

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОРГАНИЗАЦИИ СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

УДК 371.7

ВЛИЯНИЕ СРЕДЫ ПРОВИНЦИАЛЬНОГО ГОРОДА НА ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ К ЗДОРОВЬЮ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

© Ирина Владимировна КОНДАКОВА

Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина,
г. Елец, Российская Федерация, кандидат педагогических наук,
доцент кафедры начального образования,
e-mail: kondakobra@mail.ru

Рассмотрена проблема влияния среды провинциального города на формирование ценностного отношения к здоровью у подрастающего поколения, выделены основные тенденции ухудшения состояния здоровья детей и подростков, проанализированы ключевые проблемы провинциальных городов. Поставлена задача деятельностной помощи подрастающему поколению в адаптации к жизни, выборе пути самореализации, преодолении жизненных трудностей, выстраивании жизненной стратегии, через приобщение к здоровому образу жизни. Доказана возможность достижения достаточно высокого уровня мотивации здорового образа жизни детей и подростков в условиях небольшого провинциального города на примере г. Ельца Липецкой области при участии администрации, молодежного парламента, молодежных лидеров, жителей города при использовании новых подходов. Особое внимание уделено описанию шагов и мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни, ценностного отношения к здоровью в условиях провинциального города. Выделен здоровьесберегающий потенциал г. Ельца, проанализированы перспективные возможности города в условиях «Особой экономической зоны регионального уровня туристско-рекреационного типа». Опираясь на данные, полученные в результате исследования, предложено решение проблемы формирования здорового образа жизни подрастающего поколения через создание здоровьесберегающей среды, формирующей ценностное отношение к здоровью.

Ключевые слова: провинциальный город; здоровьесберегающая среда; подросток; здоровье; ценностное отношение к здоровью.

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-3/4(155/156)-89-94

На сегодняшний день одним из ведущих направлений в образовательной политике страны является здоровьесбережение детей и подростков [1]. Данная проблема актуальна при любых социально-экономических, политических ситуациях в любом обществе, т. к. она определяет генофонд нации, научный и экономический потенциал общества, будущее страны. Показатели духовного и физического здоровья детей и подростков являются точным барометром социально-экономического развития страны. Воспитание у подростков ценностного отношения к здоровому образу жизни является в современной России одним из приоритетов национальной политики [2]. На данный момент издано значи-

тельное количество докторских диссертаций в сфере проблем здоровьесберегающей педагогики (А.А. Коробейников, А.М. Митяева, Г.А. Мысина и др.). Разработаны авторские здоровьесберегающие методики и программы (Л.Г. Крыжановская, М.Е. Коржова и др.). Активно исследуются междисциплинарные аспекты проблемы здоровьесбережения (Э.Н. Вайнер, Н.Н. Куинджи, Н.К. Смирнов и др.). Как самоценная область научных знаний педагогика здоровья в данный момент оказалась особенно актуальной в связи с очевидной потребностью общества в способах защиты подрастающего поколения от агрессивной для человеческого организма среды обитания. Однако остается недостаточно не-

освещенной собственно проблема влияния средового фактора на здоровьесбережение детей и подростков.

На состояние здоровья молодого поколения оказывают огромное влияние неблагоприятные социальные и экологические условия жизнедеятельности. Несмотря на то, что здоровье в подростковом возрасте достаточно чувствительно к различного рода воздействиям, по своей природе оно инертно, т. е. разрыв между влиянием неблагоприятных факторов и их результатом может быть продлен во времени и достигать нескольких лет. Опираясь на данные факты, можно констатировать особую актуальность практики формирования ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни.

По мнению академика Н.М. Амосова, здоровый образ жизни включает в себя следующие основные компоненты: двигательная активность, положительные эмоции, правильное и рациональное питание, предупреждение формирования пагубных привычек, закаливание, плодотворная трудовая деятельность [3].

На современном этапе развития перед образованием стоит задача помощи в адаптации подрастающего поколения к жизни, максимально точном выборе пути самореализации, преодолении жизненных трудностей, выстраивании жизненной стратегии. Все данные задачи также относятся к проблеме здоровьесбережения, т. к. «...здоровье есть не отсутствие болезни, а скорее отрицание ее в смысле преодоления. Здоровье – не только состояние организма, но и «стратегия жизни человека» [4]. В настоящее время подобную практику здоровьесбережения возможно осуществлять только через активное взаимодействие и установление контакта с подрастающим поколением.

