

**ДОНИШКАДАИ ТЕХНОЛОГИЯ ВА МЕНЕҶМЕНТИ
ИННОВАТСИОНӢ ДАР ШАҲРИ КӢЛОБ**

Ба ҳукми дастнавис

**УДК (61:373)
ББК (7400+51)
А-14**

АБДУСАМАДЗОДА БАХТУЛЛО АБДУЛМАРОБ

**Шароитҳои педагогии таъмин намудани муҳити
тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар
хонандагони синфҳои ибтидоӣ**

13.00.01 – педагогикаи умумӣ, таърихи педагогика ва
таҳсилот (илмҳои педагогӣ)

АВТОРЕФЕРАТИ

диссертатсия барои дарёфти дараҷаи илмии
номзади илмҳои педагогӣ

ХУҶАНД-2021

Диссертатсия дар кафедраи ҳуқуқ ва фанҳои гуманитарии Донишкадаи технология ва менеҷменти инноватсионӣ дар шаҳри Кӯлоб анҷом дода шудааст.

Роҳбари илмӣ: **Маҷидова Бибихафиза**- доктори илмҳои педагогӣ, профессори кафедраи педагогикаи махсус ва таҳсилоти фароғири Донишгоҳи давлатии омӯзгории Тоҷикистон ба номи С. Айни.

Муқарризони расмӣ: **Иматова Лутфия Маҳмадуллоевна** - доктори илмҳои педагогӣ, директори Пажӯҳишгоҳи рушди маориф ба номи Абдурахмони Ҷомии Академияи таҳсилоти Тоҷикистон.
Мақсудов Зафар Очилдиевич – номзади илмҳои педагогӣ, декани факултети филологияи Донишкадаи омӯзгории Тоҷикистон дар ш.Панҷакент

Муассисаи тақриздиханда: **Донишгоҳи давлатии Бохтар ба номи Носири Хусрав**

Ҷимояи диссертатсия «___» _____ соли 2021, соати 00:00 дар чаласаи шӯрои диссертатсионии 6D.KOA-027 назди муассисаи давлатии таълимии «Донишгоҳи давлатии Хучанд ба номи академик Бобочон Ғафуров» (735700, Ҷумҳурии Тоҷикистон, шаҳри Хучанд, гузаргоҳи Мавлонбеков, 1) баргузор мегардад.

Бо диссертатсия дар китобхонаи марказии муассисаи давлатии таълимии «Донишгоҳи давлатии Хучанд ба номи академик Бобочон Ғафуров» (735700, Ҷумҳурии Тоҷикистон, шаҳри Хучанд, гузаргоҳи Мавлонбеков, 1) ва сомонаи www.hgu.tj шинос шудан мумкин аст.

Автореферат санаи «___» _____ соли 2021 тавзеъ карда шуд.

Котиби илмии шӯрои диссертатсионӣ,
номзади илмҳои педагогӣ, дотсент

Бобоева С. Б.

ТАВСИФИ УМУМИИ ДИССЕРТАТСИЯ

Муҳимияти мавзӯи таҳқиқот. Таҳаввулоте, ки дар даҳсолаҳои охир дар Ҷумҳурии Тоҷикистон ба амал омадааст, талаботҳои комилан навро таълим, тарбия ва ташаккули насли наврас дар муҳити таҳсилотӣ ба миён овард. Вазифаи тағйирнопазир дар тарбия ва таъмин намудани саломатии равонию ҷисмонии хонандагон дар ҳамаи зинаҳои таҳсилотӣ, махсусан, дар тарбия намудани кӯдакони сини соли ибтидоӣ, тарбия намудани ҳаёти солим, ташаккули фарҳанги солимии маънавию иҷтимоӣ зерин таъсири омилҳои мусбӣ берунӣ ва дохилии муҳити зист ва ҳавасмандгардонии онҳо барои иҷрои талаботҳои тиббӣ ва риояи қоида ва меъёрҳои тозагӣ ташкил медиҳад.

Давраи таҳсил дар мактаби ибтидоӣ дар ташаккул ва таҳкими тандурустии мактаббачагон мавқеи назаррасро ишғол мекунад. Баъзан бад шудани вазъи тандурустии мактаббачагон, ки дар солҳои охир мушоҳида карда мешавад, таваччуҳи бештар ва андешидани чораҳои мушаххасро барои тақвият ва таҳкими он талаб мекунад.

Натиҷаҳои тадқиқоти сершумори вазъи тандурустии насли ҷавон боиси нигаронии ҷиддӣ мебошанд. Дар заминаи дигаргуниҳои манфии вазъияти экологӣ, мушкилоти иҷтимоӣ иқтисодӣ, маҳдудияти донишҳои тиббӣ-профилактикӣ, болоравии теъдоди кӯдакони дорои тандурустии заиф дар муассисаҳои таълимӣ мушкилоти имрӯзаи муассисаҳои таҳсилотӣ ва волидон мебошад. Онҳо барои мутобиқ шудан ба ғайриҷаҳони омӯзишӣ, тамаркуз ва анҷом додани вазифаҳои таълимӣ мушкилӣ доранд. Ин ҳолати имконияти истифодабарии технологияҳои пешқадами педагогӣ ва самаранокии онҳоро коҳиш медиҳад ва иҷрои барномаи рушди шахсиятро ба таври назаррас мушкил мекунад. Баъзан шумораи кӯдакони солим кам шуда, бо ёрии тиббӣ-педагогӣ фарогирии умумии онҳо зиёд мешавад.

Омили ҳалқунанда, ки ба вазъи тандурустии кӯдакон, ҳамчунин ба ирсият ва муҳити атроф таъсир мерасонад, муҳити мактаб мебошад. Афзоиши сарбории корӣ дар ҷараёни мактаб мушкилоти тандурустии хонандагони хурдтарро боз ҳам шадидтар кардааст. Тибқи тадқиқотҳои муҳаққиқони рус (Н.В. Барышев, И.И. Брехман, В.В. Колбанов, В.П. Петленко ва ғ.) ба тандурустии мактаббачагон омилҳои зерин таъсири зиёд расонида метавонанд: ғайриҷаҳол будан, яъне камҳаракатӣ, махсусан дар шароити шаҳр, зиёд шудани сарбории таълимӣ, камғизоӣ ва риоя накардани меъёрҳои гигиенӣ, мувофиқат накардани хусусиятҳои синнусолии кӯдакон, норасоии рӯшноии табиӣ ва ғайра, ҳамчунин иттилооти нокифоя дар бораи тандурустӣ ва тарзи ҳаёти солими кӯдакон, омӯзгорон ва падару модарон, ғайриҷаҳони ғайриҷаҳони таълимӣ мактаб дар ташаккули фарҳанги солим.

Маълум аст, ки тандурустӣ ҷузъи муҳимтарини беҳбудии ҳаёти инсон, хушбахтӣ, дастрасӣ ба ҳуқуқҳои асосии инсон, инчунин яке аз шартҳои рушди муваффақонаи иҷтимоӣ ва иқтисодии кишвар мебошад. Тандурустии аҳоли вазъи иҷтимоӣ иқтисодӣ, демографӣ, экологӣ, санитарӣ ва гигиеники кишварро инъикос мекунад ва ба шиддатнокии пешрафти он таъсир

мерасонад. Аз ин рӯ, тандурустӣ нишондиҳандаи сифати ҳама гуна ҷомеа мебошад.

Дар кишварҳои пешрафта механизмҳои таълимӣ ва иқтисодӣ барои ҳавасмандгардонии тарзи ҳаёти солим аз аҳолии истифода мешаванд ва ин як самти бунёди ҳалли мушкилоти тандурустӣ мебошад. Дар Тоҷикистон, аз миёнаи солҳои 80-ум, паст шудани сифат ва сатҳи тандурустии аҳолии ба зикр гирифта шудааст ва ин як масъалаи муҳимест, ки амалҳои фаъолона ва ҳамоҳангшудаи духтурон, психологҳо, омӯзгорон, кормандони иҷтимоӣ ва ҳамаи шахрвандони Тоҷикистонро талаб мекунад.

Динамикаи манфии тандурустии ҷамъиятӣ дар Ҷумҳурии Тоҷикистон ба рушди тадқиқоти илмӣ дар соҳаҳои гуногуни дониш мусоидат кард, ки бо рушди соҳаҳо ва технологияҳои мувофиқ барои ҳалли ин мушкилот алоқамандии зич доранд. Ба ақидаи мо, барои ҳалли мушкили нигоҳ доштан ва рушд додани тандурустии инсон бояд саводнокии хонандагони мактабхоро дар масъалаҳои фарҳанги тандурустӣ баланд бардорем.

Дар солҳои охир, илми педагогӣ дар самти амсиласозии тарзи ҳаёти солим (Н.М.Амосов, В.И.Жолдак), нигоҳ доштан ва мустаҳкам кардани тандурустӣ (И.А.Аршавский, Н.А.Агажян, И.И.Брехман) таҷрибаи кофӣ ҷамъ кардааст. Шароити раванӣ-педагогӣ ва ташкилӣ-педагогӣ, ки ба ташаккул ва рушди тандурустӣ мусоидат мекунад, ошкор карда шудаанд (А.Г.Бусигин, Г.К.Зайтсев, Е.М.Козин ва ғайра).

Бо вучуди ин, хонандагони мактабҳо дар бораи ҳифзи тандурустӣ малакаи кофӣ надоранд ва тарзи ҳаёти солим пеш намебаранд, онҳо наметавонанд таъсири омилҳои муҳити зистро ба тандурустии инсон ва генофонди наслҳои оянда арзёбӣ кунанд. Манбаҳои психологӣ ва педагогӣ натиҷаҳои раванди таълимро, ки мавқеи фаъоли ҳаётро дар робита ба тандурустӣ ҳамчун арзиш муқаррар менамояд, ҷамъбаст намекунад ва ба таври кофӣ таҳлил намекунад, мундариҷаи мафҳуми «фарҳанги тандурустӣ» ва марҳилаҳои ташаккули он дар хонандагон пурра ошкор карда нашудааст.

Мазмуни мафҳуми «тандурустӣ» аз ҷониби олимону муҳаққиқони соҳаҳои мухталифи маърифат маънидод карда шудааст ва тавассути низоми мафҳумҳо: «тандурустии ҷисмонӣ», «тандурустии раванӣ», «тандурустии иҷтимоӣ», «тарзи ҳаёти солим», «омилҳои тандурустӣ» ва дигарон ошкор карда шудааст ва нишон медиҳад, ки проблемаи ташаккули тарзи ҳаёти солим муносибати низомнокро тақозо мекунад.

Ҳамин тариқ, ҷомеаи муосир бо зиддияти байни огоҳии ҷомеа оид ба зарурати нигоҳ доштан ва мустаҳкам намудани тандурустии насли ҷавон ҳамчун ҷузъи таркибии рақобатпазирии мутахассисони оянда дар шароити иқтисоди бозорӣ ва набудани пояҳои илмию педагогӣ барои тарҳрезии технологияҳои муассири соҳаи тандурустӣ хос аст.

Дарачаи омӯзиши мавзӯ. Дар солҳои охир тадқиқотҳо оид ба солимии наврасон дар низоми маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон, ки мавзӯи тавачҷӯҳи касбии мутахассисони корӣ мебошад, чанде анҷом дода шудаанд.

На танҳо дар соҳаи тиб, балки дар соҳаи психология, педагогика ва дигар илмҳои иҷтимоӣ низ баъзе таълифот мавҷуданд. Мутаассифона, дар

кори мушаххаси тандурустӣ ва маърифати ҷамъиятӣ оид ба эҷоди мухити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим, фаҳмиши дурусти вазифаю масъалаҳо дар доираи мушкилоти умумӣ зикр шудаанд.

Масъалаи омӯхташаванда дар нақшаи умумии назариявӣ ва назариявӣ-соҳавӣ ба тариқи лаҳзавӣ ва баъзан қисман дар асарҳои муҳаққиқони тоҷик Б.Р.Қодиров, М.Лутфуллоев, А.Нуров, Ҳ.Раҳимзода, Б.Раҳимов, Ш.Сафаров, Т.Б.Намозов ва баъзе дигарон баррасӣ ва арзёбӣ карда шудаанд.

Масъалаҳои рушди ғояҳои фалсафӣ, психологӣ, педагогӣ ва тиббӣ дар бораи арзиши тандурустӣ ва роҳҳои ҳифзи он дар адабиёти илмӣ ба қадри кофӣ фаро гирифта нашудаанд. Равиши таблиғотию ташвиқоти нисбати ташаккули тарзи ҳаёти солими гурӯҳҳои мухталифи аҳоли дар таълифоти муҳаққиқони ватанӣ Б.Ашурова, Б. Боев, Л.А.Губанова, А.К.Бобочонов, И. Бобоев, И.Х. Каримова, Б.Р.Қодиров, Д.Каримова, Ф.Қурбонов, Ф., Партовов, Ш.А.Сафаров, М.Суяркулов ва дигарон мавҷуд аст, ки дар доираи барномаҳо дар заминаи лоиҳаи ташкилотҳои байналмилалӣ кор кардаанд.

