

Крбацян Р. А., Пчелков А. Б.

КУЛЬТУРА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Научный руководитель канд. филол. наук, доц. Кожухова Н. Е.

Кафедра белорусского и русского языков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Целью данной работы является определение сути воспитания здорового образа жизни. По нашему мнению, здоровый образ жизни представляет собой систему жизненных ценностей, направленных на то, чтобы вести активный образ жизни, правильно питаться и тем самым предотвращать заболевания и повышать естественную сопротивляемость организма.

В настоящее время многие говорят о повышении роли ЗОЖ в системе воспитания школьников и дошкольников. В настоящее время в науке бытует следующая трактовка культуры ЗОЖ: это культура жизни человека, направленная на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Культура здорового образа жизни опирается на систему важных принципов, воспитание которых помогает формировать здоровый образ жизни учащихся.

1 Принцип природосообразности включает в себя учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся на основе изучения их потребностей и интересов.

2 Принцип формирования ценностных установок учащихся на здоровый образ жизни предполагает формирование самой системы ценностей, мотивов и установок учащихся.

3 Принцип народности культуры здорового образа жизни предполагает учет в процессе воспитания ЗОЖ национальной культуры, традиций и родного языка.

4 Принцип культуурообразности обозначает процесс включения в культуру посредством специально ориентированной и организованной здоровье ориентированной творческой деятельности.

5 Принцип ориентации на саморазвитие культуры здоровья базируется на признании учащегося субъектом процесса здоровье творческой деятельности.

6 Принцип здоровье творческой активности базируется на активной личностной позиции учащихся в формировании и соблюдении здорового образа жизни.

7 Принцип интеграции воспитательного воздействия предполагает активное взаимодействие всех субъектов педагогического процесса. Направленное на обеспечение физического и психического здоровья каждого учащегося в рамках воспитания культуры здорового образа жизни.

Конечно, большинство из этих принципов напрямую не относятся к формированию культуры здорового образа жизни учащихся, однако их совокупность может считаться основой для реализации задач по организации учебно-воспитательного процесса, обеспечивающие сохранение и укрепление здоровье учащихся, полноценное образование и развитие.