

АННОТАЦИЯ

диссертации на соискание степени доктора философии (PhD)
подготовленная Жапановой Ризой Набиевной на тему:

«Педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы» по специальности 6D010200 – Педагогика и методика начального обучения

Актуальность исследования. Сегодня для развитых стран здоровье человека и общества имеет важное социальное значение. В современном мире, чтобы человек считал себя полноценно образованной личностью, он, прежде всего, должен придерживаться здорового образа жизни и осваивать культуру здоровья. Это не только личное богатство каждого, но и одно из главных условий для вхождения нашей страны в число развитых государств. Иными словами, здоровье граждан – один из важнейших показателей, определяющих уровень процветания государства.

Необходимость формирования здорового образа жизни занимает важное место в Послании Президента и является частью государственной политики, поскольку важным фактором, влияющим на здоровье населения, является, с одной стороны, обеспечение государством путей предотвращения болезней, а с другой стороны, формирование здорового образа жизни.

Как известно, формирование здорового образа жизни направлено на то, чтобы каждый из нас занимался физическими упражнениями, соблюдал гигиену и отказывался от вредных привычек.

Формирование и укрепление здоровья человека – задача не только медицины, но и всего общества в целом в условиях современных рыночных отношений, а также системы обучения и воспитания в условиях независимого Казахстана, которая находит решение только через понимание глубинной сути образования и природы человека, его психического и духовного состояния. В Республике Казахстан сохранение и забота о здоровье людей является одним из главных направлений государственной политики.

В этой связи Комплексный стратегический план развития Республики Казахстан до 2025 года, Закон Республики Казахстан «Об образовании», «Комплексная программа воспитания в организациях образования Республики Казахстан», Концепция развития здравоохранения Республики Казахстан до 2026 года, утвержденная постановлением Правительства Республики Казахстан от 24 ноября 2022 года № 945, программное заявление «Ориентация на будущее: духовное возрождение», Послание Президента Республики Казахстан К.Токаева народу Казахстана «Справедливое государство. Единая нация. Благополучное общество» (11 сентября 2022 г.) и Концепция развития дошкольного, среднего, технического и профессионального образования Республики Казахстан на 2023 – 2029 годы, являются ярким тому подтверждением.

Еще древние философы, такие как Гиппократ, Платон и Аристотель отмечали, что поведение и образ жизни людей напрямую влияют на их здоровье.

Прогрессивная просветительская идеология народов Средней Азии также оказала значительное влияние на формирование взглядов в процессе воспитания и обучения молодого поколения.

Педагогические идеи Ибн Сины, аль-Фараби, аль-Мадхали, У.Тилеукабылулы, М.Х.Дулати максимально согласуются с народными представлениями о формировании личности и физическом воспитании молодого поколения.

Аль-Фараби утверждал: «Душа и тело развиваются вместе, нет души без тела, душа – жизненное свойство тела, у человека не бывает двух душ одновременно, и тело, и душа человека преходящи, временны. Тело влияет на развитие души, на ее постепенное формирование и совершенствование. Для развития души необходимо здоровье тела. Там, где нет здоровья тела, нет и здоровья души».

Идея мудреца о том, что «Без здоровья души не будет и здоровья тела», выдвигает одну из актуальных проблем современной школы. Согласно последним исследованиям, около 60% учащихся страдают различными хроническими заболеваниями, причем большинство из этих заболеваний носит психосоматический характер. Учащение подобных случаев позволяет сделать вывод, что «основная причина, негативно влияющая на физическое здоровье детей, – слабость их духовного мира».

Казахские просветители Ш.Уалиханов, А.С.Ситдыков, К.Ш.Шаймерденова, которые подчеркивали, что приобщение молодого поколения к здоровому образу жизни во всех случаях должно основываться на принципе умеренности, заботиться о своем здоровье и важности использования природных потребностей в укреплении здоровья, также уделяли этому пристальное внимание.