Пажӯҳишҳои муҳаққиқон Д.Каримова ва Ф.Партовов ба масъалаҳои ташкил ва гузаронидани чорабиниҳои ҳамаҷонибаи ҷисмонӣ-истироҳатӣ дар мактаб-интернатҳо, ҳамчунин ташаккули асосҳои тарзи ҳаёти солим дахлдоранд. Дар кори илмӣ муҳаққиқ С.Сафаров мушкилоти ташаккули тарзи ҳаёти солими хонандагони хурдсол тавассути бозҳои миллӣ тибқи талаботи педагогӣ таҳқиқ карда шудааст. Тадқиқоти илмӣ муҳаққиқ Т.Б.Намозов ба асосҳои иҷтимоӣ-педагогии ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои болоии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи Тоҷикистон бахшида шудааст. Бояд зикр кард, ки дар Ҷумҳурии Тоҷикистон мушкилоти ҳамкориҳои оила ва мактаб дар ташаккули тарзи ҳаёти солим байни хонандагони синфҳои ибтидоӣ ҳаллу фасл нагаштааст. Имконоти курсҳои омӯзишии мактаби миёна дар ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ тадқиқ нашудаанд. Мақсаднокии педагогӣ дар истифодаи технологияҳои ҳифзи тандурустӣ дар оила ва мактаб асоснок карда нашудааст.

Соли 2008 оид ба «Тарзи ҳаёти солим» дастур барои омӯзгорони синфҳои 7-9-и мактабҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ аз ҷониби Вазорати маорифи Ҷумҳурии Тоҷикистон барои истифодабарӣ маъқул доништа шуд. Ин дастур муҳтавои барномаи «Тарзи ҳаёти солим» ва маводҳо барои гузаронидани «Тарзи ҳаёти солим» ва маводҳо барои гузаронидани дарсҳои амалиро дар бар мегирад [125;192].

Дастури мазкур аз тарафи гурӯҳи корӣ таҳия карда шуда, бо кумаки Хазионаи кӯдакони Созмони Милали Муттаҳид «ЮНИСЕФ» ва хазионаи глобалӣ оид ба пешгирии касалиҳои сил,табларза ва ВИЧ-СПИД таҳия гардидааст. Бояд қайд кард, ки дар қисми 3-юми дастури мазкур усулҳои кор оид ба ташкил ва таълими тренинг, усулҳои интерактивии таълим (кор дар гурӯҳҳо,баромаду намоишҳои интерактивӣ, саволу ҷавоб ва ибрази ақидаҳо, ҳуҷуми тафаккур,ичрои бозҳои нақшофарӣ,таҳлили ҳолатҳои гуногуни зиндагӣ, муҳоҷиса ва ғайраҳо), маслиҳатҳо барои тренер ва машқҳо барои тренинг пешниҳод гардидаанд [125; 66-91], ки омӯзгорони синфҳои ибтидоӣ

низ метавонанд дар асоси баҳисобгирии талаботҳои барномавии таълимӣ, хусусиятҳои синну соли хонандагон ва сатҳи тандурустию ташаккули донишу маҳоратҳои онҳо оид ба тарзи ҳаёти солим, ҳайати волидон истифода баранд.

Дар солҳои охир оид ба тарбияи ҷисмонии кӯдакону наврасон як қатор тадқиқотҳо ба амал омаданд. Дар онҳо ҷабҳаҳои таъсири тарбияи ҷисмонӣ ба иҷтимоишавии қудакони синни томақтабӣ дар оила [Б.Ҷ.Асосода], ташаккулдиҳии шавқу рағбати хонандагон ба фарҳанги ҷисмонӣ ва варзиш [Б.К.Сангинов], шароитҳои педагогии ташаккулдиҳии қобилиятҳои ҷисмонии хонандагон [В.Д.Шарипов] мавриди тадқиқу баррасӣ қарор гирифтанд. Дар дастури методи таҳлилкардаи З.К.Турғунова ва В.Ш.Мансурова, ки барои волидону кормандони муассисаҳои томақтабӣ тавсия карда шудаанд, заминаҳои психофизиологии тарбияи кӯдаки солим ва таъмин намудани омодагии ҷисмонии ӯ ба таҳсилоти мактабӣ махсус таъкид карда шудааст.

Ҷабҳаҳои алоҳидаи тарбия ва ташаккулдиҳии тарзи ҳаёти солим дар хонандагон аз тарафи муҳаққиқон Д.Гаджиев, Ф.А.Қурбонов тадқиқ карда шудаанд. Китоб барои дарсҳои тарбиявии хонандагони синфҳои 3-4-уми муассисаҳои таҳсилотӣ «Тарзи ҳаёти солим», ки аз тарафи И.Каримов, М.Ниёзмухаммедова, Б.Ашурова ва Т.Д.Девоншоева таҳия карда шудааст ва аз Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон барои истифодабарӣ тавсия шудааст, ҷабҳаҳои асосии мутааллиқ ба тандурустӣ (саломатӣ), беҳдошӣ (гигиенаи шахсӣ, маълумот дар бораи организм ва маслиҳатҳо барои беҳдошту мустаҳкамкунии саломатии шахсӣ, роҳу усулҳои пешгирӣ аз бемориҳои шахсӣ, роҳу усулҳои пешгирӣ аз бемориҳои сироятӣ, ҳодисаҳои нохуш, захролудшавӣ ва расонидани ёри аввалини тиббӣ, пешгирӣ аз одатҳои номатлубро дар бар гирифтааст. Маҷмӯи масъалаҳои ба китоби мазкур воридгардида на танҳо ба хонандагони синфҳои ибтидоӣ, балки барои ҳамаи одамон дар давраҳои синнусолии ҳаётӣ хеле муҳим аст. Хеле хуб аст, ки дар асоси баҳисобгирии таъсири тарбиявии матнҳои адабӣ ба ҳиссиёт, шуур ва рафтори хонандагони хурдсол хеле зиёд аз мероси шоиру нависандагони халқи тоҷик истифода бурда шудааст [66;104]. Бо қарори мушовараи Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон соли 2014 Модули таълимӣ барои омӯзгорони синфҳои 1-4-уми муассисаҳои таҳсилоти умумӣ «Об, санитария ва гигиена» бо дастгирии Хазионаи кӯдакони Созмони Милали Муттаҳид (ЮНИСЕФ) аз тарафи гурӯҳи корӣ И.Каримова, Ф.Шарифзода, М.Ниёзмухаммедова, Б.Ашурова, З.Абдурахмонова, Т.Девоншоева ва Б.Шомуддинов таҳия карда шуда буданд [99;75]. Модули мазкур барои пешгирӣ намудани бемориҳои сироятпазири тавассути оби ифлос гузаранда, риоя нагардидани тозагӣ ва гигиенаи шахсӣ пешбинӣ шудааст. Он ҳамчунин барои пайдо кардани малакаҳои беҳдошти саломатӣ ба хонандагон ёрӣ мерасонад ва ба омӯзгорон ҳамчун ағният барои гузаронидани машғулиятҳои амалӣ тавсия шудааст.

Таҳлили адабиёти илмӣ, методӣ ва таҷрибаю амалияи мавҷуда зимни баррасии проблемаи таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули

тарзи ҳаётии солим дар хонандагони синфҳои ибтидоии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ якҷанд **ихтилофотро** ошкор намуданд, - байни:

- талабот ба коркарди низоми бутуну ягонаи низоми ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ ва набудани технологияҳои иҷтимоӣ-педагогӣ барои амалигардонии ҳадафи мазкур;
- аз ҷониби хонандагони синфҳои ибтидоӣ бошуурона дарк кардани марҳилаи ибтидоӣ дар ташаккули сифатҳои муҳим ва набудани тадқиқотҳои психологӣ-педагогӣ, ки ба дараҷаи кофӣю басанда хусусиятҳо ва ҷанбаҳои ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ ошкор менамояд;
- дараҷаи коркарди илмӣ технологияҳои ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ ва қобилияти истифодаи натиҷаҳои тадқиқотҳои илмӣ дар таҷрибаю амалияи қору фаъолияти муассисаҳои таҳсилотӣ;
- кӯшиши педагогҳо, психологҳо, кормандони тиббӣ, волидайн нисбати ҳифзу нигоҳдошт ва таҳкиму тақвияти тандурустии хонандагони синфҳои ибтидоӣ ва қобилияти ҳамкориҳои самаранок, бо таъмини самараю натиҷаи ҳадди аксари тарбиявӣ.

Ҳамин тариқ, муҳимияти афзоида, аҳамияти назариявӣ ва амалӣ, коркарди нокифояи технологияҳои иҷтимоӣ-педагогии ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ интиҳоби мавӯзуи тадқиқро муайян карданд: «Шароитҳои педагогии таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ».

Проблемаи тадқиқот чунин ташаккул ёфтааст: моҳияту муҳтаво ва технологияи таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солими хонандагони синфҳои ибтидоӣ дар шароити муҳити муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ чӣ гунаанд?

Ҳадафи таҳқиқот: баланд бардоштани сифати тандурустии хонандагони хурдсол ва таъмини муҳити тандурустӣ тавассути банақшагириӣ ва татбиқи технологияҳои ҳифзи тандурустӣ дар раванди таълимии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (МТМУ).

Объекти таҳқиқот: раванди таълим ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар синфҳои ибтидоӣ дар робита ба таъмин намудани муҳити тандурустӣ дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Предмети таҳқиқот: шароитҳои педагогии таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Проблемаи таҳқиқот: Муайянсозии шартҳои педагогӣ, ки беҳтаршавии сифати тандурустӣ ва пешгирии бемориҳои хонандагони синфҳои ибтидоӣ мусоидат менамоянд ва дар раванди иҷрои ин амал аз қадом технологияҳо омӯзгорон истифода мебаранд.

Фарзияи таҳқиқот: низоми тақмили сифати тандурустии хонандаи синфҳои ибтидоӣ ва дар онҳо тарбия намудани тарзи ҳаёти солим самаранок хоҳад буд, агар:

-дар муассисаи таълимӣ барои ташаккули чузъҳои асосии фарҳанги тандурустӣ муҳити муносиби таълимӣ фароҳам оварда шавад;

-дар ҳар як давраи синну соли рушди талабагон майлу хоҳишҳо ба таври мақсаднок ташаккул ёбанд, ки онҳо дониш, малака ва одатҳоро ангезиш диҳанд, ки онҳоро ба истифодаи мустақилонаи технологияҳои тарзи ҳаёти солимро дар фаъолияти таълимӣ ҳавасманд гардонад;

-муносибати арзишмандонаи хонандагонро нисбати тандурустӣ, азхудкунии донишҳои назариявӣ ва малакаҳои амалии тарзи ҳаёти солим ташаккул диҳад;

-дар асоси таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим чунин амсилаи (моделӣ) концептуалӣ қарор гирад, ки он раванди таълимро ба соҳаи арзишмандӣ-ангезавӣ (мотиватсионӣ), ақлонӣ (интеллектуалӣ) ва амалии омодагии хонандагони синфҳои ибтидоӣ табдил диҳад ва он нисбати пешбурди тарзи ҳаёти солим мусоидат намояд.

Мувофиқи проблема, мақсад, мавзӯ ва фарзияи пешниҳодшуда **вазифаҳои зерини таҳқиқот** таҳия карда шуданд:

1. Омӯхтани вазъу ҳолати проблемаи таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоии МТМУ дар назарияи педагогӣ ва амалияи қору фаъолияти МТМУ;

2. Таҳлили тадқиқотҳои педагогии мавҷуда оид ба проблемаи таъмини муҳити тандурустӣ ва тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ;

3. Коркарди амсилаи (моделӣ) таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккулдиҳии тарзи ҳаёти солими хонандагони синфҳои ибтидоӣ нисбати мустақилона истифода бурдани дониш, маҳорату малакаҳои пешбурди тарзи ҳаёти солим;

4. Муайян намудани мазмун, хусусият ва технологияи таъмини муҳити тандурустӣ ва тарзи ҳаёти солим дар низоми МТМУ;

5. Асоснок кардани сохтор ва муайян намудани мазмун, мундариҷаи таълиму тарбиявӣ ба ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандаи хурдсол дар МТМУ;

6. Ошкор намудани самтҳои асосии фаъолияти кормандони МТМУ дар фароҳам овардани шароити педагогӣ барои ташаккули фарҳанги тандурустии хонандаи хурдсол;

7. Муайян ва таҳия кардани меъёрҳои тарзи ҳаёти солим, санҷиши таҷрибавӣ-озмоиши самаранокии низоми таҳияшудаи технологияҳои тиббӣ;

8. Коркарди тавсияҳои тиббӣ-педагогӣ барои омӯзгорону волидон оид ба таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва тарбияи тарзи ҳаёти солим дар хонавода ва МТМУ.