Проблема здоровьесбережения в подростковой среде и формирования навыков здорового образа жизни является достаточно сложной, однако подростковый период имеет для этого все возможности. С одной стороны, это связано с тем, что здоровый образ жизни предполагает формирование целого ряда стереотипов и привычек в поведении, которые в детском и подростковом возрасте вырабатываются легче, чем исправляются и корректируются во взрослом. С другой стороны, практически все дети и подростки на терри-

тории Российской Федерации охвачены школьным обучением.

Анализируя результаты отечественного и зарубежного опыта, можно сделать вывод о том, что просто сообщать подросткам о пользе или вредном воздействии того или иного фактора для здоровья недостаточно. Культура здоровья должна не изучаться, а воспитываться [5]. Именно поэтому к подрастающему поколению необходим определенный подход, который предполагал бы развитие личностных ресурсов, направленных на осознание ценностного отношения к здоровью. В этом случае можно добиться не только теоретических знаний, но формирования мотивации и повседневно применяемых навыков здорового образа жизни [6].

Мотивация здоровья и здорового образа жизни занимает центральное место в формировании и сохранении здоровья каждого человека [7]. Любые программы и мероприятия по сохранению здоровья при отсутствии у человека мотивации будут в лучшем случае слабо эффективны или вообще нерезультативны.

На формирование подростковых идеалов, подростковую субкультуру, отношение к различным социальным, политическим, личностным проявлениям существенным образом влияет художественная литература, средства массовой информации, школьный коллектив, образование, друзья, сформировавшаяся компания, домашнее воспитание и т. д. Все вышеперечисленные факторы можно отнести к реальной действительности или среде, которая задает «идеальные» образцы и нормы поведения, присваиваемые подростковым сознанием. Итак, среда – реальная действительность, в условиях которой происходит развитие человека. Когда мы говорим о влиянии среды на становление личности подростка, то имеем в виду, прежде всего, социальную среду.

На сегодняшний момент резко возросли темпы социальных изменений, привычные социальные связи теряют устойчивость, определенность, однозначность.

Во-первых, сокращаются возможности проявления индивидуальности и творческого развития личности подростка в сфере учреждений дополнительного образования.

Во-вторых, массовая культура, выполняющая функции институтов воспитания, ориентиру-

ет подрастающее поколение на ценности индивидуализма, потребления, делая его самоцелью.

В-третьих, ухудшаются показатели, объективно характеризующие состояние здоровья детей и подростков.

Эти тенденции усугубляются слабой развитостью оздоровительных форм досуга, отсутствием целостной системы физического воспитания, здоровьесберегающей среды [8]. Здоровьесберегающую среду можно рассматривать как особый уклад жизнедеятельности, поддерживающий здоровый образ жизни ее субъектов и содействующей их саморазвитию в обретении ценности здоровья.

Государство, понимая важность здорового поколения для будущего страны, старается уделять повышенное внимание формированию здорового образа жизни. В крупных городах и мегаполисах создаются целые программы для вовлечения подрастающего поколения в активную, здоровьесберегающую жизнедеятельность. Однако провинциальные города, несмотря на то, что словарь синонимов к термину «провинциальный» выдает целый рад нелестных определений («глухой», «захолустный», «заштатный», «отсталый», «периферийный», «простоватый», «наивный» и т. д.), имеют не менее комфортные условия для создания среды, способствующей формированию ценностного отношения к здоровью [9]. В подобных городах атмосфера зачастую не загрязнена вредными производственными выбросами (в неблагоприятных экологических условиях у детей и подростков нарушается психосоматическое здоровье), отсутствует суета, спешка, стрессы большого города, агрессивная визуальная среда, «давящая» небоскребами из стекла и бетона. Как правило, в них много зелени, царит дух прошлых веков, когда люди жили размеренно и умиротворенно. В удаленных от центра регионах на порядок меньше доступ к «соблазнам большого города». Однако, несмотря на все плюсы провинциальной жизни, существуют «большие проблемы маленьких городов». Даже при наличии мощного производства и налаженной инфраструктуры в провинциальном городе уровень безработицы значительно выше, чем в мегаполисе, а низкий уровень заработной платы вкупе с недостаточным уровнем медицинского обслуживания и профилактики заболе-

ваемости не способствуют здоровьесбережению населения.

Проблему создания среды, способствующей ценностному отношению к здоровью у детей и подростков в провинциальном городе, нам хотелось бы рассмотреть на примере г. Ельца Липецкой области. При анализе состояния здоровья в подростковой среде в г. Ельце, как и большинстве регионов России, зафиксированы многочисленные случаи хронических заболеваний, часто осложненные увлечением молодежи с раннего возраста табачными изделиями, алкогольной продукцией.

