**ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**В КУРСЕ «ОБЩЕСТВОЗНАНИЕ»**

**НА ПРИМЕРЕ УЧЕБНИКА АВТОРОВ О.Б. СОБОЛЕВОЙ, О.В. ИВАНОВА**

**ИЦ «ВЕНТАНА-ГРАФ»**

И. Л. Каменчук, главный методист кафедры философии и методологии науки ГАОУ ДПО «СарИПКиПРО»

Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного, экологического, психологического, политического характера, провоцирующих негативные сдвиги в состоянии здоровья.

**Здоровый образ жизни** – [образ жизни](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9E%D0%B1%D1%80%D0%B0%D0%B7_%D0%B6%D0%B8%D0%B7%D0%BD%D0%B8) человека, направленный на [профилактику](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%BE%D1%84%D0%B8%D0%BB%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0_(%D0%BC%D0%B5%D0%B4%D0%B8%D1%86%D0%B8%D0%BD%D0%B0)) [болезней](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%BE%D0%BB%D0%B5%D0%B7%D0%BD%D1%8C) и укрепление [здоровья](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5). Понятие «здоровый образ жизни» однозначно пока ещё не определено. Представители философско-социологического направления рассматривают здоровый образ жизни как глобальную социальную проблему, составную часть жизни общества в целом.В психолого-педагогическом направлении здоровый образ жизни рассматривается с точки зрения сознания, психологии человека, [мотивации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BE%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F). Имеются и другие точки зрения (например, медико-биологическая), однако резкой грани между ними нет, так как они нацелены на решение одной проблемы – укрепление здоровья индивидуума.

Проблема здоровья современных школьников – одна из важнейших проблем современного образования. В настоящие время она усугубилась в связи с увеличением учебной нагрузки, ухудшением факторов окружающей среды, питания, снижением двигательной активности детей. Инновации в образовании, введение новой формы итоговой аттестации в IX-х и XI-х классах создают дополнительные стрессовые ситуации. По данным министерства здравоохранения и социального развития, численность детей инвалидов в России составляет 545 тысяч человек. Из них 23,6% страдают заболеваниями различных органов и нарушений обмена веществ, 21,3 % – умственными нарушениями и 23,1 % детей-инвалидов имеют двигательные нарушения. 12,2% из них проживают в настоящее время в интернатах.

Проблема формирования здорового образа жизни и укрепления здоровья учащихся становится приоритетным направлением развития образовательной системы современной школы. **ФГОС ООО** в числе важнейших задач основного общего образования выделил ***задачу формирования у школьников осознанного выполнение правил здорового образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды.***

Процесс формирования здорового образа жизни подрастающего поколения до недавнего времени идентифицировался с физическим воспитанием. Жизнь, однако, показала, что в век стрессов и неврозов, агрессивности и равнодушия, социальных болезней и экологически неблагополучных условий существования физическому воспитанию не справиться с поставленными задачами по формированию культуры здоровья учащейся молодежи.

Гармоничное развитие человека, становление мировоззрения, где физическое и духовное здоровье является безусловной ценностью, а сбережение здоровья требует от человека определенных усилий, возможны при адекватном содержании образования. Противоречие между нарастающим объемом информации и необходимостью их качественного, осмысленного освоения может быть разрешено при условии, если образовательный модус (программы, учебные пособия ***по всем дисциплинам***) найдет ***соответствие человеческой потребности в здоровом образе жизни.***

В большинстве случаев, когда речь идет о задачах школы по формированию здорового образа жизни, обращается внимание на такие школьные предметы, как естествознание, биология, основы безопасности жизнедеятельности, физкультура. Размышляя о задачах школы по формированию ***культуры здорового образа жизни,*** важно иметь в виду не только здоровье физическое, но и духовное, социальное. И здесь, колоссальные возможности, по мнению автора, заложены в курсе «Обществознание». Обществоведческое образование занимает особое место в системе общего образования, выполняя своими средствами те задачи, которые не в состоянии выполнить ни один другой учебный предмет. Выдвинутая в законе «Об образовании» задача формирования у обучающегося адекватной современному уровню знаний картины мира, не может быть решена без комплекса знаний об обществе и человеке, целостность которых обеспечивается интеграцией в курсе обществознания сведений из наук, изучающих различные аспекты развития человека и общества.