Асосҳои назариявии таҳқиқот чунинанд:

-таълимот дар бораи ягонагӣ ва баҳамалоқамандии ҷисм ва муҳити ихотакарда (И.П.Павлов), характери фарҳангӣ, таърихӣ доштани тафаккур (Л.С.Виготский), нақши фаъолиятҳо дар инкишофи психикӣ (А.Н.Леонтев, С.Л.Рубинштейн);

-назарияи фаъолият, ки ба таҷдид ва сифатан беҳтар кардани таълиму тарбия равона шудааст (А.Н.Леонтев, Л.М.Митина ва дигарон);

-ғояҳои низом, муносибати шахс ва фаъолият ба ташкили раванди таълим; - принципҳои якпорчагӣ ва муттасилӣ (В.Г.Афанасев, Л.В.Занков, В.П. Зинченко ва ғайра);

-ғояҳои психологияи гуманистӣ, ки яке аз ҳадафҳои он фарди солими эҷодӣ мебошад ва зарурати худшиносии худ ҳамчун омили асосии рушди шахс ҳисобида мешавад (А.Маслоу, С.Роджерс ва дигарон);

-назарияи рушди эҷодӣ ва худомӯзии шахсият (В.И.Андреев, Н.В.Кузмина, В.А.Сластенин, К.Роджерс ва ғ.);

-тадқиқотҳои олимони тоҷик, ки ба масъалаҳои тарбия ва инкишофи ҷисмонии кӯдакону наврасон, ташаккули тарзи ҳаёти солим бахшидаанд (Н.Н.Турсунов, Л.А.Губанова, Д.Каримова, Ф.Ш.Партово, Ш.А.Сафаров, Т.И.Мустафоқулов, Т.Б.Намозов, Ф.А.Қурбонов ва дигарон).

Асосҳои методологияи тадқиқотро таълимот оид ба ягонагии рушди ҷисмонӣ ва маънавии шахсият, консепсияи рушди фарҳанги ҷисмонӣ, таъмин намудани тандурустӣ, ташаккули тарзи ҳаёти солим дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, ки дар ҳуҷҷатҳои меъёрии ҳуқуқии соҳаи маориф, барномаи давлатии рушди тарзи ҳаёти солим дар Ҷумҳурии Тоҷикистон дар солҳои 2014-2020, заминаҳои барномавӣ-методии таълим, тарбия, ташаккули шахсияти хонандагон нишон дода шудаанд, ташкил дод.

Методҳои таҳқиқот. Ҳангоми ҳалли вазифаҳои дар кор пешбинишуда методҳои тадқиқоти назариявӣ ва амалӣ истифода шуданд. Методҳои назариявӣ: муносибати низомнок (системавӣ), пешбинӣ кардани натиҷа (прогносика), банақшагирии педагогӣ. Методҳои амалӣ иборатанд аз: саволномаҳо, усулҳои психологияи баҳодиҳии ҳолати ҳавасмандӣ ва эҳсосотӣ, озмоиш, мушоҳида, ташкил ва гузаронидани таҷрибаи педагогӣ, усулҳои омӯриш барои коркарди натиҷаҳои таҷриба, таҳлили натиҷаҳои фаъолияти таълимӣ (маҳсулоти фаъолият).

Пойгоҳи озмоишии таҳқиқот: МТМУ-и №1,3,4,5,6 ш.Кӯлоби вилояти Хатлони Ҷумҳурии Тоҷикистон.

Марҳилаҳои таҳқиқот. Тадқиқот дар се марҳила гузаронида шудааст:

Марҳилаи аввал - ҷустуҷӯи назариявӣ (2017-2018). Омӯзиш ва таҳлили адабиёти фалсафӣ, сотсиологӣ, табиӣ, психологӣ, педагогӣ ва тиббӣ оид ба мушкилоти тадқиқот, фаҳмиши назариявии он, мушаххасоти ғояҳои илмӣ проблемаи тадқиқшаванда, муайян кардани мавзӯи тадқиқот, ҳадафҳо, вазифаҳо, мавзӯ, объект ва усулҳои корҳои озмоишӣ-таҷрибавӣ. Натиҷаи ин марҳилаи омӯзиш фарзияи зарурати муносибати мунтазам ба ташаккули суроғавии фарҳангии тандурустии мактаббачагон ва тасаввуротҳо дар бораи тарзи ҳаёти солим.

Марҳилаи дувум - таҷрибавӣ (2018-2019). Таҳияи барномаи тадқиқотӣ. Таҳлили вазъи тандурустии хонандагони синфҳои ибтидоии МТМУ. Дар чараёни корҳои омӯзишӣ, назарсанҷӣ, саволномаҳо ва озмоиш оид ба омӯзиши вазъи тандурустии рӯҳӣ ва ҷисмонӣ, донишу тасаввуротҳо оид ба тарзи ҳаёти солим дар хонандагони мактабҳо ва муносибати онҳо ба тандурустии худ ва тандурустии атрофиён омӯзонидани шуд. Дар ин марҳила шароитҳои педагогӣ ва технологияи тандурустӣ дар робита ба меъёрҳои

арзёбии самаранокии онҳо дар раванди таълим таҳия карда шуданд. Натиҷаҳои тадқиқот дар нашрияҳои илмӣ санчида шуданд.

Марҳилаи саввум - марҳилаи чамъбасти (2019-2020). Дар ин марҳила, ба низоми даровардан ва коркарди натиҷаҳои тадқиқот, дақиқ кардани хулосаҳои назариявӣ ва амалӣ, ба расмият даровардани тадқиқоти илмӣ дар шакли диссертатсия гузаронида шуданд.

Навгониҳои илмӣ таҳқиқот:

-муайян карда шуд, ки дар сохтори таъмини муҳити тандурустии хонандагони мактаб омили педагогӣ ҳамчун омили таркибӣ ба ҳисоб меравад, ки моҳияти он дар тарбияи фарзандон ҳавасмандии устувор барои тарзи ҳаёти солим, дарки моҳияти фарҳанги солим ва тарзи ҳаёти солиро ташкил медиҳад;

-дақиқ гардид, ки муносибати низоминок ба рушди мундариҷа ва тадбирҳои оид ба мустаҳкам намудани тандурустии хонандагон татбиқ карда мешаванд ва онҳо ба шаклирии донишҳо оид ба тарзи ҳаёти солим мусоидат мекунанд;

-шароити ташкилию педагогӣ муайян гардид, ки дар заминаи муносибати низоминок имкон медиҳад раванди ташаккули тарзи ҳаёти солим идора карда шавад ва дар як вақт муҳити тандурустӣ ба он таъсир мерасонад;

-хусусиятҳои таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонадагони синфҳои ибтидоии МТМУ тадқиқ гашта, имконоти он барои ташаккули сифатҳои шахсиятии бачаҳо дар муҳити шароити МТМУ асоснок карда шуданд;

-шароитҳои педагогӣ ошкор ва ба тариқи таҷрибавӣ-озмоишӣ санчида шуданд, ки барои таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонадагони синфҳои ибтидоӣ мусоидат мекунанд.

Аҳамияти назариявӣ таҳқиқот:

-таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонадагони синфҳои ибтидоии МТМУ бори аввал дода шуда, ҳамчунин заминаҳои назариявӣ ва амалии робитаи онҳо баррасӣ гаштаанд;

-аз ҷиҳати назариявӣ робитаи солимии ҷисмонӣ ва ташаккули дониш, маҳорату малакаҳои тарзи ҳаёти солим дар хонадагони синфҳои ибтидоӣ асоснок карда шудаанд;

-дараҷаҳои омодагии хонадагони синфҳои ибтидоии МТМУ нисбати тарзи ҳаёти солим ошкор ва тавсиф карда шудаанд;

-асосҳои илмӣ мундариҷаи ташаккули тарзи ҳаёти солим дар раванди таълиму тарбияи хонадагони синфҳои ибтидоӣ муайян карда шуданд;

-натиҷаҳои назариявӣ тадқиқот имкон медиҳанд, ки барои ҳалли мушкилиҳои тандурустии донишомӯзони хурдтар равиши муассиртарро таҳия ва амалӣ намоем.

Аҳамияти амалии таҳқиқот аз он иборат аст, ки натиҷаҳои тадқиқот ба муассисаҳои таълимӣ имкон медиҳанд, ки раванди тандурустиро ба таври арзишманд идора кунанд ва тарзи ҳаёти солиро барои хонадагони хурдсол ташаккул диҳанд. Натиҷаҳои дастрасшуда ва хулосаҳо метавонанд дар раванди омӯзишу парвариш дар МТМУ истифода гарданд. Маводи дар тадқиқоти диссертатсионӣ пешкашшуда таҷассуми худро зимни ташкили

раванди таълиму тарбия дар МТМУ-и ш.Кӯлоби вилояти Хатлон, ҳамкориҳои омӯзгорон, волидон ва табибонро қавӣ ва самарабахш гардонад.

Саҳми шахсии муаллиф дар он аст, ки дар заминаи омӯхтан, таҳлил намудани тадқиқотҳои илмӣ олимони хориҷию ватанӣ, заминаҳои назариявӣ амалӣ, таҷрибаи МТМУ имконияти таъмин намудани муҳити тандурустиро дар ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ муайян намуд: бо ташкилу гузаронидани корҳои таҷрибавӣ-озмоишӣ аҳамияти банақшаگیرӣ ва истифодаи технологияҳои муосири таъмин намудани муҳити тандурустӣ, ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар асоси баҳисобгирии принсипҳои умумии педагогӣ-психологӣ нишон дода муайян кард, ки тандурустӣ масъалаи тиббӣ-психологӣ буда, таъмин намудани он муносибати комплексиро талаб мекунад.

Эътимоднокӣ ва саҳеҳии натиҷаҳои таҳқиқот тавассути методологияи тадқиқот таъмин карда шудаанд; истифодаи маълумоти илмӣ ва амалияи равшанӣ муосир; маҷмӯи мувофиқаи методҳои назариявӣ ва таҷрибавӣ, ки ҳамдигарро мукамал ва тасдиқ мекунад; истифодаи методҳои мутобик ба мавзӯ ва вазифаҳои тадқиқот; санҷиши таҷрибавӣ хулосаҳои асосии диссертатсия; миқдори назарраси маълумоти таҷрибавӣ; истифодаи меъёрҳои аз ҷиҳати илмӣ асоснок барои баҳодиҳии натиҷаи корҳои таҷрибавӣ.

Озмоиш ва татбиқи натиҷаҳои таҳқиқот. Мазмун ва мундариҷаи асосии рисола, инчунин натиҷаҳои аз таҳқиқот бадастомада дар шакли маъруза ва муаррифиҳо дар чорабиниҳои сатҳҳои ҷумҳуриявӣ ва байналмилалӣ, конференсияи ҷумҳуриявӣ илмӣ-амалӣ ва назариявӣ пешниҳод ва баррасӣ гардидаанд. Тибқи натиҷаҳои тадқиқот муаллиф як монография ва 5 мақолаи илмӣ нашр кардааст.

Нуктаҳои асосӣ, ки барои ҳимоя пешниҳод шудаанд:

1.Тарзи ҳаёти солим дар сохтори шахсияти хонандаи синфҳои ибтидоӣ сифати ҳамгиро мебошад, ки маҷмӯи самтҳои арзишнокро барои ташаккул, ҳифзу нигоҳдошт ва таҳкиму тақвияти тандурустии худ хонандагону омӯзгорон истифода мебаранд. Он донишҳои назариявӣ ва шаклҳои амалии рафторро фаро мегирад, ки барои иҷроиши вазифаҳои таълимӣ, ҷамъиятӣ ва маишӣ дар шароитҳои муносибу мувофиқ барои тандурустӣ мусоидат мекунад.

2.Амсилаи (моделӣ) концептуалии ташаккули омодагии хонандагони синфҳои ибтидоӣи МТМУ нисбати пешбурди тарзи ҳаёти солим таҷассуми сохтори фаълияти ӯ мебошад, ки муносибати арзишмандонаро нисбати тарзи ҳаёти солим, донишҳои назариявӣ ва малакаҳои амалии ҳифзу нигоҳдошт ва таҳкиму тақвияти тандурустӣ дар шакли ҳамгиро мавриди истифодабарӣ қарор мегирад. Чунин муносибат аз рӯи сохтор тавассути ҷузъҳои анғезавӣ-арзишнок, ақлонӣ ва фаъолиятӣ пешниҳод гаштаанд.