Понимая важность здоровья молодого поколения, администрация, комитет по делам молодежи, молодежный парламент в течение последнего десятилетия активно формируют здоровьесберегающую среду города.

В условиях провинциального города проводится множество спортивных слетов, акций, соревнований, направленных на формирование здорового образа. На территории физкультурно-оздоровительного центра «Виктория» в рамках Липецкого областного социально значимого проекта «Здоровье – это здорово!» была проведена молодежная спортивная акция «Елец выбирает спорт!». Также в рамках данного проекта в живописных местах Елецкого района на базе Центра детского и юношеского туризма села Аргамач-Пальна состоялся спортивно-туристический слет, организованный общественной организацией «Союз Борьбы за Народную Трезвость» при поддержке Управления внутренней политики Липецкой области. Всего в слете приняли участие 67 человек из Липецка, Ельца и районов области. В рамках мероприятия проводились тренинги по здоровому образу жизни, самообороне и выживанию, общефизической подготовке, тренинги на сплочение, а также сборы турникменов. Молодежь из разных городов и населенных пунктов области смогла обменяться опытом и поделиться навыками.

«Липецким областным Центром реализации молодежных инициатив и проектов» и «Ассоциацией учащейся молодежи» при поддержке Управления внутренней политики Липецкой области проводилась акция «Мы за здоровый образ жизни». Ее целью было привлечение внимания подрастающего поколения к таким проблемам современного об-

щества, как табакокурение, алкоголизм, ВИЧ / СПИД, наркотики, асоциальные явления.

В процессе реализации подобных проектов подростки получают массу положительных эмоций, оставляют пожелания организаторам с просьбами как можно чаще проводить подобные мероприятия, что свидетельствует о неподдельном интересе и поддержке в подростковой и молодежной среде подобного рода акций и слетов.

Государственная поддержка и пропаганда здорового образа жизни среди подростков является важным направлением. Однако проводимые государством, администрацией города разовые акции привлекают внимание к проблеме, но не дают стойкого положительного эффекта. Формирование здорового образа жизни подрастающего поколения требует системного и комплексного подхода прежде всего через применение новых технологий работы.

На базе лицея № 5 г. Елец с 2002 г. действует спортивный клуб «Добрыня», возглавляемый на тот момент тренером, мастером спорта СССР по дзюдо С.В. Макаровым. Первый Кубок клуба не отличался большим количеством участников и представительностью видов спорта и проводился на базе лицея. Постепенно турнир вырос до общегородских масштабов, число команд с 10–15 возросло до 69, число видов спорта – до 24, среди которых стали традиционными такие старинные, но забытые русские виды спорта, как лапта, городки. Стали традицией матчевые встречи с друзьями-соперниками из других городов области и Черноземья. Кроме того, клуб находится в постоянном поиске и старается развиваться. Деятельность «Добрыни» охватывает практически всю молодежь Ельца. Клубом проводятся разнообразные и разноплановые мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни – от конкурсов чтецов и снежных фигур до спортивных фестивалей «Богатырские игры». С недавних пор в рамках клуба проводится фестиваль дворовых видов спорта памяти С.В. Макарова, который представляет собой межшкольные дворовые Спартакиады по 10 видам спорта. Благодаря активной деятельности С.В. Макарова удалось увести сотни елецких подростков с улиц, оторвать их от курения и алкоголя, хулиганства и наркотиков, а некоторых уберечь от колонии для

несовершеннолетних и воспитать из них настоящих мужчин.

Работа «Добрыни» была по достоинству оценена трехкратной Олимпийской чемпионкой, членом Совета при Президенте Российской Федерации по физической культуре и спорту И.К. Родниной и двукратным Олимпийским чемпионом, Председателем Госкомспорта России В.А. Фетисовым.

Благодаря «Добрыне» у детей и подростков появилась хорошая традиция с пользой проводить внеурочное время. В лицее № 5 ввели в практику «паспорт здоровья», куда вносятся баллы за участие детей и подростков в различных спортивных мероприятиях, учитывается успеваемость. Такая практика подталкивает их заниматься еще лучше и в награду получить переходящий кубок за свои заслуженные успехи. Кроме того победители получают ценные призы от спонсоров: DVD- и MP3-плееры, цифровые фотоаппараты, сотовые телефоны, возможность съездить в Москву, Санкт-Петербург и т. п.