В 20-30-е годы XX века общественный деятель А. Байтурсинов, пропагандируя, что здоровье выше всякого богатства и для его сохранения необходимо принимать все меры, даже если они дорого обойдутся, уделял большое внимание воспитанию здорового молодого поколения.

В конце 40-х годов, начале 60-х годов XX века М.В. Антропова, Л.А. Ивашова, С.М. Громбах, Н.И. Бобров, учитывая необходимость создания оздоровительных условий в школах, уделяют особое внимание вопросам гигиены учебно-воспитательной работы.

В 70-80-е годы XX века философы и социологи А.П.Бутенко, В.Б.Капустин, М.Н.Руткевич, О.А.Мильштейн, И.В.Бестужев-Лада и др.; врачи Н.М.Амосов, Д.А.Изуткин, И.И.Брехман, Ю.П.Лисицын, Г.Л.Апанасенко и др.; психологи и педагоги М.Я. Виленский, В.А.Ананьев, В.А.Воскресенский, А.А.Дубровский и др. провели многоплановый анализ, связанный со здоровым образом жизни. Ряд ученых, в частности Л.Г.Татарникова, С.В.Попов, Ж.Т.Билич, Л.В.Назаров, В.В.Колбанов,

В.П.Казначеев, Г.К.Зайцев, Г.С.Акиева и др., провели исследования по актуальным проблемам воспитания здорового образа жизни.

В Казахстане проводятся исследовательская и практическая работа на различных уровнях по пропаганде здорового образа жизни среди населения. В этом направлении также изучаются вопросы внедрения нетрадиционных методов и естественных способов оздоровления в классную и внеклассную работу. В частности, А.Досбенбетова в своих трудах рассматривает пути формирования здорового образа жизни у детей и подростков посредством совместных действий школы, семьи и общества. Вопросами взаимосвязи общества в воспитании и формировании здорового образа жизни учащихся занимаются Ж.З.Торыбаева, социально-медицинским аспектом концепции системного внедрения здорового образа жизни С.Т.Сейдуманов, А.С.Адилханов и др., внеурочной физической подготовкой учащихся Д.Б.Биданов, исследованиями по реализации социально-педагогических факторов, связанных с формированием здорового образа жизни населения в спортивных сооружениях Р.Д.Артыкбаев, теоретико-методическими основами воспитания учащихся общеобразовательных школ против алкоголя и культуры оздоровления К.И.Адамбеков, Ш.К.Айтпаганбетова, А.Г.Тилек, А.С.Имангалиев и др., использованием средств казахской народной педагогики в системе физической культуры и оздоровления среди учащихся А.К.Акишева, Э.Н.Касимбаева, К.С.Абишев, Ж.М.Тулегенов и др.

В последние годы казахстанский исследователь К.М.Кертаева, рассмотрев деонтологические аспекты нашего объекта исследования, в своей работе «Школа „Рахат“: Новой школе — новый век» выдвигает, что одной из важных задач современной школы является «проявление педагогами профессионального морального интереса к здоровью ученика и его всестороннему развитию, понимание этого как фактора, влияющего на успехи ученика». В данной работе автор всесторонне описывает процесс формирования у детей на уровне начального образования интереса к учебе, адаптации к школе, первых понятий об окружающей среде и социальных отношениях, а также основных учебных действий — мышления, речи, изложения, навыков счета:

– первый учебный год посвящен общему развитию речи, то есть с помощью различных методик направлен на устранение дефектов речи, обучение свободному выражению своих мыслей;

– второй учебный год посвящен освоению техник письма и чтения;

– третий учебный год посвящен овладению основными математическими понятиями, формированию навыков счета, воспитанию навыков количественного, качественного сравнения, анализа;

– в четвертый учебный год учащиеся ориентируются на постижение тайн природы, окружающей среды, основ здорового образа жизни и первых представлений об экологических понятиях.

Кроме того, в целях реализации стратегии «Казахстан – 2030», основываясь на долгосрочном приоритете «Здоровье, образование и благополучие граждан Казахстана», Постановлением Правительства

Республики Казахстан был открыт Национальный центр формирования здорового образа жизни.