3.Технологияҳои иҷтимоӣ-педагогӣ ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣи МТМУ - низомии пайгирона ва ҳадафмандонаи амалҳо нисбати ташаккули тарзи ҳаёти солим буда, он дар асоси амалкарди мутақобилаи субъектҳои раванди педагогӣ арзёбӣ

мегардад, ки маҷмӯи илман асосноки шаклҳо, методҳо ва воситаҳои фаъолиятро фаро мегирад, ки дар маҷмӯъ ба ташаккули омодагии хонандагони МТМУ нисбати пешбурди тарзи ҳаёти солим нигаронида шудаанд.

4. Таъмини таълимӣ-методии раванди муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар бар мегирад ва он ташкили чунин низоми раванди таҳсилотӣ аст, ки дар мазмуни таҳсилот мавҷудияти донишҳои муназзамро оид ба тарзи ҳаёти солим, технологияи махсусро фаро мегирад, ки барои ташаккули малакаҳои амалии пешбурди тарзи ҳаёти солим мусоидат мекунад.

Сохтори диссертатсия аз муқаддима, ду боб, хулосаҳои ҳар як боб, хулосаи умумӣ, тавсияҳо, феҳристи адабиёт иборат аст.

МАЗМУНИ АСОСИИ ДИССЕРТАТСИЯ

Дар муқаддима мубрамияти масъала асоснок гардида, объект ва мавзӯи таҳқиқот муқаррар шудаанд, фарзия, мақсад ва вазифаи таҳқиқот, асосҳои назариявӣ ва методологии таҳқиқот, марҳилаҳои асосии таҳқиқот, навигарҳои илмӣ, аҳамияти назариявӣ ва амалии таҳқиқоти илмӣ, нуктаҳои ба ҳимоя пешниҳодшаванда аниқ карда шудаанд.

Боби якуми диссертатсия - «**Заминаҳои назариявии таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва тарбияи тарзи ҳаёти солим дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ**» масъалаҳои вобаста ба заминаҳои назариявии таъмини муҳити тандурустӣ ва тарбияи тарзи ҳаёти солимро дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ фаро мегирад. Бахши якуми боби якум таҳти унвони «**Ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагон ҳамчун масъалаи педагогӣ**» ба шакли тарзи ҳаёти солим дар хонандагон ба сифати масъалаи педагогӣ бахшида шудааст. Дар синни кӯдакию наврасӣ инсон суръати тези инкишофи ҷисмониро аз сар мегузаронад, ки он аз паси худ инкишофи равонию ақлӣ, ахлоқию иродавии ўро таъмин менамояд. Фаъолияти асабҳо, узвҳои нафаскашӣ, гардиши хун ва устухону мушакҳо такмил ёфта, тансиҳатӣ, солимии равонию ҷисмонӣ пайгирӣ карда мешавад.

Дар Қонуни Ҷумҳурии Тоҷикистон «Дар бораи тарбияи ҷисмонӣ ва варзиш» оварда шудааст: «тарбияи ҷисмонӣ - қисми таркибии фарҳанг ва соҳаи фаъолияти иҷтимоӣ буда, аз маҷмӯи арзишҳои маънавӣ ва моддӣ дар ҷомеа бавучудода ва истифодашаванда иборат аст, ба таҳкими саломатӣ, инкишофи ҷисмонии инсон, инчунин тарғиби тарзи ҳаёти солим равона карда шудааст» [77; 22]. Тарзи ҳаёти солим - тарзи ҳаёти инсон аст, ки ба нигоҳ доштани тандурустӣ, пешгирии беморӣ ва тақвияти организми инсон нигаронида шудааст. Тандурустии инсон 60% ё бештар аз тарзи ҳаёт (ғизо, парҳез, фаъолияти ҷисмонӣ, сатҳи ҳаяҷону изтироб, одатҳои бад ва рафтори харобкунанда) вобаста аст. Дар «Барномаи миллии ташаккули тарзи ҳаёти солим дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2011-2020» гуфта мешавад, ки «Дар кори муҳофизат ва мустаҳкам намудани саломатӣ, ки аҳамияти аввалиндараҷа дорад, тарзи зисту зиндагии инсон нақши асосӣ мебозад. Ташаккули тарзи ҳаёти солим ва муносибати масъулиятнок нисбат ба

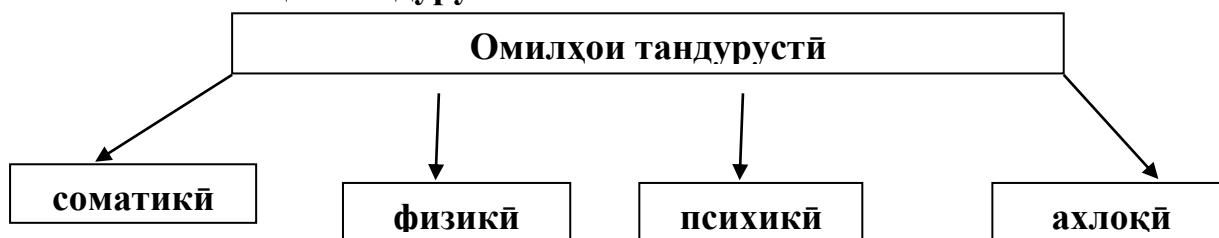
саломатии худ ба сатҳи маърифату маданияти аҳоли вобаста мебошад» [23;4].

Адабиёти илмии психологӣ-педагогӣ омӯзиши моҳияти мафҳумҳои «тандурустӣ» ва «тарзи ҳаёти солим»-ро низ фаро мегирад.

Имрӯз истилоҳи «тандурустӣ», сарфи назар аз таваҷҷӯҳи афзоянда ба тандурустии инсон, маънии васеъ дошта, таърифи мушаххаси илмии ягона мавҷуд нест, инро бисёр тадқиқотҳои олимони машҳури хориҷӣ (Н.А.Агадаян, Н.М.Амосов, И. А.Аршавский, М.Я.Виленский ва бисёр дигарон ва ватанӣ (Ш.А.Сафаров, Т.Б.Намозов ва дигарон) зикр кардаанд.

Тандурустии инсон на танҳо биомедикӣ, балки категорияи психологӣ, педагогӣ, фалсафӣ ва иҷтимоӣ мебошад, ки вобаста ба он мазмуни концепсияи амалишаванда аз доираи истифодаи ин истилоҳ вобаста аст. Тибқи маълумоти Созмони Умумиҷаҳонии Тандурустӣ (СУТ), тандурустии инсон чӯзҳои ҷисмонӣ (соматикӣ), рӯҳӣ (равонӣ, ақлӣ) ва иҷтимоиро фаро мегирад. Муҳаққиқ Г.Л.Апанасенко боварӣ дорад, ки онҳо ба се чӯзӣ шахсият - соматикӣ, равонӣ, иҷтимоӣ мувофиқанд. Бар асоси тадқиқоти Н.А.Агадаян, Н.М.Амосова, И.И.Брехман, В.В.Колбанова, ҷаҳор омилро метавон фарқ кард, ки ба тандурустии инсон таъсир мерасонанд (Расми 1).

Расми 1. Омилҳои тандурустӣ.



Омили соматикӣ механизми траектории рушди инсон аст ва инъикоси вазъи солимии организм мебошад. Он ба барномаи биологии рушди инфиродӣ асос ёфта, бо ниёзҳои аввалия миёнаравӣ карда мешавад. Физикӣ ё худ ҷисмонӣ сатҳи рушд ва инкишофи узвҳо ва низомҳои организмро нишон медиҳад ва он ба захираҳои морфологӣ ва функционалӣ асос ёфтааст. Кулли организм бо қувваи якхелаи энергия ва моддаҳои зарурӣ таъмин карда намешавад, бинобар ин, шароити мухталифи вобаста ба норасоии заруриро дар назар дорад. Чунин шароитҳо бо мафҳуми эҳтиётот ифода карда мешаванд.

Ҳамин тариқ, категорияи тандурустӣ як мушкилоти воқеии педагогӣ мебошад, ки бояд ҳалли худро ёбад.

Бахши дуҷуми боби якум - «**Роҳи усулҳо ва воситаҳои таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули ҳаёти солим дар мактаби муосир**» баррасии роҳи усулҳо ва воситаҳои таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули ҳаёти солим дар мактаби муосиро фаро мегирад. Мувофиқи суханони академик Н.М.Амосов, «... тандуруст бошад, шумо саъю кӯшишҳои доимӣ ва муҳимро талаб мекунад. Шумо наметавонед онҳоро бо чизе иваз кунед» [13; 28]. Илми ҷавони босуръат рушдбанди валеология даъват мекунад, ки самти заруриро барои «кӯшишҳои худ» нишон диҳад. Валеология (аз латинии valeo - «солимӣ, солим будан»)

илмест, ки ба тандурустии инсон машғул аст. Аммо муносибат ба тандурустӣ (ва мутаносибан ба тарзи ҳаёти солим), тавре ки мусаллам аст, дар шахс худ ба худ пайдо намешавад, балки дар натиҷаи таъсири муайяни педагогӣ ташаккул меёбад. Аз ин рӯ, дар сохтори дастгирии арзишманди вазифаҳои ҳаётан муҳим, ҷузъи педагогӣ, ки моҳияти он тибқи И.И.Брехман [30; 12], иборат аст аз «Маълумоти тиббӣ аз синни хурдсолӣ», ки он имрӯз чун соҳаи махсуси педагогика бо номи педагогикаи табобатӣ-солимгардонӣ арзи вучуд дорад. Дар танаффусҳо набояд иҷозати зиёд намудани иҷрои машқи ҷисмонии хонандагон дода шавад. Бозиҳои шиддатнокии баланддошта барои кӯдакон бениҳоят ҷолибанд, ки онҳо барои зуд ором шудан ва ба корҳои таълимӣ гузаштан имконият намедиханд, ки он дар Тоҷикистон бори аввал аз тарафи Д.И.Каримова дар кӯдакони хурдсол мавриди тадқиқоти илмӣ қарор гирифтаанд, яке аз шароитҳои педагогии ташаккули тарзи ҳаёти солим ва таъмин намудани муҳити тандурустӣ мебошад. Дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ мо одатҳои майл ба тамокукашӣ, риоя накардан ба қоидаҳои санитарӣ-гигиенӣ, нохун хоидани кӯдак, дағалӣ, ҳангоми муоширату муносибат истифодабарӣ аз алфози қабех, мутеъият ба телефону компютер ва ғайраҳоро мушоҳида кунем, ки онҳо ҷабҳаҳои самтҳои психологӣ, иҷтимоӣ, физиологӣ доранд. Дар рафти кори тадқиқотӣ маълум гардид, ки волидон ва омӯзгорон одатан аз одати бади нохун хоидани кӯдак шикоят мекунанд. Муҳаққиқи машҳур А.А.Сморозинцев исбот кард, ки 95% тамоми микроорганизмҳои дар даст мавҷудбуда дар фазо мебошанд. Дар 1 грамм чирку ифлосӣ муҳаққиқон 380 миллион микробҳоро ҳисоб кардаанд, ки онҳо сабаби паҳн гардидани бемориҳои сироятӣ, осебёбии саломатии равонӣ ҷисмонии кӯдакон мегарданд. Омӯзгорон, падару модарон, кормандони тиббӣ таъсири тамокуро ба бадани тамокукаш мунтазам таъкид менамоянд, ки ин бесабаб нест. Тадқиқоте, ки дар бисёр кишварҳои ҷаҳон гузаронида шудааст, зарари азими тамокуро ба тандурустӣ собит кардаанд. Тамокукашӣ хатари саратони шушро ба вучуд меорад. Одамоне, ки дар як рӯз аз 10 то 12 сигор мекашанд, саратони шуш 15 маротиба зиёдтар аст ва онҳое, ки 2 қутӣ сигор мекашанд - 30 маротиба зиёдтар гирифтдор мегарданд. Ашхосе, ки то 15-солагӣ тамокукаширо оғоз кардаанд, дар муқоиса бо онҳое, ки пас аз 25 солагӣ тамокукаширо оғоз кардаанд, 5 маротиба бештар аз саратони шуш мемиранд. Ҷолиби диққат аст, ки ҳуди 67,9% кӯдакони бо машрубот алоқаманд буда, изҳор доштанд, ки шаробхӯрӣ зараровар аст, боқимондаҳо дар ин бора фикри муайяне надоштанд. Речаи рӯзи хонандаи мактаб, ки дар он тақсмоти вақт барои фаъолиятҳо (дарс, иҷрои вазифаи хонагӣ, истироҳату фароғат) ҷудо карда шудааст, ҳамчун омили ташаккули тарзи ҳаёти солим муҳим аст. Агар онро ба инобат гирем, ки валеология ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар байни хонандагон вазифаи асосии худ шуморад, пас речаи рӯзона метавонад ба як намунаи хуби ҳаётгузаронӣ табдил ёбад, зеро таркиби он ба қонегардонии ниёзҳои физиологии организм равона карда шуда, ба набзҳои биологӣ ва иҷтимоии ҳаёти инсон мутобиқ аст.