Для поддержания и пропаганды здорового образа жизни во всех возрастных категориях в рамках городской программы оснащения дворов Ельца детскими игровыми площадками был приобретен спортивный тренажерный комплекс. Тренажерный комплекс под открытым небом доступен для всех посетителей городского парка и давно стал любимым местом для жителей города. Данный комплекс антивандальный и при бережном отношении может прослужить не один десяток лет. Подобные тренажеры приносят горожанам большую пользу, т. к. без каких-либо наставников любой человек сможет заниматься физическим развитием в меру возможностей своего времени и здоровья. Дворовые тренажеры могут стать еще одной ступенью к оздоровлению горожан в связи с тем, что не каждый сможет найти время и средства для похода в фитнес-клуб, а всеобщая доступность такой спортплощадки – весомая причина заняться своим здоровьем.

Популярным мероприятием у горожан стало празднование Татьянинного дня на зимнем катке СК «Локомотив». В день студенческого праздника на катке проводится ледовая дискотека, выступают творческие коллективы города, устраивается фейерверк. В празднике участвуют не только подростки и молодежь города, горожане приходят на ка-

ток целыми семьями, совмещая оздоровление и развлечение.

Говоря о здоровьесберегающей среде города, не стоит сбрасывать со счетов тот факт, что г. Елец имеет многолетние борцовские традиции. Спортивные школы города за время своего существования подготовили большое количество мастеров и кандидатов в мастера спорта по борьбе самбо и дзюдо. Секции плавания, фитнес-аэробики, каратэ, кикбоксинга и т. д. посещает большое количество детей, подростков и молодежи. В городе функционирует Ледовый дворец им. Анатолия Тарасова.

К созданию здоровьесберегающей среды в городе активно привлекается молодежь. Одним из примеров подобной работы с молодежью можно считать создание клуба, объединяющего любителей экстремальных видов спорта «Мягкий асфальт». Данный проект был реализован участницей Всероссийского проекта «Вовлечение молодых людей в гражданскую активность с целью сохранения их здоровья и развития жизненных навыков», на тот момент студенткой Елецкого государственного университета им. И.А. Бунина Ксенией Ефановой. В рамках проекта на берегу р. Сосна в районе СК «Виктория» была построена площадка, где 9 мая 2010 г. впервые в истории г. Елец прошли открытые соревнования по экстремальным видам спорта. За призы турнира бились сильнейшие роллеры, скейтеры, бээмиксеры Ельца, Липецка и Старого Оскола.

Для создания среды, формирующей ценностное отношение к здоровью, г. Елец имеет огромные природно-ландшафтные возможности. При поддержке администрации Липецкой области в Ельце создается «Особая экономическая зона регионального уровня туристско-рекреационного типа» [10].

Благодаря умеренно-континентальному климату с теплым продолжительным летом и умеренно холодной зимой, живописности ландшафтов с изрезанными речными долинами, обрывистыми склонами с выходом известняковых пород, имеется возможность продвижения различных видов оздоровительного туризма (байдарки и каноэ, альпинизм и скалолазание, спортивное рыболовство и т. д.). В окрестностях города в районе существующей лыжной базы есть место,

идеально подходящее для строительства спортивно-развлекательного комплекса, где по плану должны разместиться скейтдром, гольф-клуб, стадион, конноспортивная база с маршрутами конных прогулок, теннисные корты, лыжно-роллерная трасса с подъемником. Все это должно приобщить к здоровому образу жизни не только гостей города, но и его жителей, в частности, подростков и молодежь.

Подводя итог, можно сказать, что здоровый образ жизни в современном мире – это мера цивилизованности и человечности, характеризующая как отдельного человека, так и общество в целом. Он складывается из ориентации на здоровье как абсолютную жизненную ценность, идеалы личности, семьи, нации и природы, из эффективных мер питания, образования, физкультуры и спорта, гигиены тела и духа. Таким образом, единственный путь решения проблемы формирования здорового образа жизни подрастающего поколения – это создание здоровьесберегающей среды, системы воспитания здорового образа жизни, формирования ценностного отношения к здоровью при активном участии самих подростков и молодежи, семьи, образовательных учреждений, администрации и других социальных институтов.

Список литературы

1. Об образовании в РФ: федеральный закон РФ от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ // Собрание законодательства РФ. 2012. № 53 (ч. 1).
2. Концепция модернизации Российского образования на период до 2010 г. // Директор школы. 2002. № 1. С. 97-126.
3. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. М., 1987.
4. Дедловская М.В. Повышение эффективности подготовки учителя начальных классов к формированию у школьников здорового образа жизни средствами физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Барнаул, 2010.
5. Селевко Г.К. Современные образовательные технологии. М., 1998.
6. Зайцев Г.К. Школьная валеология: Педагогические основы обеспечения здоровья учащихся и учителей. СПб., 2001.
7. Вережкина О.В. Взаимодействие общеобразовательной школы и религиозных организаций в формировании здорового образа жизни подростков: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2004.