Анализ психолого-педагогических трудов показывает, что формирование здорового образа жизни среди молодого поколения является одной из давно изучаемых тем. В то же время, на наш взгляд, формирование здорового образа жизни у учащихся начальной школы недостаточно изучено и требует специального поиска, в том числе и в связи с его организованными педагогическими условиями.

Актуальной проблемой является недостаточное рассмотрение педагогических условий, направленных на сохранение здоровья подрастающего поколения и формирование навыков здорового образа жизни у учащихся начальных классов, в условиях растущих требований современного общества. Кроме того, недостаточное внимание к возрасту и индивидуальным особенностям учащихся в процессе реализации этого процесса, приводит к ряду несоответствий и противоречий между современным состоянием воспитания и формирования здорового образа жизни и требованиями государственной политики.

Разрешение указанных противоречий и определение педагогических условий этой проблемы, успешное воспитание эффективное формирование навыков здорового образа жизни у учащихся начальной школы способствует проведению специальной исследовательской работы.

Важность рассмотренных вопросов и неполное раскрытие этой области в качестве самостоятельного научного предмета, послужили основой выбора темы исследования: «Педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы».

В качестве проблемы исследования был рассмотрен поиск путей решения несоответствий между теоретической и практической подготовкой учителей начальных классов в этой области с учетом важности воспитания и формирования здорового образа жизни у обучающихся начальной школы, современных практических потребностей и социальных запросов общества.

Цель исследования – научно обосновать процесс формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы и разработать методику его реализации.

Объект исследования – учебно-воспитательный процесс начальной школы.

Предмет исследования – формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы.

Гипотеза исследования. *Если* в целостном педагогическом процессе начальной школы учесть разработанные нами педагогические условия в соответствии с определёнными методологическими основами, *то* можно будет повысить эффективность модели формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, *так как* процесс формирования навыков здорового образа жизни осуществляется через разработанную методику.

В соответствии с целью и гипотезой исследования, а также с учетом объекта и предмета исследования, были определены следующие задачи исследования:

1. Раскрыть педагогическую сущность формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, уточнить содержание понятий «образ жизни» и «здоровье» и дать авторское определение понятия «формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы».

2. Разработать педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в учебно-воспитательном процессе начальной школы.

3. С учетом возрастных особенностей определить критерии и показатели уровней сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся и сконструировать модель формирования навыков здорового образа жизни младших школьников.

4. Выработать методику формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в целостном педагогическом процессе начальной школы и проверить её эффективность в ходе опытно-экспериментальной работы.

Ведущая идея исследования: формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы представляет собой научно организованный и целенаправленный процесс, являющийся важной составной частью общей системы личностного формирования.

Методологическую основу исследования составляют следующие теоретические и научные положения:

– теоретические принципы, анализирующие значение понятий «здоровье», «образ жизни», «навыки здорового образа жизни» с философской, социальной, медицинской, психологической и педагогической точек зрения;

– научные концепции, направленные на всестороннее и гармоничное развитие личности;

– идея, основанная на принципах системности и целостности;

– педагогические идеи и методологические подходы, направленные на формирование здорового образа жизни, концепции формирования и развития личности (Н.М.Амосов, И.И.Брехман, Ю.П.Лисицын, Г.Н.Царегородцев, В.В.Колбанов);

– единство мотивации и поведения (А.Маслоу, У.Джеймс, А.Н.Леонтьев, С.Л. Рубинштейн).