Соли 2001 то соли 2006 дар ҳамдастии Вазорати маориф ва илми Ҷумҳурии Тоҷикистон, Вазорати тандурустӣ ва таъминоти иҷтимоӣ, Созмонҳои ғайридавлатӣ, Вазорати ахбори умум, мададу дастгирии намояндагии Созмони Милали Муттаҳид ЮНИСЕФ тадқиқоти махсуси гуногунҷабҳа дар микёси васеъ оид ба саломатии хонандагони синфҳои 7-9-ро (аз 13-14 то 15-16 сола баргузор намуд [44;32]. Дар асоси натиҷагирӣ аз тадқиқоти мазкур амалигардонии барномаи «Тарзи ҳаёти солим» дар МТМУ пешниҳод ва оғоз гардид. Боиси таассуф аст, ки ташхису таҳқиқи тансиҳатии хонандагони синфҳои ибтидоӣ дурр аз таваҷҷуҳи ҷунин тадқиқот монда буд. Вазъи тандурустии кӯдакон ба ташхису таҳлил имрӯз дар ҳамаи зинаҳои таҳсилотӣ ниёз ба тадқиқу беҳбудӣ бахшидан дорад. Ҳангоми омӯзиши ин мушкилот якҷанд самтҳо дар тадқиқотҳои олимони рус дидан мумкин аст, ки онҳо ҷунинанд: - фалсафӣ ва ҷомеашиносӣ (А.П.Бутенко, И.М.Биховская, В.З.Коган, А.В.Лисовский, Л.Я.Рубина, М.Н.Руткевич ва дигарон); - тиббӣ ва гигиенӣ (Н.А.Агаданян, Н.М.Амосов, В.Е.Апарин, И.И. Брехман, И.В.Давидовский, Ю.Л.Лиситмын, В.П.Петленко ва ғайра); - психологӣ ва педагогӣ (А.В.Баришева, М.Я.Виленский, П.А. Виноградов, Т.А.Илина, В.М.Минияров, В.А.Сластенин ва ғайра). Ҳангоми омӯзиши фаъолияти роҳбарони муассисаҳои таълимӣ дар ш.Кӯлоби вилояти Хатлон, ки дар ибтидо (соли 2017) гузаронида шуд, зимни арзёбии самаранокии фаъолияти муассисаҳои таълимӣ диққати махсус ба натиҷаҳои кори омӯзгорон ва омӯзгорони устохонаҳои таълими истеҳсолӣ (дониш, малака, хонандагон, сатҳи дониш, шумораи хонандагон) дода шуд. Ин, албатта, хеле муҳим аст, зеро аз маҳорати касбии кормандон ва омӯзгорон дар муҳити таълимӣ таваҷҷуҳи хонандагон ба таҳсилот, вазъи эҳсосотӣ ва дар натиҷа тандурустии онҳо вобастагии зиёд дорад, аммо ҳолати инсон, мавҷудияти шароит барои ташаккули тарзи ҳаёти солими кӯдакон аз ҷониби омӯзгорон ва роҳбарони низоми маориф пурра ва ба тариқи мукамал ба эътибор гирифта намешаванд. Тавассути роҳандозии саволномаҳо аз пурсидашудагон, танҳо 20 % омӯзгорон, 29 % директорон ва ва муовинони онҳо ва 25% мутахассисони дигари соҳа (мушовирон, роҳбарони иттиҳодияҳои методӣ ва дигарон, маълум шуд, ки аз ҷумлаи кормандони пешбари низоми маориф ба вазъи тандурустии хонандагон таваҷҷуҳи хоса медиханд, ки ин далелҳо фарзияи зайлро тасдиқ мекунад, ки аксарияти омӯзгорон ба ин масъала ба таври кофӣ ва басанда таваҷҷуҳ надоранд ва вазифаи асосии худ фақат таъдим додан ва ташкили баргузори дарсҳо барои хонандаҳо ба натиҷагирӣ аз дарсҳо меҳисобанд.

Дар бахши сеюми боби якум - «**Банақшагирии технологияи муҳити тандурустӣ барои хонандагони синфҳои ибтидоӣ**» хусусиятҳои банақшагирии технологияи тандурустӣ барои хонандагони синфҳои ибтидоӣ мавриди баррасӣ қарор дода шудаанд. Рушди муосири Ҷумҳурии Тоҷикистон бо ислоҳот ва навсозӣ дар соҳаи маориф алоқаманд аст, ки пеш аз ҳама ба ташаккули шахсияти насли наврас дар ҷомеаи муосир равона карда шудааст. Муваффақияту дастовардҳо дар соҳаҳои гуногуни ҳаёт метавонанд барои равона кардани кӯшишҳо ба тарзи ҳаёти солим мусоидат

кунанд. Бисёр омилҳои манфӣ ба вазъи тандурустии кӯдакон таъсир мерасонанд: бадшавии вазъи экологӣ, пасттар шудани сатҳи зиндагӣ дар кишвар, сатҳу сифати кафолатҳои махсуси хизматрасонии иҷтимоӣ барои кӯдакон дар соҳаҳои рушди маънавӣ ва ҷисмонӣ, норасоии вақт ва маблағ барои волидон чиҳати пурра қонё кардани ниёзҳои кӯдакон, зиёд шудани шумораи оилаҳои нопурра. Ҳамин тариқ, барои рушди пурраи кӯдак ташаккул ва рушди ҳамаи ҷузъҳои тандурустӣ зарур мебошанд.

1.Равишҳои асосӣ дар таърифи тандурустӣ. Умуман зери мафҳуми тандурустӣ ҳамчун ҳолати некӯаҳволии пурраи ҷисмонӣ, рӯҳӣ ва иҷтимоӣ, на танҳо мавҷуд набудани бемориҳо ва нуқсонҳои ҷисмонӣ фаҳмида мешавад. *2.Фаъолияти ҳаракатии кӯдакон.* Зарурате ба миён омадааст, ки дар ҳама муассисаҳои таълимӣ барномаи таълиму тарбияи умумии асосӣ барои тарбия ва такмилдиҳии ҳаракаткунӣ амалӣ карда шавад. *3.Чорабиниҳои пешгирикунанда.* Барои ҳифзи ҳаёт ва тандурустии кӯдакон: дар ҳар як муассисаи таълимӣ қоидаҳо ва чорабиниҳои махсуси таъмини бехатариро бояд қатъиян риоя намоянд. *4.Ташкили гизои оқилона барои рушди ҷисмонӣ психикӣ, солимии ҷисму руҳи бачаҳо хеле муҳим мебошанд.* Таъмини пурраи тандурустии кӯдакон ба гизои оқилона ғайриимкон аст, ки шартӣ пешрафти ҳамоҳангӣ, рушди ҷисмонӣ ва зеҳнӣ, муқовимат ба сироятҳо ва дигар омилҳои номусоиди экологӣ мебошад. *5.Корҳои ҷисмонӣ ва фитнес:* -ташкيلي низоми мувофиқи фаъолияти ҳаракатӣ мутобиқи вижагиҳои синнусолӣ ва фардии кӯдакон;-ташаккули ниёзмандии бошуурона ба тарбияи ҷисмонӣ дар кӯдакон;-шиносоии кӯдакон бо анъанаҳои варзиши миллӣ ва иштирок дар онҳо; -таъмини тандурустии равонӣ. *6.Пешгирии фишори зеҳнӣ* воситаи асосии татбиқи мундариҷаи тарбия ва таълим дар синфҳои ибтидоии мактаб нақшаи фаъолияти мустақими таълимӣ мебошад, ки имкон медиҳад маводи барномаро дар тӯли тамоми соли хониш тақсим кард ва яқпорчагии раванди педагогӣ таъмин гардад. *7.Корҳои тарбиявӣ:* Ташаккули фарҳанги умумии шахсияти хонандагон, аз ҷумла тарбияи малакаҳои маданӣ ва гигиенӣ ба таҳкими тандурустии кӯдак нигаронида шудааст. *8.Афзоиши ва такмили донишу маҳорату малакаҳои кӯдакон дар бораи бехатарии ҳаёт, ки он шартӣ шартӣ ҳалкунандаи таъмини бехатарии онҳоро таъмин менамояд, аз сини кӯдакӣ оғоз меёбад.* Кӯдак ба ҳолатҳои гуногуни хавфноки ҳаёт дучор шуда метавонад.

Боби дуюми диссертатсия - «**Татбиқи технологияҳои муҳити тандурустӣ дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ**» баррасии масъалаҳои вобаста татбиқи амалигардонии технологияҳои муҳити тандурустиро дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ фаро мегирад.

Бахши якуми боби дуум таҳти унвони «**Корҳои таҷрибавӣ-озмоишӣ оид ба вориднамоии технологияҳои муҳити тандурустӣ дар раванди таълим**» ба баррасию арзёбии корҳои таҷрибавӣ-озмоишӣ оид ба вориднамоии технологияҳои муҳити тандурустӣ дар раванди таълим бахшида шудааст. Дар Барномаи миллии ташаккули тарзи ҳаёти солим дар Ҷумҳурии Тоҷикистон барои солҳои 2011-2020», ки аз тарафи Ҳукумати кишвар аз 30.X.2010, №560 қабул карда шудааст, ба мафҳумҳои саломатӣ,

тарзи ҳаёт солим бо таври зайл тавзеҳ дода шудааст: 1.Саломатӣ – ҳолати некуаҳволии пурраи ҷисмонӣ ва руҳию иҷтимоии инсон;2.Тарзи ҳаёт – маҷмӯи муносибатҳои мушаххаси ҳар як одам бо истифодаи захирю имкониятҳои, ки барои вай шароити иҷтимоӣ, анъанаҳо, маълумот ва муносибатҳои бозорӣ пешниҳод менамояд.3\ Тарзи ҳаёти солим – намудҳо, навъҳо усулҳои фаъолияти ҳаёти барои форматсияи мазкури ҷамъиятию иқтисодии хоси инсон,ки имкониятҳои организми вайро мустаҳкам намуда, барои босифат иҷро намудани вазифаҳои иҷтимоӣ ва расидан ба дарозумрии фаъолонии ӯ мусоидат менамояд» [23;3]. Саломатӣ ё худ тандурустии инсон натиҷаи ҳамаҷонибаи омилҳои иҷтимоӣ, экологӣ ва биологӣ мебошад. Гумон меравад, ки саҳми таъсири гуногун ба вазъи тандурустӣ чунин аст: - ирсият-20%; - муҳити зист-20% ва ғайра. Имрӯз масъалаи ҳифзи тандурустии хонандагон дар мактаб хеле мубрам аст. Шиддати донишомӯзии хонандагон вобаста ба зиёдшавии маълумотҳо хеле баланд аст, ки омилҳои заифтар шудани тандурустӣ ва афзоиши мушкилиҳои мухталиф дар ҳолати равонӣ ҷисмонӣ хонандагон шуда метавонад. Дар маҷмӯъ амсилаи намунавии муҳити тандурустиро чунин тасвир кардан мумкин аст.

Расми 2 . Амсилаи ташкил ва татбиқи муҳити тандурустӣ.

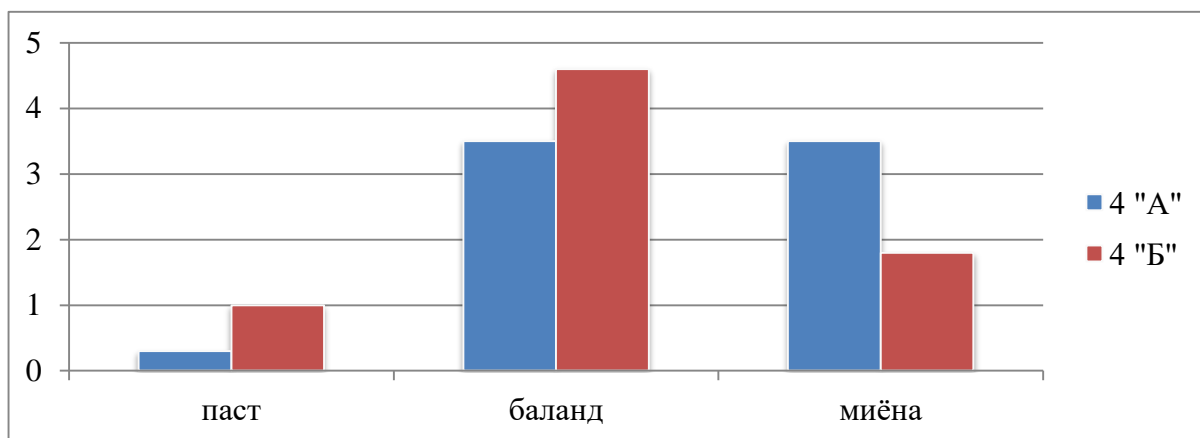


Чуноне аз амсилаи ташкил ва татбиқи муҳити тандурустӣ дида мешавад, он аз 11 ҷузъи таркибии ба ҳам алоқаманд иборат буда, яке ба дигаре вобаста мебошанд. Дар маҷмӯъ соҳтори муҳити тандурустӣ аз чунин ҷузъҳои тасвиршудаи вобаста ба ҳамдигар таркиб ёфтааст: дарсҳои тарбияи ҷисмонӣ; - корҳои тандурустӣ-тасҳеҳӣ; - иттилоот оид ба тандурустӣ дар дарсҳо, ки онро корҳои маълумотӣ-маърифатӣ низ номидан мумкин аст; - хадамоти психологӣ, ки он ёрии психологӣ бо хонандагон, омӯзгорон ва волидонро дар бар мегирад - корҳои берунасинфӣ - дарсҳои иловагӣ оид ба тандурустӣ; - риояи меъёрҳои санитарӣ-гигиенӣ; - кор бо волидайн. Ба ибораи дигар, таъсирбахшии онро дар маҷмӯъ тамоми низоми ҷузъҳои фароҳам овардани муҳити тандурустӣ таъмин менамояд. Истифодаи яке аз ин ҷузъҳои таркибӣ наметавонад дар алоҳидагӣ таъсирбахш ва пурра

мукаммалу самаранок бошад. Низоми баҳогузорӣ ба тариқи зайл истифода мешавад: барои кори дуруст иҷрошуда - 1 ҳол; сатҳи муқаррарӣ - 2 ҳол; пешрафта - 3 ҳол.

