

ОБЩАЯ ПЕДАГОГИКА, ИСТОРИЯ ПЕДАГОГИКИ И ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 378

**Актуализация роли семьи как фактора реализации практик
здоровьесберегающего поведения**

*Гараева Екатерина Александровна, кандидат педагогических наук, доцент
Оренбургский государственный университет, Оренбург*

Аннотация. В статье раскрывается проблема реализации здоровьесберегающих практик в семейном воспитании. Представлены результаты проведенного исследования, направленного на выявление роли семьи в формировании культуры здорового образа жизни и ценностного отношения подрастающего поколения к своему здоровью, определение характера отношения в семьях современных студентов университета к проблеме сохранения и сбережения здоровья. Раскрыт опыт реализации образовательных практик, актуализирующих вопросы здоровьесбережения среди студенческой молодежи.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесбережение, практики здоровьесберегающего поведения, семья, семейное воспитание.

**Actualization of the role of the family as a factor in the implementation
of health-saving behavior practices**

*Garaeva Ekaterina Alexandrovna, candidate of pedagogical sciences, associate professor
Orenburg State University, Orenburg*

Abstract. The article reveals the problem of implementing health-saving practices in family education. The results of the study aimed at identifying the role of the family in the formation of a culture of a healthy lifestyle and the value attitude of the younger generation to their health, determining the nature of the attitude in the families of modern university students to the problem of preserving and preserving health are presented. The experience of implementing educational practices that actualize the issues of health preservation among students is revealed.

Keywords: health, health preservation, practices of health-saving behavior, family, family education.

ВВЕДЕНИЕ. Сохранение здоровья субъектов образовательного процесса, формирование ценностей здорового образа жизни, обеспечение психолого-педагогических и организационных условий, нацеленных на укрепление и сохранение физического, психического и духовно-нравственного здоровья личности, были и остаются чрезвычайно актуальными проблемами нашего общества. Исследователи отмечают важность работы в решении вопросов здоровьесбережения не только педагогами, но и с семьями обучающихся. Многие из современных студентов университета сами являются молодыми родителями, и в этой связи необходимо включать в проводимые мероприятия вопросы, касающиеся роли семьи в решении задач укрепления и сохранения здоровья.

Среди научных работ, отражающих различные аспекты проблемы актуализации роли семьи в формировании ценностного отношения личности к сохранению и сбережению здоровья, основ здорового образа жизни, можно отметить те, в которых представлен опыт реализации здоровьесберегающих практик в семье (А.С. Дубровина [1]), использования в семейном воспитании технологий, направленных на сохранение здоровья (Г.Ж. Микерова, Е.П. Швец) [2]; укрепления здоровья через формирование здорового образа жизни в семье (Л.М. Лукьянова) [3]; использование фактора здорового образа жизни семьи как необходимого условия формирования ценности здоровья у растущей молодой личности (Л. В. Петрова) [4].

МЕТОДОЛОГИЯ. Цель исследования состоит в изучении роли семьи в формировании культуры здорового образа жизни и ценностного отношения подрастающего поколения к здоровью, а также в определении характера отношения в семьях современных студентов университета к проблеме сохранения и сбережения здоровья. В качестве метода исследования использовалось анкетирование студентов. Была разработана авторская анкета, позволившая выявить характер отношения в семье к проблеме сохранения и сбережения здоровья личности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. В статье представлены результаты анкетирования студентов, которое проводилось в марте 2024 года на базе Оренбургского государственного университета с целью исследования отношения студентов к здоровью, здоровому образу жизни и реализации здоровьесберегающих практик в условиях образовательной организации и в семье. Всего в анкетировании приняли участие 323 студента. Анкета включала, в том числе, вопросы, касающиеся выявления роли семьи в реализации практик, обеспечивающих здоровосозидание. Представим результаты, полученные при анализе некоторых вопросов анкеты (рис. 1 и 2).