Кроме того, за основу были приняты следующие методологические подходы:

– деонтологический подход (М.М.Ермолович, К.М.Левитан, К.М.Кертаева, Л.Мардахаев, Л.Т.Рыскелдиева и др.);

– деятельностный подход (Л.С.Выготский, П.Я.Гальперин, С.Л.Рубинштейн, Д.Б.Эльконин, Г.В.Бабина, М.А.Черкасова);

– принцип системности, который всесторонне обоснован в трудах Ю.К.Бабанского, Н.Д.Хмель;

– **личностно-ориентированный подход**, основы которого отражены в трудах И.А.Зимней, Е.В.Бондаревской, В.Б.Шадрикова, И.С.Якиманской;

– **аксиологическое направление**, данный принцип рассматривает человека как высшую социальную ценность и обобщен исследованиями таких ученых, как М.С.Каган, Д.С.Лихачев, В.А.Сластенин, Е.Н.Шиянов;

– **этнопедагогическая основа**, в этой области важными являются взгляды таких ученых, как С.Калиев, К.Жарыкбаев, А.Табылдиев, С.Узакбаева, К.Кожахметова, Р.К.Дуйсембинова, С.К.Абильдина, К.Т.Атемова, Ш.М.Мухтарова;

– **проблема подготовки будущих педагогических кадров, ориентированных на сохранение и укрепление здоровья учащихся**, рассмотрена в трудах исследователей М.В.Козуб, К.И.Шишкиной, Н.О.Тимошенко, В.Б.Иванова.

Источники исследования – официальные нормативно-правовые документы в области образования и Всемирной организации здравоохранения и Министерства здравоохранения Республики Казахстан по сохранению и охране здоровья детей; исследования казахстанских и зарубежных учёных в области формирования навыков здорового образа жизни обучающихся; психолого-педагогические труды по подготовке учителей к педагогической деятельности; образовательные программы и рабочие учебные планы начальной школы; материалы международных и республиканских конференций и периодической печати.

Методы исследования. В ходе исследования для решения поставленных задач и определения правильности гипотезы использовался комплекс взаимодополняющих и обогащающих друг друга методов:

– **теоретические методы:** теоретический обзор философской, психолого-педагогической литературы, нормативно-правовых актов и учебно-методических материалов, связанных с проблемой исследования; построение модели; изучение педагогического опыта по формированию навыков здорового образа жизни у учащихся начальных классов;

– **эмпирические методы:** сбор данных путем анкетирования, опроса, наблюдения, беседы, использования письменных заданий и вопросов;

– **методы анализа и оценки:** анализ педагогических документов, проведение диагностики, направленной на выявление уровней воспитанности и склонности учащихся к здоровому образу жизни;

– **методы статистической обработки:** шкалирование, ранжирование, рейтингование полученных данных, а также математический и статистический анализ результатов исследования.

База исследования: В качестве базы исследования были выбраны школа-лицей №66 и общеобразовательная средняя школа №16 города Караганды.

Этапы исследования: Исследовательский процесс осуществлялся в период с 2018 по 2021 год и был разделен на три основных этапа.

Первый этап (2018–2019 гг.) – проведён анализ философской, медицинской, биологической, психологической и педагогической

литературы по проблеме исследования. Это позволило изучить процесс обучения и воспитания в школе по данной проблеме, а также определить теоретико-методологические основы рассматриваемого вопроса в условиях общеобразовательной школы. С помощью выбранной методики был выявлен исходный уровень сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся. Полученный материал позволил определить научный аппарат исследования, выдвинуть его ведущую гипотезу и наметить методику эмпирической программы. Данный этап был связан с теоретическим осмыслением и оценкой современного состояния исследуемой проблемы.

Второй этап (2019–2020 гг.) – осуществлялся на основе анализа текущей документации общеобразовательных школ (материалов педсоветов и отчётов школ), где обсуждались возможности формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы. На этой основе была разработана и внедрена система мероприятий, определены наиболее эффективные формы и методы работы по формированию навыков здорового образа жизни с учётом возрастных особенностей учащихся, проведён сравнительный анализ уровней воспитанности и сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся до и после эксперимента.

Третий этап (2020–2021 гг.) – проанализированы результаты исследования, обобщены итоги экспериментальной работы, сформулированы теоретические выводы и оформлены материалы диссертации.

- На основе теоретического анализа концепции формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы уточнены понятия «образ жизни», «здоровье» и дана авторская трактовка понятия «формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы»;

- Разработаны педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы;

- С учётом возрастных особенностей определены критерии и показатели уровня сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, а также сконструирована модель формирования этих навыков;

- Выработана методика формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы и проверена её эффективность в ходе эксперимента.