Пас аз гузаронидани санҷиш ҳолҳои хонандагон дар ҷадвал ҳисоб карда шуданд: сатҳи баланд - 7-12 ҳол; сатҳи миёна - 5-6 ҳол; сатҳи паст - камтар аз 4 ҳол. Нуқтаҳои дар марҳилаи назоратӣ гирифташуда дар ҷадвали зерин оварда шудаанд. Сипас, дар ҳар як синф дараҷаи таълим тибқи ҷадвалу речаҳои меъёрҳо ошкор карда шуд: Сатҳи баланд - нишондиҳандаҳои баланд ва миёна зиёда аз 70% -ро ташкил медиҳанд; Сатҳи миёнаро дар синф 20% хонандагон ташкил намуданд, аз нишондиҳандаи паст болотар ҳисобида шуданд. Сатҳи паст – парокандаю ноустувории нишондиҳандаҳои инфиродӣ ташкил мекард, ки маҷмӯи онҳо бо сатҳи пасти бештар аз 10% муаррифӣ мешавад. Умуман, таҳлили натиҷаҳо бартарияти сатҳи миёнаи таълимро дар синфҳои таҷрибавӣ нишон дод. Ғайр аз он, саволномаи тестӣ гузаронида шуд, ки мақсади он муайян кардани дониши кӯдакон дар бораи тарзи ҳаёти солим ва сохтори организм буд. Мо се сатҳи донишро дар бораи тарзи ҳаёти солим дар кӯдакони синфҳои ибтидоӣ муайян кардем: Сатҳи баланд бо - 12-15 ҳол ва кӯдак дар бораи арзиши тандурустӣ ва тарзи ҳаёти солим тасаввурот дорад. Кӯдак ба саволҳои гузошташуда дилпуруна, возеҳ ва пурра ҷавоб медиҳад. Ҳама узвҳои организм ва узвҳои асосиро номбар менамояд, мекӯшад онҳоро дар низомҳо муттаҳид кунад. Арзиши тандурустиро эътироф мекунад, дар бораи пайдарҳамии тарзи ҳаёти солим тасаввурот дорад. Сатҳи миёна бо - 9-11 ҳол ва кӯдак ба саволҳо ба таври боваринок ё пурра ҷавоб намедиҳад. Номҳои узвҳои организм, махсусан узвҳои дарунаро пинҳон мекунад. Дар низом, узвҳо танҳо бо ёрии ишора ё саволҳои пешин муттаҳид мешаванд. Андешаҳо дар бораи тарзи ҳаёти солим маҳдуданд, мушаххас нестанд. Ӯ арзиши тандурустиро мефаҳмад, аммо бо душворӣ арзёбӣ мекунад, ки чӣ қор қардан лозим аст, то бемор нашавад. Сатҳи паст - 6-8 ҳол, кӯдак қисмҳои алоҳидаи организмро номбар мекунад, донишмандони номҳои узвҳои дохилӣ номуайян аст. Тандурустиро ҳамчун ҳолати муқобили беморӣ муайян мекунад. Ӯ наметавонад шарҳ диҳад, барояш мисоле овардан зарур аст, ки нисбати тандурустии худ ғамхорӣ кунад. Натиҷаҳои тадқиқот нишон доданд, ки сатҳи миёнаи донишҳои кӯдакон дар дараҷаю сатҳҳо баргарӣ доранд. Кӯдакон аксар вақт ба кӯмак дар шакли маслиҳат ё саволҳои ёрирасон пешрафта ниёз доранд. Аз 54% ва 70% чунин хонандагон мутаносибан дар синфҳои 4 «А» ва 4 «В» таҳсил менамоянд. Дар сатҳи аз 2% ва 9% хонандагон соҳиби сатҳи баланди донишҳо оид ба сохтори организм доранд ва мо онро дар диаграмма тасвир намудем.

Диаграммаи 1. Натиҷаҳои саволномаю пурсиш оид ба ошкорнамоии дараҷаи донишҳо нисбати сохтори организм



Чузъи фаъоли тарзи ҳаёти солим дар асоси таҳлили маълумотҳои идораи тиббии мактаб муайян карда шуданд, ки онҳо нисбатан ҷабҳаи тиббӣ-солимгардонӣ доштанд. Нишондиҳандаҳои зерини рушди ҷисмонии хонандаро зикр кардан мумкин аст: -ҳолати умумии организм; - нишондиҳандаи фаъолияти узвҳои нафаскашӣ; - нишондиҳандаи фаъолияти низоми эндокринӣ; - нишондиҳандаи фаъолияти узвҳои бинӣ. Ҳамаи нишондиҳандаҳо аз ҷадвали баҳисобгирии инкишофи ҷисмонӣ ва асабу асиҳикии ҳар як хонанда аз тарафи кормандони тиббӣ ба варақаи (дафтарчаи) тиббӣ қайд карда мешаванд. Натиҷаҳои ҷамъбаस्तшуда барои ҳар яке аз омилҳо дар ҷадвали 6 оварда шудаанд.

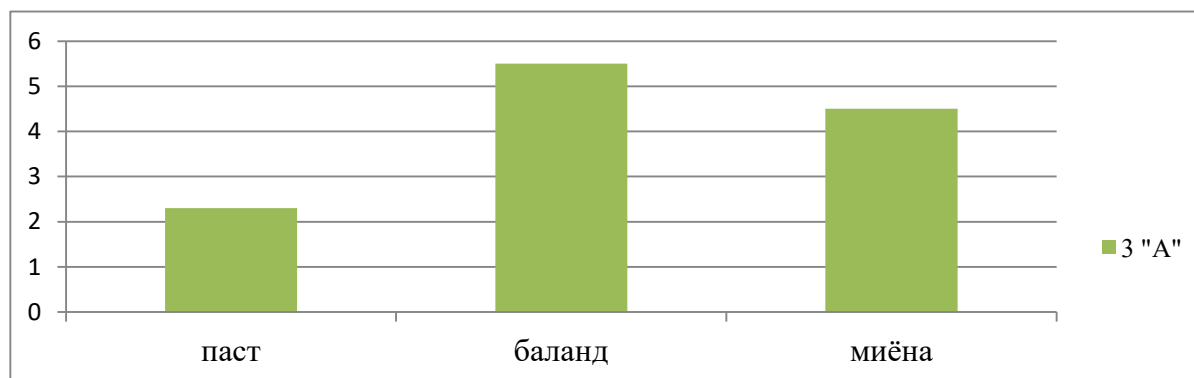
Ҷадвали 6. Дараҷаи рушди ҷисмонии хонандагони синфҳои ибтидоӣ.

Нишондиҳандаҳо	Дараҷаҳо
Нишондиҳандаи кувватнокии бадан (ҷисм)	Дараҷаи ноҳуб/доштани иллат
Нишондиҳандаи ғунҷоиши ҳаётии шушҳо	Дараҷаи ноҳуб/доштани иллат
Нишондиҳандаи фаъолияти низоми дилу рағҳо	Дараҷаи кофӣ
Нишондиҳандаи андом (қомат)	Дараҷаи ноҳуб/доштани иллат
Нишондиҳандаи биниш	Дараҷаи кофӣ

Аз рӯи натиҷаҳои тадқиқот гурӯҳи кӯдакони муҳтоҷ ба ғамхорӣ махсус муайян карда шуд, ки онҳо тақрибан 8% хонандагони синфҳои ибтидоиро ташкил медиҳанд. Барои чунин хонандагон назорати духтури оилавӣ тавсия дода мешавад, вай дар ҳамкорӣ бо мутахассисони махсус табобату солимгардониро таъмин менамояд. Хонандагон, ки донишҳои онҳо дар сатҳи паст қарор дорад соҳиби камтар аз 85 ҳол гардиданд, набудани низоми маълумоти ибтидоӣ дар бораи тандурустӣ, тарзи ҳаёти солим ва ҳавасмандӣ ба ҳифзи тандурустии шахсии онҳоро нишон медиҳад ва хонанда аксар вақт қоидаҳои асосии гигиенаро сарфи назар мекунад. Боиси таассуф аст, ки фақат 2% хонандагони синфҳои ибтидоӣ мавриди кори озмоишӣ қарорёфта (таҳқиқшавандагон) соҳиби сатҳи баланди меъёрҳои фарҳанги

тандурустӣ, 38% дар сатҳи миёна ва 60% дар сатҳи паст қарор доштанд. Мо онро дар диаграммаи 2 ба таври зайл тасвир намудем.

Диаграммаи 2. Натиҷаҳои гузаронидани методика барои ошкорнамоии азхудкунии меъёрҳо дар соҳаи тандурустӣ.



Ҳамин тариқ, натиҷаҳои кори омӯзишӣ-таҷрибавӣ имкон доданд, ки дараҷаи нокифоя ташаккулёфтаи тарзи ҳаёти солимро дар хонандагон муайян карда, зарурияти ҷорӣ кардани технологияҳои педагогикаи тандурустӣ ва усулҳои нави тақмили минбаъдаи равандҳои таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар синфҳои ибтидоии муассисаҳои таҳсилоти умумӣ тарҳрезӣ намоем. Кори озмоишии ташаккулдиҳандаро пайгирӣ намоем.

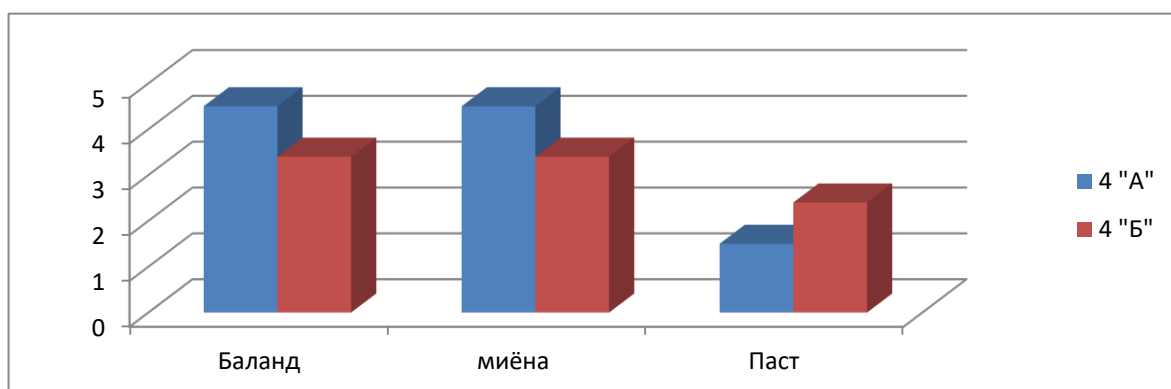
Бахши дуюми боби дуюми диссертатсия - «**Тарҳрезии муҳити тандурустӣ дар синфҳои ибтидоии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ: ташкилу баргузори корҳои озмоишии ташаккулдиҳанда**» ба масъалаҳои вобаста ба ташкилу баргузори корҳои озмоишии ташаккулдиҳанда бахшида шудааст. Мутаассифона, дар солҳои охир, омӯзгорон мустақиман бад шудани вазъи саломатии кӯдаконро мушоҳида кардаанд: аз се як ҳиссаи махсусан толибилмони синфҳои ҷорум мушкิลӣ дар заиф гардидани кори узви бинӣ ва теъдоди муайян бемориҳои музмин доранд. Тадқиқотҳои илмии муосир оид ба таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим имкон медиҳанд, ки омилҳои хавф дар мактабро бо дараҷаи кам шудан оварда, таъсиррасонӣ ба тандурустии хонандагон беҳтар карда шавад, аз инҳо иборат шуда метавонад: 1. Тактикаи педагогии рафъи афсурдаҳои ва ҳаяҷону изтироб дар хонандагон; 2. Бартарафсозии номутобиқатии метод ва технологияҳои таълим бо синну сол ва қобилиятҳои иҷроиши вазифавии хонандагони мактаб; 3. Риоя накардани талаботи асосии физиологӣ ва гигиении ташкили раванди таълиму тарбия; 4. Баланд бардоштани сатҳи саводнокии волидон дар масъалаҳои ҳифзи саломатии кӯдакон; 5. Бартарафсозии мушкилиҳо дар низомии мавҷудаи тарбияи ҷисмонӣ; 6. Афзунгардонии донишу маълумотҳои вазифавии омӯзгорон дар масъалаҳои ҳифз ва тарғиби тандурустӣ; 7. Ташкилу баргузори мунтазами ҷорабиниҳои муназзам дар ташаккули арзишҳои тандурустӣ ва тарзи ҳаёти солим.