Модернизации российского образования внесла изменение в цели изучения школьного курса «Обществознание». Они ориентированы, в первую очередь, на ***всестороннее развитие личности учащегося, его физических, духовных,*** ***познавательных и созидательных способностей***, что созвучно с идеей древнегреческой пайдейи, где три стороны воспитания – физическое, нравственное и умственное, составляли одно целое.

В связи с разработкой новых целей (повышение роли курса в духовном и гражданском становлении личности) произошло существенное обновление содержания учебного предмета «Обществознание». В нем учтены современные мировые и российские социальные процессы, открытия ученых-обществоведов, уточнены формулировки, усилена практическая направленность курса.

В результате проводимого исследования в Лицее № 15 города Саратова, были определены ***три ценности***, которые учителя считают нужным передать детям, и главные три ценности, которые дети хотят получить: это ***образование, здоровье, умение принимать решения***. Но ранги ценностей различаются: ***у учителей, на первом месте – здоровье, у учеников – образование.***

Федеральные государственные образовательные стандарты второго поколения основной школы, принятые в декабре 2010 года, определили новое качество образования, как достижение личностных, метапредметных и предметных результатов обучающихся. Среди ***личностных*** результатов курс «Обществознание» призван реализовать задачу формирования ***ценности здорового и безопасного образа жизни,*** усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения, в том числе в чрезвычайных ситуациях. В единой системе обучения обществознанию каждый класс рассматривается как самостоятельная ступень в подготовке учеников, и в то же время, как звено в развертывании целостной и относительно завершенной (т. е. охватывающей все основные элементы) социальной картины мира. Курс вводит учеников в круг основных сторон общественной жизни, формирует умение соотносить свою жизнь и свой опыт с обществоведческой проблематикой, учит решать типичные жизненные задачи.

Для достижения этих целей в качестве стержневой содержательной линии выбрано описание одного дня из жизни пятиклассника. В течение этого «учебного дня» среднестатистический пятиклассник исполняет типичные социальные роли -

члена семьи, ученика, одноклассника, друга, пешехода и т. д. Особенностью обучения обществознанию в 5 классе является акцент на вопросы формирования здорового образа жизни, понимаемого в широком смысле слова, как здоровья не только физического, но психического, нравственного и духовного.

Рассмотрим, каким образом формирование культуры здорового образа жизни осуществляется авторами учебника по обществознанию для 5 класса издательства «Вентана - Граф» О.Б. Соболевой и О.В. Ивановым, который входит в систему «Алгоритм успеха». Школьники в пятом классе только начинают знакомство с предметом «Обществознание», курс является пропедевтическим, и авторы ненавязчиво вводят их в круг изучаемых вопросов. Чтобы облегчить их усвоение, учебник построен в виде рассказа об одном дне из жизни пятиклассника. В структуру учебника включены разделы: «***Утро пятиклассника», «Рабочий день пятиклассника», «Полезный досуг», «Вечер в кругу семьи»,*** в каждом из которых рассматриваются вопросы здорового образа жизни.

Принцип ***сознательности и активности обучения*** авторы решают, используя метод ***диалога,*** в котором устанавливаются доверительные, партнерские отношения между учителем и учениками. Данный подход позволяет избегать морализаторства, побуждает пятиклассников к вдумчивому изучению курса, содержащего необходимые научные знания, доступные возрастным особенностям, усвоению и осмыслению которых помогают памятки: «работаю с информацией», «размышляю», обобщаю знания», «познаю себя», «работаю в команде», «мой социальный опыт», «моя творческая мастерская», «азбука здоровья». Именно для диалога свойствен поиск смысла ценностей, опирающийся на многогранную палитру переживаний. В рамках этой технологии передается разнообразная информация, как по существу разговора, так и о собеседниках, их внутреннем мире и уровне коммуникативной и диалоговой культуры.

Исходя из определения, что объектом познания в курсе «Обществознание» является человек и человеческое общество, специфической целью современного учителя обществознания является формирование познавательной мотивации учащихся. Для ее достижения важно создание проблемных ситуаций, так как полноценный результат можно поучить только при возникновении интереса у учащихся. Используя методы и приемы формирования социальной эмпатии школьников, учитель содействует развитию способности проникнуть в сущность изучаемого события или явления. Организация коллективного обсуждения, совместные выводы надолго запоминаются и стимулируют интерес учащихся.

