

В настоящее время, в формулировки понятия «здоровый образ жизни» появились несколько направлений исследования: философско-социологическое, медико-гигиеническое, социальное и психолого-педагогическое.

Ученые философско-социологического направления подходят к этому вопросу как к масштабной общественной задаче, неотъемлемой части жизненного уклада человека и всего общества. И. В. Кривошеина пишет, что «здоровый образ жизни — это все, что способствует выполнению человеком профессиональных, общественных и бытовых функций в оптимальных для здоровья условиях» [3].

Медико-гигиенического рассматривает здоровый образ жизни как комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоническое развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности людей, продление их творческого долголетия» (А. М. Митяева) [4].

По мнению Н. В. Нежиной, «здоровый образ жизни - это реализация комплекса единой биомедицинской и социально-психологической системы профилактических мероприятий, в которой правильное физическое воспитание, правильное сочетание работы и отдыха, развитие устойчивости к психоэмоциональным перегрузкам и преодолению трудностей важные» [5].

Д. А. Скляр определяет понятие «здоровый образ жизни» как совокупность принципов, соблюдение которых, позволяет сохранить здоровье: режим труда и отдыха, систему питания, наличие жизненных целей и духовных ценностей [6].

Российскими и белорусскими педагогами и психологами определены теоретические основы воспитания здорового образа жизни, основные особенности, принципы, задачи, направления деятельности, некоторые средства и методы. Огромный вклад в развитие теории физического воспитания внесли П. Ф. Лесгафт, П. Ф. Гориневский, А. А. Аркин, Л. И. Чулицкая, Е. Г. Леви-Гориневская, А. И. Быкова, А. В. Кенеман и другие, разработавшие основы, нормы, навыки и методику основных движений детей. А. И. Быковой и Н. А. Метловым были созданы первые программы по физическому воспитанию детей [7].

Анализ теоретических источников показывает, что концепция здорового образа жизни включает в себя следующие элементы: отказ от вредных привычек; активный режим; сбалансированное питание; закаливание; личная гигиена; позитивные эмоции; отсутствие стресса.

Заключение. Ключевым аспектом всех определений здоровья является понимание его как непрерывного процесса, который можно целенаправленно корректировать. Здоровым образом жизни считают осознанные усилия человека по поддержанию и улучшению своего самочувствия. Главным результатам культуры здорового образа жизни является высокий уровень здоровья, умственной и физической работоспособности. Значительную роль в привитии детям понимания собственного тела, потенциала и путей его реализации оказывают учреждения образования, на которые возлагаются задачи по формированию культуры здорового образа жизни. Раннее приобщение детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни, позволит воспитать физически развитых, психологически здоровых детей.

Список цитируемых источников

1. Учебная программа дошкольного образования: (для учреждений дошкольного образования с русским языком обучения и воспитания) / Мин-во образования Респ. Беларусь. — Минск : НИО, 2023. — 380 с.
2. Блинова, Г. В. Взаимодействие дошкольного общеобразовательного учреждения и семьи в формировании здорового образа жизни детей дошкольного возраста / Г. В. Блинова / Молодой ученый. — 2017. — №6. — С. 409-411.
3. Кривошеина, И. В. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни / И. В. Кривошеина // Начальная школа плюс до и после. — 2019. — № 2. — С. 14—18.
4. Митяева, А. М. Здоровый образ жизни / А. М. Митяева. — Москва : Академия, 2018. — С. 144-145.
5. Новикова, И. М. К вопросу о состоянии проблемы формирования представлений о здоровом образе жизни у детей / И. М. Новикова // Гуманитарные и социально-экономические науки. — 2016. — № 8. — С.49-53.
6. Скляр, Д. А. Здоровый образ жизни: критерии и реализация / Д. А. Скляр // Известия ДГПУ. — Психолого-педагогические науки. — 2016. — №4. — С. 122-124.
7. Кравцова, О. М. Взаимодействие дошкольного учреждения и семьи по формированию здорового образа жизни / О. М. Кравцова // Роль образовательной среды в непрерывном развитии и саморазвитии личности обучающихся/ Матер. VIII Междунар. научно-практ. конф. (17-18 марта 2011 г.). — Гродно, 2011. — С. 34—36.

УДК 37.015.3:159.922.7:373.3

А. О. Гладкая

Учреждение образования «Барановичский Государственный университет», Барановичи, Республика Беларусь

Научный руководитель Н. А. Василевич

ПРОБЛЕМА РАЗВИТИЯ ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ИНТЕРЕСА В МЛАДШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

Введение. Познавательный интерес — один из ключевых мотивационных факторов успешного обучения младших школьников. Особенно важен он в начальной школе, где закладываются основы учебной деятельности, формируются умения и навыки, определяющие дальнейшую школьную траекторию ребёнка.

