

УДК 371.72

**А. В. Куликов,**факультет естественно-научного образования,  
Омский государственный педагогический университет  
Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. Л. В. Ижойкина

## Создание ценностного отношения к здоровому образу жизни у подростков в условиях кадетского корпуса

**Аннотация.** В статье представлены педагогические условия формирования составляющих ценностного отношения к здоровому образу жизни у подростков в условиях кадетского образовательного учреждения: организация информационного обеспечения, актуализация эмоционально-ценностного отношения воспитанников к здоровому образу жизни, включение их в здоровьесберегающую деятельность. Сделан акцент на формировании здорового образа жизни во взаимосвязи с физкультурным образованием.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, физическая культура, здоровьесберегающая деятельность, благоприятная среда, ценностное отношение к здоровому образу жизни.

**В**ведение здорового образа жизни учащимися учебных заведений в настоящее время — один из важнейших вопросов, от которого зависит, как будет подготовлено молодое поколение к службе в армии и правоохранительных органах России. Сегодня данный вопрос имеет первостепенное значение, а состояние здоровья молодых людей может быть определено как критическое. Согласно информации официальных источников в России ежегодно происходит сокращение численности населения до 800 тыс. человек. Средняя продолжительность жизни снижается, что подтверждает 135-е место в мире по продолжительности жизни мужского населения. Всё вышеуказанное представляет непосредственную угрозу будущему страны, ее социально-экономическим и оборонным возможностям.

Современная социальная среда не может рассматриваться на фоне формирования у подростков-кадет правильного отношения к здоровому образу жизни, так как их бытовые условия и обеспеченность учебно-материальной базой обучения в кадетском корпусе сами говорят об этом. Постоянная занятость детей в различных кружках и секциях, должный контроль со стороны педагогов и воспитателей, проведение и участие в различных соревнованиях, культурно-досуговых мероприятиях, отсутствие примеров вредных привычек также способствуют правильному воспитанию кадет [6]. Направленности кадет на здоровый образ жизни обуславливают следующие педагогические условия:

- получение ими знаний по теоретическим и практическим действиям;
- правильное отношение к своему здоровью;
- творческий подход к использованию личного и внеурочного времени.

В результате анализа теоретических источников можно сделать вывод, что без физкультурного образования нет правильного формирования здорового образа жизни [2; 4]. Физкультурное образование дает возможность приобщить подростка к занятиям физической культурой и спортом, овладеть знаниями о правильном питании, нагрузках и отдыхе, что позволит возродить ценностное отношение к нему, активизирует здоровьесберегающую деятельность. Поэтому ориентирование подростка на здоровый образ жизни проводится в объеме физкультурного образования и физическая культура, как образовательный предмет, может помочь информированию кадет-подростков.

Физическая культура кадета-подростка проводится по двум наиболее распространенным компонентам: обязательный, или базовый, и вариативный, включающий решение частных задач.

Использование вариативного компонента дает возможность усилить познавательную направленность, повысить уровень осведомленности в области физической культуры. Ее задача — приобщить подростков-кадет к здоровому образу жизни через изучение нового материала, применение разнообразных форм и методов обучения, воспитания, вариативной организационно-педагогической деятельности преподавателя [1; 5].

В ходе совместного обучения кадеты получают информацию о здоровом образе жизни, которая в дальнейшем имеет переход от ее пассивного восприятия к активному. В процессе обучения происходит взаимодействие педагога и обучающегося путем передачи материала лекций, фронтальных и индивидуальных бесед, дискуссий, диспутов, творческих встреч, конференций, олимпиад и др. При этом теоретический материал должен подтверждаться апробированными практическими методиками. Вышеуказанные методы позволяют кадетам лучше познавать окружающий мир, выбирать правильные ориентиры и установки. Кроме этого, указанные методы обучения помогают кадетам переоценить смысл своей жизнедеятельности, что в дальнейшем будет способствовать реализации различных способностей в достижении. Параллельно ведется подготовка кадет к выполнению практической составляющей внеурочной работы, поскольку важным основанием ориентирования кадета на здоровый образ жизни является его эмоциональное принятие себя как личности [3; 5].

Следующее педагогическое условие — расширение опыта здоровой активности подростков-кадет, применение верных педагогических действий и способов их результативной деятельности. Предлагая данное условие, мы основываемся на образовательных ресурсах кадетского корпуса.

Выделим следующие виды ресурсов:

1. Административный ресурс — разработка рабочих программ учебных дисциплин и модулей, внеурочной деятельности, ведение учебно-планирующей документации, организация мониторинговых мероприятий, поощрение ведения обучающимися здорового образа жизни.

2. Ресурсы учебно-воспитательного процесса имеют в своей основе как специальные курсы о здоровом образе жизни, так и физкультурно-оздоровительные мероприятия.

3. Медицинское обеспечение позволяет проводить проверку состояния здоровья кадет и все виды спортивных соревнований.

Воспитатель взвода проводит разъяснительные беседы с кадетами о возможностях кадетского корпуса в указанной сфере, принимает вместе с ними участие в различных мероприятиях, оказывает всяческую поддержку кадетам в переходе на здоровый образ жизни. Способы и методы организации деятельности кадет подбираются с учетом консультаций педагогического состава, медицинских работников, психологов и воспитателей, что способствует увеличению самостоятельности кадет в создании здорового образа жизни.

Таким образом, реализация всего вышеуказанного может способствовать решению вопроса ценностного отношения кадет к здоровому образу жизни.

1. Джуманиязова Т. А. Проблемы физического воспитания студенческой молодёжи // Молодой ученый. — 2020. — № 26 (316). — С. 287–289.

2. Иванов В. Д., Матина З. И. Формирование навыков здорового образа жизни у младших школьников // Физическая культура. Спорт. Туризм. Двигательная рекреация. — 2018. — Т. 3, № 1. — С. 79–89.

3. Карасёва Д. С. Физическая культура как средство формирования здорового образа жизни современной молодежи // Молодой ученый. — 2021. — № 7 (349). — С. 208–210.

4. Корольков Ю. М., Фаттахова Л. Р. Формирование ценностного отношения кадет к здоровому образу жизни // Культурное пространство русского мира. — 2018. — № 4 (8). — С. 176–188.

5. Масыгин С. С. Основные составляющие здорового образа жизни студента // Молодой ученый. — 2021. — № 15 (357). — С. 368–371.

6. Федоткин А. Ю., Лобов А. Н., Волченкова О. В. Современный взгляд на состояние здоровья подростков и влияющие на него факторы // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. — 2018. — № 4 (27). — С. 63–66.