В первой главе учебника ***«Утро пятиклассника»*** авторы начинают диалог вопросом «Любите ли вы поспать?», который не может не вызывать улыбки, создавая, тем самым, комфортную атмосферу в классе. В раздел включена информация о роли сна в восстановлении физических сил человека, сохранении в памяти значимой информации, а также об отрицательных последствиях бессонницы, роли зарядки и правильного завтрака для подростка, как составляющих здорового образа жизни (исторические образцы, национальные традиции, индивидуальные особенности, современные данные врачей и психологов). По окончании изучения главы, авторы предлагают школьникам выполнить проект «Идеальное утро»как опыт самоорганизации и самоанализа.

Выполняя итоговое задание, пятиклассники должны составить план, как правильно вести себя утром, обратив при этом особое внимание на то, что они обычно делали неправильно; попробовать вести себя правильно утром в течение всей недели и к следующему уроку написать отчет о проведенном эксперименте.

Такой подход авторов учебника позволяет реализовать субъективно-личностностный компонент содержания, создает условия для перевода полученных знаний в практическую плоскость, побуждая школьников использовать полученные знания в жизни.

Наряду с практикоориентированным содержанием, обществознание определяет духовно-нравственные ориентиры, содействует развитию способности оценивать себя и общество с позиции человечности, порядочности, гражданственности.

Во второй главе учебника– ***«Рабочий день пятиклассника»,*** авторыуделили особое внимание аксиологическому аспекту образования, проблеме формирования духовного здоровья, включив в тексты параграфов рассказ о подвиге выдающегося польского педагога Януша Корчака, который предпочел смерть в газовой камере со своими воспитанниками. В качестве иллюстрации к тексту помещен памятник всемирно известному педагогу в Иерусалимском музее Яд Вашем, где он стоит, окруженный детьми. Его скорбные глаза сострадают с ними, а руки обнимают всех, поддерживая перед переходом в Вечность. Задуматься над этим страшным фактом истории авторы предлагают пятиклассникам, выполнив следующее задание: «Какую подпись можно было бы поставить под этим памятником?».

Еще одна непростая нравственная проблема, к которой обращаются авторы учебника, – люди с ограниченными возможностями, также направлена на формирование «человеческого в человеке», воспитание таких качеств, как умение сострадать чужому горю, а также побуждает задуматься о собственном здоровье, необходимости и важности его сохранения на протяжении всей жизни.

Глава ***«Полезный досуг»*** посвящена изучению возможностей системы дополнительного образования для организации полезного досуга, занятий различными видами спорта. Здесь же авторы ведут диалог с ребятами об опасностях дворовых компаний, предлагая задуматься о последствиях необдуманных поступков. Обращается внимание школьников на плюсы и минусы телевидения и компьютера в жизни человека, знакомятся школьники с такой болезнью XXI века, как «интернет-зависимость» и методами ее лечения.

Изучение этой главы заканчивается выполнением проекта «Своими руками», реализуя который ребята используют полученные знания, выполняют индивидуальные проекты, выбирая их в соответствии со своими способностями и интересами: Фотография «Мой любимый кружок», плакат «Береги природу» или «Будь бдителен», комикс на тему «В плену у телевизора».

Завершающая глава учебника ***«Вечер пятиклассника в семейном кругу»*** посвящена важнейшим нравственным проблемам: изучению значения родительского дома в жизни человека, роли бабушек и дедушек в современной российской семье, семейным традициям России: истории и современности, особенностям семейных традиций разных народов России и мира, значению семейных традиций в жизни человека и развитии общества. Здесь же ведется диалог о взаимной заботе **о здоровье** членов семьи, рациональном питании, опасных для здоровья продуктах, самовоспитании.

Содержание представленного учебника **«**Обществознание» для 5 класса издательства Вентана-Граф, а также его методический аппарат позволяют в полном объеме использовать ***здоровьеформирующие технологии***: дискуссии, проектную и исследовательскую деятельность, которые направлены на воспитание у учащихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формированию представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни.

.