*Попова Юлия Геннадьевна,*

магистрант

направления подготовки

«44.04.01 «Педагогическое образование»

«Омская гуманитарная академия»,

г. Омск

Научный руководитель канд. пед.н., доцент Шпакина И.Г.

Особенности процесса формирования ценностного отношения к здоровью у девочек-подростков

Проблема воспитания ценностного отношения к здоровью у девочек- подростков особо остро стоит в настоящее время. Так, по данным научного Центра охраны здоровья детей и подростков РАМН, за последние 10 лет число здоровых девочек-подростков уменьшилось с 21,6% до 6,3%; до 75% увеличи­лось количество девушек, имеющих хронические заболевания [18]. Кроме то­го, девочки всех возрастов, особенно подросткового, имеют более низкие пока­затели здоровья, чем мальчики-сверстники.

Вызывает обоснованную тревогу состояние психического здоровья детей. По данным, приведенным в исследованиях С.М. Громбаха, О.В. Хухлаевой, 70% детей-невротиков приходится на подростковый возраст, причем процент девочек от года в год увеличивается; 30-40% хронических заболеваний девочек- подростков имеет психогенную основу (181; 192). Большинство психических расстройств носит у девочек-подростков пограничный характер, данные рас­стройства непродолжительны, но представляют тревожное явление

При формировании ценностного отношения к своему и общественному здоровью помимо знаний о состоянии здоровья девочек-подростков, важно знать и их психологические особенности.Но, прежде чем дать характеристику психологических особенностей де­вочек, следует подчеркнуть следующие принципиальные моменты.

Во-первых, особенности девочек, а, следовательно, их различия с маль­чиками заметны задолго до полового созревания и только усиливаются в про­цессе его.

Во-вторых, психологические особенности не определяются характером воспитания, а напротив, сами определяют его.

В-третьих, эти особенности имеют среднестатистический характер и от­ражают типы, а не обязательное наличие или отсутствие тех или иных качеств у девочек, так как качества, черты, свойства у каждого человека перекрывают специфические особенности, связанные с полом, поэтому можно говорить лишь о преобладании каких-либо из них у представителей женского пола [2].

В-четвертых, наличие психологических особенностей должно рассматри­ваться не изолированно, а в системе целого.

Выделяeт сле­дующие важные психологические особенности девочек.

Во-первых, девочке присуща «биофилия, в буквальном смысле это слово означает «любовь к живому», но главное в другом: девочка не стремится рас­кладывать целое на части, в центре интересов сочетание предметов, она более склонна к сохранению целостности вещи, не вдаваясь глубоко во внутренние ее особенности; конкретное предпочитает абстрактному; наглядное умозритель­ному» [3, c.15].

Девочки более внушаемы, менее решительны в дей­ствиях, более эмоциональны. Ближе к сердцу принимают похвалу или порица­ние, более обидчивы, скорее обижаются при подшучивании над ними, часто проявляют особую чувствительность к порицанию, высказанному в ирониче­ской форме, «реагируют при этом, прежде всего, на тон говорящего, а потом уже на содержание его слов» [5, с. 8].

Девочки обладают большей исполнительностью, но круг интересов у них уже, чем у мальчиков. В сознании девочек реальная окружающая среда, чело­веческая личность и все, что с ней связано, занимает господствующее положе­ние. В знаниях простых и более распространенных представлений, предметов они имеют преимущество, но менее склонны к собственным формулировкам. В свободное время виды деятельности у девочек менее разнообразны, но более организованны, чем у мальчиков.

Девочки более склонны к чувственным наглядным представлениям, при­влекают их внимание в большей мере конкретные и близкие явления, непосред­ственно окружающие, чем отдаленные, абстрактные. У девочек наблюдается перевес чувств над умственными процессами, их мало интересует то, что прямо не затрагивает чувства. Известно, что девочки быстрее утомляются, скорее тре­буют отдых, менее способны к продолжительному напряжению сил, нежели мальчики.

У девочек наблюдается повышенный интерес к своей внешности, они бо­лее чувствительны к ее оценке другими людьми, «в связи с этим у них чаще на­блюдаются и различные дисморфофобии - ложные представления о своей фи­зической недостаточности» [4].