8. *Симонов Д.Э.* Условия реализации воспитательного потенциала подросткового досугово-объединения культурно-оздоровительной направленности: автореф. дис. ... канд. пед. наук. СПб., 2002.
9. *Гаврилова А.С.* Словарь синонимов и антонимов современного русского языка. М., 2014.
10. Официальный портал администрации Липецкой области. URL: admlip.ru...*oez-turistsko-rekreatsionnogo-tipa* (дата обращения: 14.01.2016).

References

1. Russian Federation. *Federal Law "Ob obrazovaniy v RF"* of December 29, 2012. № 273-FZ. *Sobranie zakonodatel'stva RF*. 2012. № 53 (ch. 1).
2. Kontseptsiya modernizatsii Rossiyskogo obrazovaniya na period do 2010 g. *Direktor shkoly*, 2002, no. 1, pp. 97-126.
3. Amosov N.M. *Razdum'ya o zdorov'e*. Moscow, 1987.
4. Dedlovskaya M.V. *Povyshenie effektivnosti podgotovki uchitelya nachal'nykh klassov k formirovaniyu u shkol'nikov zdorovogo obraza zhizni sredstvami fizicheskoy kul'tury*.

- Avtoreferat dissertatsii ... kandidata pedagogicheskikh nauk. Barnaul, 2010.
5. Selevko G.K. *Sovremennye obrazovatel'nye tekhnologii*. Moscow, 1998.
6. Zaytsev G.K. *Shkol'naya valeologiya: Pedagogicheskie osnovy obespecheniya zdorov'ya uchashchikhsya i uchiteley*. St. Petersburg, 2001.
7. Vereykina O.V. *Vzaimodeystvie obshcheobrazovatel'noy shkoly i religioznykh organizatsiy v formirovaniy zdorovogo obraza zhizni podrostkov*. Avtoreferat dissertatsii ... kandidata pedagogicheskikh nauk. Moscow, 2004.
8. Simonov D.E. *Usloviya realizatsii vospitatel'nogo potentsiala podrostkovogo dosugovogo ob'edineniya kul'turno-ozdorovitel'noy napravlenosti*. Avtoreferat dissertatsii ... kandidata pedagogicheskikh nauk. St. Petersburg, 2002.
9. Gavrilova A.S. *Slovar' sinonimov i antonimov sovremennogo russkogo yazyka*. Moscow, 2014.
10. *Ofitsial'nyy portal administratsii Lipetskoy oblasti*. Available at: admlip.ru...*oez-turistsko-rekreatsionnogo-tipa* (accessed 14.01.2016).

Поступила в редакцию 25.02.2016 г.
Received 25 February 2016

UDC 371.7

THE INFLUENCE OF PROVINCIAL CITY ENVIRONMENT ON THE FORMATION OF VALUE RELATION TO HEALTH AMONG CHILDREN AND TEENAGERS

Irina Vladimirovna KONDAKOVA, Bunin Yelets State University, Yelets, Russian Federation, Candidate of Pedagogy, Associate Professor of Primary Education Department, e-mail: KondaKobra@mail.ru

The influence of environment on forming valuable relation to the health in younger generation in a provincial city, the main trends in the deterioration of health status of adolescents, key problems of provincial cities are highlighted. The aim of active help the younger generation is to adapt to life, choosing a path of self-realization, overcoming difficulties of life, building life strategies through introduction to a healthy lifestyle. The possibility of achieving a sufficiently high level of motivation of a healthy lifestyle for children and adolescents in a small provincial town on the example of the city of Yelets of the Lipetsk region with the participation of the administration, youth Parliament, activity of youth leaders, residents and using new approaches is discussed. Special attention is paid to the description of steps and measures aimed at forming healthy lifestyle, value attitude to health in terms of a provincial town. The health-saving potential of the city Yelets is marked, opportunities in the context of "Special economic zones of regional level tourist-recreational type" are analyzed. Based on the data obtained in the result of the study, a solution to the problem of forming healthy lifestyle of younger generation through the creation of healthy environment forming value attitude to health is proposed.

Key words: provincial city; health saving environment; adolescent; health; value attitude to health.

DOI: 10.20310/1810-0201-2016-21-3/4(155/156)-89-94