sup> International Multidisciplinary Scientific Conference Hosted from Chicago, USA April 30<sup>th</sup> 2021.* 44-49