Ҳангоми таҳияи нақшаи «Дарси тандурустӣ» ва мундариҷаи он на танҳо вижагиҳои синнусолии хонандагон, ки қобилияти равонӣ ва физиологӣ ва сатҳи омодагӣ ба дарк кардан ва азхудкунии донишҳои арзишмандро муайян мекунад, ба ҳисоб гирифта шуданд, ки инчунин фаъолияти мактаб ва ҷузъи давлатии таҳсилоти миёнаи умумӣ низ мавриди тавачҷуҳ қарор дода шуданд. Мундариҷаи таълим ҳамчун як миқдори муайяни таҷрибаи ҳаёт, ки дар раванди анъанавии педагогии муассисаҳои таълимӣ ба хонандагон интиқол дода мешавад, омодагии пешакӣ барои таълими дониши валеологӣ ҳисобида шуд. Мазмуни барнома маҷмӯи маълумотро дар бораи мушкилоти экологӣ ва валеологии марбут ба тандурустӣ фаро гирифт. Миқдори дарсҳо – 16 ҳадди ақал, ки дар он имкон дорад таъсир ва тағйирот дар рафтор ба даст оварда шавад.

Баҳши сеюми боби дуюм таҳти унвони «**Чамъбаст ва таҳлили натиҷаҳои тадқиқоти таҷрибавӣ-озмоишӣ**» ба натиҷагирию чамъбасти тадқиқоти диссертатсионӣ баҳшида шудааст. Дар марҳилаи назоратии қори тадқиқотӣ (соли таҳсили 2017-2018) ташҳиси такрорӣ ташаккулёбии тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои 4-ум гузаронида шуда, таҳлили муқоисавии натиҷаҳои ба дастмада роҳандозӣ гардид. Марҳилаи такрорӣ назоратӣ чунин натиҷаҳоро ба бор овард: теъдоди донишомӯзоне, ки дараҷаи баланди донишомӯзиро нишон доданд, ба 5 % афзоиш ёфт; онҳое, ки дараҷаи миёнаро соҳиб буданд, ба андозаи 4% зиёд гаштанд. Ҳамин тариқ, теъдоди хонандагон бо дараҷаи пасти донишомӯзӣ ба ҳисоби миёна ба 9 % коҳиш ёфт. Баъди омӯзиши барномаи дар боло зикргардида такроран тест-пурсишномаи «Оё ту организми худро медонӣ?» гузаронида шуд. Натиҷаҳои саволнома нишон доданд, ки дар хонандагони синфҳои 4 «а» бо андозаи 50 % ва дар синфҳои 4 «б» сатҳи донишҳои хонандагон боло рафтанд. Дар гурӯҳи хонандагони дар сатҳи пасти донишомӯзӣ қарор доштанд, 15% болоравии донишҳо мушоҳида гардид, ки мо онро дар диаграммаи 3 бо таври зайл тасвир намудем.

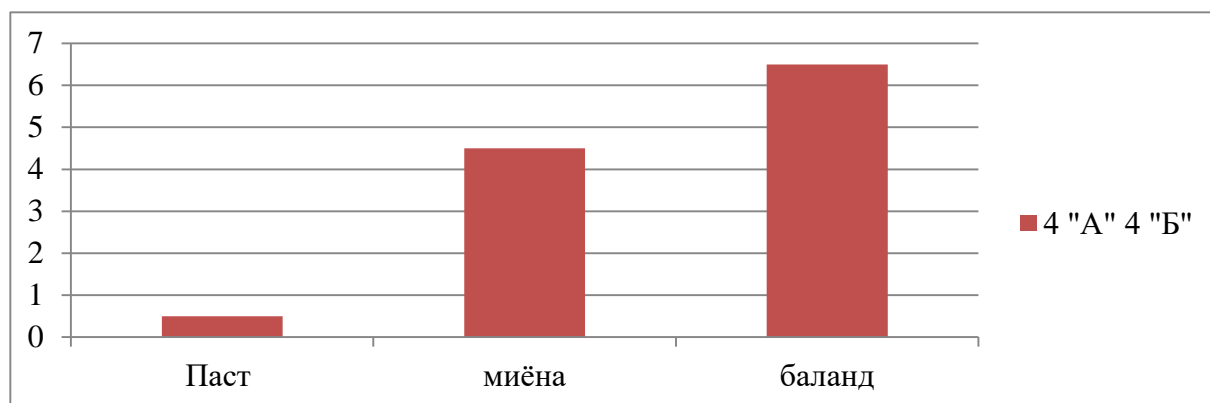
Барои муайян кардани динамика дар таркиби фаъолият, мо боз ҳамроҳи равоншиносон усулҳои методии арзёбии тамоюлҳои арзишии шахсро истифода бурдем.

Диаграммаи 3. Натиҷаҳои саволномаи такрорӣ оид ба ошкорнамоии донишҳо дар бораи сохтори организм.



Сатҳи ҳавасмандии хонандагон бо азхудкунии донишҳо оид ба тандурустӣ ва ҳаёти солим дар синфи 4 тағйир ёфт. Масалан, фоизи мавҷудияти ангезаҳои васеи маърифатӣ, ки ба азхудкунии донишҳои нав нигаронида шудаанд ва ҳамчунин ангезаҳои худхоӣ, ки боиси такмилдиҳии мустақили роҳҳои дарёфти дониш шудаанд, 15% афзоиш ёфтааст. Методикаи «Сатҳи дониши хонандагони мактабҳо дар бораи меъёрҳои фарҳангӣ дар соҳаи солимӣ», ки аз ҷониби муҳаққиқи рус Н.С.Гаркуша барои муайян кардани тағйирот дар сатҳи азхудкунии меъёрҳои фарҳангӣ дар соҳаи тандурустӣ дар байни хонандагони синфҳои ибтидоӣ таҳия гаштааст, истифода бурда шуд. Мо натиҷаҳои зеринро ба даст овардем: шумораи хонандагон бо сатҳи баланди дониши меъёрҳои фарҳангӣ дар соҳаи тандурустӣ 18% ва ба ҳисоби миёна 6% зиёд шуд. Нишондиҳандаи сатҳи паст аз 60 то 35% тағйир ёфт (Диаграммаи 4).

Диаграммаи 4. Натиҷаҳои такроран гузаронидани методика барои ошкорнамоии азхудкунии меъёрҳои фарҳангӣ дар соҳаи тандурустӣ.



Илова бар ин, пас аз омӯختани барномаи махсус, мо сатҳи омодагиро дар донишҳои валеологӣ арзёбӣ кардем. Онҳо сатҳи баланди донишро дарёфт карданд - 64%, сатҳи миёна - 26% ва сатҳи паст - 10%-ро ташкил доданд. Дониши хонандаи синфҳои ибтидоӣ дар 65.5% кӯдакон изтиробнокиро сабук гардонд.

Мо ҳамчунин муҳокимаи мушкilotи ташаккули тарзи ҳаёти солим ва шароити педагогиро, ки ба ин мусоидат мекунанд, чамъбаст кардем. Натиҷаи кори чамъбастӣ дар ҷаласаи назди директорони МТМУ, Шӯрои педагогӣ ва конфронсҳои илмӣ-амалӣ бо иштироки волидон, табибон баррасӣ ва муҳокима гардид. Тавре ки тадқиқот нишон дод, омӯзгорон ҳамчунин муносибати худро ба тарзи ҳаёти солим тағйир доданд. Дар 93% омӯзгорон нобоварӣ ва сатҳи изтиробнокӣ нисбати тандурустии хонандагон коҳиш ёфтааст.

Хулосаҳои умумӣ

Масъалаи ҷорӣ намудани технологияҳои педагогии таъминкунандаи муҳити тандурустӣ барои хонандагони синфҳои ибтидоӣ дар бар мегирад; - пешгирӣ намудани бемориҳо; - тахмин намудани тандурустии иҷтимоию психологии хонандагону омӯзгор; - ҳифзи тандурустӣ ва такмилдиҳии дониш,

маҳорату малакаҳои нав, ки дар раванди таълими фанҳо, корҳои беруназсинфии мусоидаткунанда бе шаклгирии тарзи ҳаёти солим; - технологияи баландбардории фарҳанги тандурустӣ ва донишҳои валеологии волидон; - вазнинӣ ва такмилдиҳии ҳаракаткунӣ, ки он ба дарсҳои тарбияи ҷисмонӣ роҳандозӣ гардида, хусусияту имконият, тансиҳатӣ ва шавқу рағбати ҳар як кӯдак ба ҳисоб гирифта мешавад.

Истифодабарии супоришҳои тестӣ ба мо имконият дод донишҳои хонандагони синфҳои 3-юм ва 4-умро оид ба арзиши тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солимро дар сатҳи баланд, миёна ва паст баҳодидӣ намуда, ҷорабиниҳои озмоиширо ташкилу баргузор ва онҳо натиҷагирӣ намоем. Инчунин, дараҷаи рушди ҷисмонии хонандагон аз рӯи нишондиҳандаҳои асосӣ муайян карда шудаанд, ки то чӣ андоза онҳо ба меъёрҳо мувофиқат менамоянд. Дар асоси баҳисобгирии натиҷаи марҳилаҳои 1 ва 2 хонандагони ниёзманд ба назорати тиббӣ психологӣ, педагогӣ равона карда шуда маҷмӯи ҷорабиниҳои таълиму тарбиявӣ ва солимгардонӣ роҳандозӣ карда шуданд. Ба монанди ташкилу баргузории «Рӯзи тандурустӣ дар МТМУ» паҳн намудани донишҳои волеологӣ бо волидон ва ғайраҳо.

Ба андешаи мо роҳандозии ҷорабиниҳои махсус ташкил карда метавонанд ба амалисозии муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим мусоидат карданд: - баланд бардоштани сатҳи донишҳои тиббӣ, психологӣ ва педагогии омӯзгорон ва волидайн; - ташкилу баргузории воҳӯрӣ, сӯҳбат, баҳсу мубоҳисаҳо бо шахсони шинохтаи адабиёт, санъат, табибон; - ҳамкориҳои муштараки омӯзгорон, хонандагон, табибон ва волидон дар ташкилу баргузории ҷорабиниҳои маърифатӣ, таълиму тарбиявӣ, варзишӣ - фарҳангӣ, истироҳатӣ - фароғатӣ; - ташкилу роҳбарӣ ба гурӯҳҳои тандурустӣ ва марказҳои тиббӣ-педагогӣ, ки дар онҳо бештар ба кӯдакони талабот ва имкониятҳои махсуси таҳсилотӣ ва саломатидошта диққати махсус дода мешаванд ва ғайраҳо.

Чамъбасти ва таҳлили кори тадқиқотии мо нишон медиҳад, ки дар ҳар як марҳила (омӯзиши вазъи тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим, ташаккулдиҳӣ ва назоратӣ) хонандагону омӯзгорон ва волидон кӯшиш намуданд дар заминаи донишҳои пештараю навин муносибати худро ба тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим такмил дода, онро чун арзиши беҳтарини ҳаёти худ, одамони атроф ва кулли инсоният эътироф намуданд.

Тавсияҳо оид ба истифодаи амалии натиҷаҳо

1. Вақти он расидааст, ки дар МТМУ ба интиҳоб ва таъмин намудани шароитҳо ба фаъолияти кории мутахассисони тиб аз тарафи мақомоти иҷроияи ҳокимияти маҳаллӣ, вазорату раёсати маориф, сарварони мактабҳо диққати ҷиддӣ дода шавад. Дар ҳуҷҷатҳои тавсиявӣ мақом, вазифа ва уҳдадорҳои кормандони тиббии муассисаҳои таҳсилотӣ оид ба таъмин намудани муҳити тандурустӣ, ташаккули тарзи ҳаёти солим дар ҳамдасти бо омӯзгорону волидон арзёбӣ карда шавад;

2. Вазорати маориф ва илм дар ҳамкорӣ бо вазорати муҳофизати тандурустӣ ва ҳифзи иҷтимоии Ҷумҳурии Тоҷикистон, барои хонандагону

волидон, табибону омӯзгорон, табибони муассисаҳои таҳсилоти дастурҳои таълимӣ, тиббӣ ва методӣ оид ба ҳифзи тандурустии равонию ҷисмони хонандагон таҳия ва дастрас намоянд.