Научная новизна и теоретическая значимость исследования:

– на основе теоретического анализа концепции формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы уточнено содержание понятий «образ жизни» и «здоровье», предложено авторское определение понятия «формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы»;

– разработаны педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы;

– с учётом возрастных особенностей определены критерии и показатели уровней сформированности навыков здорового образа жизни у обучающихся,

сконструирована модель формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы;

– выработана методика формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, экспериментально проверена ее эффективность.

Практическая значимость исследования. Теоретические выводы и научно-методические рекомендации позволяют совершенствовать процесс формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы и влияют на эффективное решение основной проблемы исследования. Разработан электронный учебный ресурс «Саулық сыры», подготовлены методическое пособие для элективного курса и учебно-методическое пособие «Формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы» для учителей начальных классов. Полученные результаты и сформулированные на их основе предложения могут быть использованы в системе высшего образования при подготовке будущих учителей общеобразовательных школ, в системе повышения квалификации работников образования, а также при разработке методических рекомендаций по воспитательной работе для учителей, воспитателей и родителей.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечиваются аргументированностью теоретических положений; использованием комплекса методов, адекватных предмету и задачам исследования; статистической обработкой эмпирических данных; результативностью экспериментальной работы; внедрением разработанных материалов в практику работы начальной и высшей школы.

Основные положения, выносимые на защиту:

– педагогическая сущность процесса формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, в том числе уточненное содержание понятий «образ жизни» и «здоровье» и авторское определение понятия «формирование навыков здорового образа жизни у обучающихся начальной школы»;

– педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в учебно-воспитательном процессе начальной школы;

– модель формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в учебно-воспитательном процессе начальной школы;

– методика формирования навыков здорового образа жизни обучающихся в целостном педагогическом процессе начальной школы и результаты её опытно-экспериментальной апробации.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные результаты и положения исследования были доложены на международных научно-практических конференциях (Караганда, 2020; Япония, 2019; Атырау, 2021) и опубликованы в изданиях, рекомендованных Комитетом по контролю в сфере образования и науки (Астана, 2019; Павлодар, 2020; Караганда, 2020), а также в 2 научных статьях, индексируемых в базе данных Scopus. Результаты исследования внедрены в педагогический процесс тех

образовательных учреждений, которые были использованы в качестве базы исследования.

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованной литературы и приложений.

Во введении обоснована актуальность выбранной темы исследования и представлен научный аппарат исследования (цель, объект, предмет, задачи, гипотеза, научная новизна, практическая значимость, выносимые на защиту положения).

В первой главе **«Методологические основы формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы»** методологически обоснован процесс формирования навыков здорового образа жизни младших школьников. Раскрыта педагогическая сущность формирования навыков здорового образа жизни обучающихся: с позиций медицины, социологии, психологии, педагогики проанализированы и уточнены понятия «образ жизни» и «здоровье», дано авторское определение понятия «формирование навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы». Разработаны педагогические условия формирования навыков здорового образа жизни в учебно-воспитательном процессе начальной школы, построена модель формирования навыков здорового образа жизни младших школьников.

Во второй главе **«Содержание формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы»** показаны пути реализации модели формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы. Рассмотрены цель, задачи, содержание и методы реализации авторской экспериментальной программы «Саулық сыры». В результате экспериментальной работы разработаны критерии и показатели уровня сформированности навыков здорового образа жизни обучающихся. Выработана методика формирования навыков здорового образа жизни обучающихся начальной школы, которая прошла экспериментальную проверку, а также проведен анализ полученных результатов.

В заключении подведены результаты исследования подтверждающие выдвинутую гипотезу и основные положения выносимые на защиту, выработаны рекомендации, а также обозначены актуальные направления дальнейшего научного поиска.

В приложении представлены материалы исследования, не включенные в основное содержание диссертации.