Рисунок 1 – Характер ответов студентов о роли семьи в формировании ценностного отношения к здоровью



Рисунок 2 – Результаты ответов студентов на вопрос о характере отношения в их семье к проблеме сохранения и сбережения здоровья

Полученные результаты свидетельствуют о необходимости проведения работы по актуализации роли семьи в формировании основ деятельности, направленной на сохранение и повышение уровня здоровья подрастающей личности. В обра-

звательном процессе Оренбургского государственного университета осуществляется работа по актуализации роли семьи в формировании ценностного отношения личности к своему здоровью, основ ведения здорового образа жизни, осуществлению самообразовательной и образовательной деятельности в направлении совершенствования культуры здоровьесберегающего поведения. Традиционным для кафедры общей и профессиональной педагогики стало проведение круглого стола на тему «Педагогика здоровья», в рамках которого ежегодно обсуждаются вопросы здоровьесберегающего образования, практика реализации технологий, нацеленных на формирование грамотного отношения к здоровью в учебном процессе, а также обеспечение психолого-педагогического сопровождения как ресурса сбережения здоровья участников образовательного процесса и многие другие [5].

ВЫВОДЫ. Проведенное исследование позволило установить, что большая часть студенческой молодежи (65,6%) отмечает, что «семья сформировала у меня установки на сохранение и укрепление здоровья» и «проблема сохранения здоровья – важная для нашей семьи. Однако, к сожалению, не всегда удается соблюдать рациональный режим, заниматься спортом, физической культурой и придерживаться правильного питания». 24,8% студентов указали, что проблема сохранения здоровья является одной из важнейших для их семьи.

При этом следует отметить, что, как указали в анкетах, 13,3% студентов вопрос сохранения и сбережения здоровья с родителями не обсуждают и не обсуждали. В семьях 3,1% респондентов не актуальны вопросы сохранения и сбережения здоровья. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости продолжать работу по реализации организационных форм взаимодействия участников образовательного процесса, нацеленных на актуализацию идей педагогики здоровья, а также совершенствование практики реализации здоровьесберегающих практик, в том числе в семейном воспитании.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Дубровина А. С. Здоровьесберегающие практики в семье: социологический анализ // Социальные и гуманитарные науки: теория и практика. 2020. № 1 (4). С. 302–309.
2. Микерова Г. Ж., Швец Е. П. Использование здоровьесберегающих технологий в семейном воспитании школьников // Современные наукоемкие технологии. 2015. № 12. С. 521–524.
3. Лукьянова Л. М. Укрепление здоровья ребенка через формирование здорового образа жизни в семье // Наука-2020. 2019. № 9 (34). С. 89–93.
4. Петрова Л. В. Здоровый образ жизни семьи психолого-педагогическое условие в формировании ценности здоровья у старших школьников // Проблемы современного педагогического образования. 2019. № 62-4. С. 157–160.
5. Неволлина В. В., Гараева Е. А. Актуализация идей здоровьесберегающей педагогики в образовательной практике: опыт организационных форм взаимодействия // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2023. № 6 (220). С. 257–259.

REFERENCES

1. Dubrovina A. S. (2020), "Health-saving practices in the family: a sociological analysis", *Social and humanitarian sciences: theory and practice*, No. 1 (4), pp. 302–309.
2. Mikerova G. Zh. and Shvets E. P. (2015), "The use of health-saving technologies in family education of schoolchildren", *Modern high-tech technologies*, No. 12, pp. 521–524.
3. Lukyanova L. M. (2019), "Strengthening the child's health through the formation of a healthy lifestyle in the family", *Nauka-2020*, No. 9 (34), pp. 89–93.
4. Petrova L. V. (2019), "A healthy lifestyle of the family is a psychological and pedagogical condition in the formation of the value of health among senior schoolchildren", *Problems of modern pedagogical education*, No. 62-4, pp. 157–160.
5. Nevolina V. V., Garaeva E. A. (2023), "Actualization of the ideas of health-saving pedagogy in educational practice: the experience of organizational forms of interaction", *Scientific notes of the P.F. Lesgaft University*, No. 6 (220), pp. 257–259.

Информация об авторах: Е.А. Гараева, доцент кафедры общей и профессиональной педагогики, eagaraeva@list.ru, <https://orcid.org/0000-0002-5548-3594>.

Поступила в редакцию 24.04.2024. Принята к публикации 20.05.2024.