Процесс обучения в школе, требующий абстрактного мышления, логики и устойчивого внимания, часто вызывает трудности у младших школьников. Поэтому развитие познавательного интереса становится не просто педагогической задачей, а необходимым условием эффективного усвоения материала.

Основная часть. Понятие «познавательный интерес» как психолого-педагогическая категория было введено и разработано в трудах Г. И. Щукиной — советского педагога-психолога, чьи работы остаются актуальными и сегодня. В своей монографии «Проблема познавательного интереса в психологии» она определяет познавательный интерес как «избирательную направленность личности на предметы и явления, окружающие действительность, связанную с положительными эмоциями и стремлением к активному познанию» [1, с. 211].

В развитии познавательного интереса можно выделить несколько уровней — любопытство, любознательность, познавательный интерес, творческий интерес. Данные уровни определяют степень влияния познавательного интереса на личность.

Любопытство — начальный уровень познавательного интереса. Оно определяется внешними обстоятельствами, привлекающими внимание человека. На данном уровне стремления к познанию нет, но оно может служить начальным толчком. Любопытство — это стремление узнать что-то новое. Интерес данного уровня — фрагментарный, ситуативный, связанный с переживаниями в данный момент. Данный уровень характерен для младшего школьного возраста, так как ему интересно все. Интерес имеет яркую эмоциональную окраску, но данный интерес неглубок. В старшем возрасте любопытство не исчезает, оно приобретает иную форму.

Более высокий уровень познавательного интереса — любознательность — это готовность учеников глубже анализировать явления действительности. На данном уровне еще присутствует интерес к описаниям, но он носит поисковый характер, связанный с желанием получить более глубокие знания. Активность исходит со стороны самого человека, а не с внешней стороны. Для ученика становится привлекательной сама деятельность. Младший школьник становится субъектом деятельности.

Следующий уровень — это собственно познавательный интерес. Он характеризуется тем, что школьник сам занимается поиском интересующей информации, ее анализом. Под творческим интересом понимают такой уровень познавательного интереса, когда ученик стремится осуществить самостоятельную, творческую, поисковую деятельность. Этот интерес в основном связан с определенной отраслью знаний.

Школьник может находиться на одном из четырех уровней познавательного интереса в разные периоды обучения, переход с низкого уровня на высокий уровень очень индивидуален [1, с. 214].

Младший школьный возраст — это период активного развития и преобразования познавательных процессов, которые становятся более осознанными и произвольными. Ученики учатся управлять такими психическими процессами, как внимание, память, мышление. Интерес детей привлекает многое, особенно то, что выходит за пределы их собственного опыта. Другие города, другие народы, их обычаи и традиции, деятельность — все это привлекает большое внимание у школьников. Происходит развитие кругозора ребенка, при этом он развивается как личность.

Вопрос активизации познавательной деятельности особенно актуален в условиях модернизации современного образования. Познавательные возможности и исследовательские умения являются основными компетенциями в учебной деятельности. Учащиеся приобретают следующие умения в познавательной деятельности: искать — означает умение находить нужную информацию разными способами: узнавать необходимый материал у родителей, одноклассников, друзей; консультироваться с учителями; работать с информационными источниками; думать — находить взаимосвязи между прошлым и настоящим, обращаться к своему личному опыту, подвергать сомнению различные высказывания, уметь противостоять трудностям, грамотно выражать свою точку зрения в дискуссиях, а также защищать свое мнение; планировать свои действия — в процессе выполнения задания четко представлять намеченную цель, продумывать последовательность действий, осмысливать каждый шаг и уметь рассчитывать собственные силы; сотрудничать — взаимодействовать в группах, принимать совместные решения, урегулировать конфликты, адекватно воспринимать критику других, уметь слушать и договариваться со всей группой, принимать свои обязанности; приниматься за дело — присоединяться к работе без напоминания других людей, нести ответственность в общем деле, вносить свой вклад в деятельность группы, адекватно оценивать достигнутый результат; адаптироваться — означает умение применять ранее полученные знания в незнакомой ситуации, использовать иные подходы при выполнении нестандартных заданий, а также преодолевать трудности, которые возникают при решении данных.

Заключение. Развитие познавательного интереса младших школьников — это комплексный процесс, основанный на глубоком понимании их возрастной психологии и грамотном применении современных педагогических технологий. Ключ к успеху лежит в отказе от механического заучивания в пользу деятельностного, проблемного и личностно-ориентированного подходов. Создание на уроке атмосферы поиска, сотрудничества и положительных эмоций, где учение предстает не как процесс зазубривания, а как увлекательный инструмент познания мира, является главной задачей современного педагога. Инвестиция в формирование устойчивого познавательного интереса в начальной школе является залогом будущих академических успехов и развития критического мышления ребенка.

Список цитируемых источников

1. Щукина, Г. И. Проблема познавательного интереса в психологии : учеб. пособие / Г. И. Щукина — М.: Просвещение, 2016. — 320 с.