Причем у девочек в подростковом возрас­те более часто возникает чувство протеста против происходящих изменений во внешности, по сравнению с мальчиками. А это приводит к нежелательным по­веденческим реакциям, таким как «анорексии (отказ от пищи), нарушение на­строения, неврозы или неврозоподобные состояния и угнетенность» [81, c.22]. Физиологи связывают психологическую неуравновешенность девочек- подростков и характерные для нее резкие смены настроения, переходы от эк­зальтации к депрессии и от депрессии к экзальтации с нарастанием в пубертат­ном возрасте общего возбуждения и ослабления всех видов условного тормо­жения [6].

Во-вторых, для девочек характерна неотчужденность связей (переживание своей близости ко всему живому). Большинство связей девочек с окружающими более жизненно важны, чем связи с окружающими у лиц мужского пола. «Не случайно поэтому, если девочка становится на путь порока (будь то алкоголизм, наркомания, сек­суальная распущенность), исправить ее безнадежно труднее, чем у мальчиков» [2, c.42].

В-третьих, пространственную фиксацию жизне­деятельности, которая проявляет себя в том, что девочки-подростки стремятся к определенному месту и не склонны к занятиям, связанным с перемещением на большие расстояния; в непривычной обстановке девочки чаще теряются, с тру­дом находят себе занятия; «их мало волнуют отдаленные (физические и психо­логические) предметы и явления - было бы «здесь» все в порядке» [3, c.18].

Данные знания о психологических особенностях девочек должны учиты­ваться при построении учебно-воспитательного процесса.

Формирование ценностного отношения к здоровью у девочек-подростков будет эффективным, если в этом процессе учитываются определенные факто­ры. Во-первых, объект «здоровье» для девочек-подростков может стать лично­стной ценностью только при условии познания данного объекта.

Приобщая девочек к процес­су познания своего и общественного здоровья, следует шире обращаться к культуре, ее традициям, учитывать сложившийся семейный уклад.

С процессом передачи знаний, умений тесно связано и осмысление са­мими девочками содержания, форм проявления и общего значения ценности здоровья в жизни человека. Данное осмысление протекает и в ходе самой пред­метной деятельности, и в специальной деятельности, организованной педаго­гом, когда личность взаимодействует с миром, производит оценку объекта «здоровье» для собственной жизни и для жизни общества.

Однако знания, умения, напрямую преподносимые девочкам-подросткам, не дают эффективного результата. Поэтому исключительное место при форми­ровании ценностного отношения к здоровью занимает умение вызвать ответ­ную эмоциональную реакцию у девочек, а это предполагает использование в учебно-воспитательном процессе рефлексии, которая выступает «своеобразной селекцией ценности образования общественного мнения, традиций и форм их проявления» и является следующим фактором.

Кроме использования в учебно-воспитательном процессе вышеперечис­ленных факторов, при формировании ценностного отношения к здоровью у де­вочек-подростков необходимо руководствоваться определенными методами, учитывающими психофизиологические особенности девочек.

Таким образом, при формировании ценностного отношения к здоровью у девочек-подростков в учебно-воспитательной работе необходимы изменения, ориентированные на соблюдение психофизиологических особенностей обу­чающихся и вытекающих из них факторов и методов.

Литература

1.Багаев, С. Н. Российское общество: путь к современной культуре управления социальным здоровьем населения. - Москва - Барнаул, 2016. - 66с

2.Валеологизация образовательной среды в воспитательно-образовательных учреждениях / Под ред. Н.Н. Недоспасовой. Кемерово: Изд-во Кемерове, гос. ун-та, 2017. - 160 с.

3.Брехман, И. И. Валеология - наука о здоровье.- М., 2016. – 167 с.

4.Димов, В. М. Новая концепция здоровья: системный подход/ В. М. Димов // Социально- гуманитарные знания. - 2016. - № 4. - С. 185 - 192.

5. Зайцев Г.К., Колбанов В.В., Колесникова М.Г. Педагогика здоровья: Образовательные программы по валеологии. СПб.: Изд-во ГУПМ, 2016. - 76 с.