3.Стандартҳои таҳсилоти, барномаҳои таълимӣ ва китобҳои дарсӣ таҷдиди назар карда шуда, ба масъалаи ташаккулдиҳии донишҳо, маҳорату малакаҳои валеологӣ диққати ҷиддӣ дода шаванд.

4.Дар таҳияи заминаҳои барномавӣ-методи таҳсилоти ибтидоӣ ба таҷрибаи педагогикаи халқӣ оиди ҳифзи тандурустӣ, тарзи ҳаёти солим диққати ҷиддӣ дода шавад, ки он яке аз омилҳои таъсиррасонӣ ба шуур, ҳиссиёт ва рафтори ахлоқӣ, ташаккулдиҳии фарҳанги тандурустӣ мебошад.

5. Мувофиқи мақсад аст, ки раванди эҷоди муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагон дар асоси назарияи шахсиятӣ - фаъолиятмандона тадбиқ карда шавад. Иҷрои вазифаҳои ҳифзу тақвият бахшидани тандурустӣ чун зарурияти ҷамъиятӣ ва талаботи шахсӣ барои ноил гардидан ба мавқеи арзишмандӣ иҷтимоии шахсияти ҳамарафа инкишофёфта баррасӣ карда шавад.

6.Технологияи тандурустӣ оид ба мутобиқсозии шахсияти хонанда ба шароити тағйирёбандаи иҷтимоӣ дар таҳсил ташаккули мавқеи фаъол, иҷрои бошуурокаи амалу рафтор, худмуайяний ва дигар сифатҳои шахсӣ мувофиқат намоянд.

МУНДАРИҶАИ АСОСИИ ДИССЕРТАТСИЯ ВА НАТИҶАҶОИ ТАҲҚИҚОТ ДАР ИНТИШОРОТИ ЗЕРИНИ МУАЛЛИФ ИНЪИКОС ЁФТААНД

1. Мақолаҳои илмие, ки дар маҷаллаҳои тақризшавандаи аз ҷониби Комиссияи олии аттестатсионии назди Президенти Ҷумҳурии Тоҷикистон тавсияшуда ба таъб расидаанд

[1-М]. Абдусамадзода, Б.А. Ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагон ҳамчун масъалаи педагогӣ /Б.А. Абдусамадзода// Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.188-192.

[2-М]. Абдусамадзода, Б.А. Баъзе масъалаҳои муҳити тандурустӣ ва хонандагон/Б.А. Абдусамадзода// Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С...246-250.

[3-М]. Абдусамадзода, Б.А. Шароитҳои педагогии ташаккули тарзи ҳаёти солими хонандагон/Б.А. Абдусамадзода// Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.342-346.

[4-М]. Абдусамадзода, Б.А. Талаботҳои асосӣ барои ташкили тарзи ҳаёти солими муҳассилин/Б.А. Абдусамадзода// Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.262-266.

[5-М]. Абдусамадзода, Б.А. Технологияи ташаккули тарзи ҳаёти солим/Б.А. Абдусамадзода// Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.282-288.

2. Мақолаҳои илмие, ки дар нашрияҳои дигар ба таъб расидаанд

[6-М]. Абдусамадзода, Б.А. Муҳити тандурустӣ ва муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ. /Б.А. Абдусамадзода.-Душанбе.-2020. -68с.

**ИНСТИТУТ ТЕХНОЛОГИИ И ИННОВАЦИОННОГО
МЕНЕДЖМЕНТА В ГОРОДЕ КУЛЯБЕ**

На правах рукописи

**УДК (61:373)
ББК (7400+51)
А-14**

АБДУСАМАДЗОДА БАХТУЛЛО АБДУЛМАРОБ

**Педагогические условия обеспечения здоровой
среды и формирование здорового образа жизни
учащихся начальных классов**

13.00.01 – общая педагогика, история педагогики и
образования (педагогические науки)

АВТОРЕФЕРАТ

**диссертации на соискание учёной степени
кандидата педагогических наук**

ХУДЖАНД-2021

Диссертация выполнена на кафедре права и гуманитарных наук Института технологии и инновационного менеджмента в городе Кулябе.

Научный руководитель: **Маджидова Бибахфиза**-доктор педагогических наук, профессор кафедры специальной педагогики и инклюзивного обучения Таджикского государственного педагогического университет им.С.Айни.

Официальные оппоненты: **Иматова Лутфия Махмадуллоевна**- доктор педагогических наук, профессор, директор Института развития образования им.Абдурахмона Джами Академии образования Таджикистана.
Максудов Зафар Очилдиевич – кандидат педагогических наук, декан филологического факультета Педагогического института Таджикистана в г.Пенджикенте

Ведущая организация: **Бохтарский государственный университет им.Носира Хусрава**

Защита диссертации состоится «__» _____ 2021 года в ____ часов на заседании диссертационного совета 6D.KOA-027 при государственном образовательном учреждении «Худжандский государственный университет имени академика Бабаджана Гафурова» по адресу: 735700, Республика Таджикистан, Согдийская область, город Худжанд, проспект Мавлонбекова, 1.

С диссертацией можно ознакомиться в центральной библиотеке государственного образовательного учреждения «Худжандский государственный университет имени академика Бабаджана Гафурова» и на официальном сайте www.hgu.tj.

Автореферат разослан «__» _____ 2021 года.

Учёный секретарь диссертационного совета,
кандидат педагогических наук, доцент

Бобоева С. Б.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. События, произошедшие в Республике Таджикистан в последние десятилетия, создали совершенно новые требования к образованию, воспитанию и формированию подрастающего поколения в образовательной среде. Актуальная задача воспитания и обеспечения психического и физического здоровья учащихся на всех уровнях образования, в частности, в воспитании детей младшего возраста, воспитании здорового образа жизни, формировании культуры духовного и социального здоровья под воздействием позитивных внешних и внутренних экологических и мотивационных факторов, обосновывающие необходимость медицинских требований и соблюдения правил и норм чистоты.

Начальное школьное образование играет важную роль в формировании и укреплении здоровья школьников. Ухудшение состояния здоровья школьников, наблюдающееся в последние годы, требует большего внимания и конкретных мер по его укреплению.

Результаты многочисленных исследований состояния здоровья молодого поколения вызывают серьезную обеспокоенность. На фоне негативных изменений экологической ситуации, социально-экономических проблем, ограниченности медицинских и профилактических знаний, растущее число детей с плохим здоровьем в образовательных учреждениях являются актуальными проблемами учебных заведений и родителей. Им трудно адаптироваться к учебной деятельности, сосредоточиться на учебных задачах и выполнять их. Такая ситуация снижает возможности использования передовых педагогических технологий и их эффективность, а также существенно усложняет реализацию программ развития личности. Иногда число здоровых детей уменьшается, и их общий охват увеличивается посредством медико-педагогической помощи.

Решающим фактором, влияющим на состояние здоровья детей, а также на генетику и окружающую среду, является школьная среда. Увеличение рабочей нагрузки в школе усугубило проблемы со здоровьем у младших школьников. Согласно исследованиям российских исследователей (Н.В.Барышев, И.И.Брехман, В.В.Колбанов, В.П.Петленко и др.), на здоровье школьников могут оказывать существенное влияние следующие факторы: малоподвижность, особенно в городских условиях, повышенная учебная нагрузка, недоедание и несоблюдение гигиенических стандартов, несоответствия в возрастных характеристиках детей, недостаток естественного освещения и т. д., а также недостаточная информация о здоровье детей и здоровом образе жизни, плохом обучении.

Понятно, что здоровье является важнейшей составляющей улучшения жизни человека, счастья, доступа к основным правам человека, а также одним из условий успешного социально-экономического развития страны. Здоровье населения отражает социально-экономические, демографические, экологические, санитарно-гигиенические условия страны и влияет на

интенсивность ее развития. Следовательно, здоровье - это качественный показатель любого общества.

В развитых странах образовательные и экономические механизмы используются для поощрения здорового образа жизни, и это является основным направлением в решении проблем со здоровьем. В Таджикистане с середины 1980-х годов произошло снижение качества и уровня общественного здравоохранения, что является важной проблемой, требующей активных и скоординированных действий врачей, психологов, учителей, социальных работников и всех граждан Таджикистана.

Негативная динамика общественного здравоохранения в Республике Таджикистан способствовала развитию научных исследований в различных областях знаний, что тесно связано с разработкой соответствующих областей и технологий для решения этой проблемы. По нашему мнению, для решения проблемы сохранения и развития здоровья человека необходимо повысить грамотность школьников в вопросах культуры, здоровья.

В последние годы педагогическая наука в области моделирования здорового образа жизни (Н.М.Амосов, В.И.Жолдак), поддержание и укрепление здоровья (И.А.Аршавский, Н.А.Агажян, И.И.Брехман) накопила достаточно опыта. Выявлены психолого-педагогические и организационно-педагогические условия, способствующие формированию и развитию здоровья (А.Г.Бусыгин, Г.К.Зайцев, Е.М.Козин и др.). Однако, если школьники не обладают достаточными навыками в области здравоохранения и ведут здоровый образ жизни, они не смогут оценить влияние факторов окружающей среды на здоровье человека и генофонд будущих поколений. Психолого-педагогические источники не суммируют и не адекватно анализируют результаты образовательного процесса, определяющий активную жизненную позицию по отношению к здоровью, содержание понятия «культура здоровья» и этапы его формирования у учащихся раскрыты не полностью.

Понятие «здоровье» определяется учеными и исследователями в различных областях знаний и определяется системой понятий: «физическое здоровье», «психическое здоровье», «социальное здоровье», «здоровый образ жизни», «факторы здоровья» и другие, также показывает, что проблема развития здорового образа жизни требует системного подхода.

Таким образом, современное общество характеризуется противоречием между осознанием общественностью необходимости сохранения и укрепления здоровья молодого поколения как неотъемлемой части конкурентоспособности будущих специалистов в рыночной экономике и отсутствием научных и педагогических основ для разработки эффективных технологий здравоохранения.

Степень разработанности темы. В последние годы были проведены исследования по здоровью подростков в системе образования Республики Таджикистан, что является предметом профессионального внимания специалистов не только в медицине, но и в психологии, педагогике и других общественных науках. К сожалению, в конкретные работы по

здравоохранению и просвещения населения по созданию здоровой окружающей среды и формированию здорового образа жизни, отсутствует правильное понимание задач и проблем наблюдается в контексте общих проблем.

Проблема, изучаемая в общем теоретическом и теоретико-отраслевом плане, описана частично, а иногда и частично были рассмотрены и оценены в трудах таджикских исследователей Б.Р.Кадырова, М.Лутфуллоева, А.Нурова, Х.Рахимзода, Б.Рахимова, Ш.Сафарова, Т.Б.Намозова и некоторых других

Развитие философских, психологических, педагогических и медицинских представлений о ценности здоровья и способах его защиты недостаточно освещены в научной литературе. Пропагандистский подход к формированию здорового образа жизни у разных групп населения встречается в работах отечественных исследователей Б.Ашурова, Б.Боева, Л.А.Губанова, А.К.Бободжонова, И.Бобоева, И.Х.Каримовой, Б.Р.Кадырова, Д.Каримова, Ф.Курбанова, Ф.Партовова, Ш.А.Сафарова, М.Суяркулова и других, работающих на основе проектов международных организаций.

Исследователи Д.Каримова и Ф.Партовова занимаются организацией и проведением комплексных физических нагрузок в школах-интернатах, а также формированием основ здорового образа жизни. В своей научной работе исследователь С.Сафаров изучал проблемы развития здорового образа жизни учащихся с помощью национальных игр в соответствии с требованиями педагогики. Научная работа исследователя Т.Б.Намозова посвящено социально-педагогическим основам формирования здорового образа жизни у старшеклассников в Таджикистане. Следует отметить, что в Республике Таджикистан проблема сотрудничества семьи и школы в пропаганде здорового образа жизни среди учащихся начальных классов не решена. Потенциал курсов средней школы в формировании здорового образа жизни у учащихся начальной школы не изучен. Педагогическая целесообразность использования медицинских технологий в семье и школе не оправдана.

В 2008 году Министерство образования Республики Таджикистан утвердило пособие «Здоровый образ жизни» для учителей 7-9 классов средних школ. Это руководство включает в себя содержание программы «Здоровый образ жизни» и материалы для программы «Здоровый образ жизни», а также материалы для практических занятий [125;192]. Это руководство было разработано рабочей группой при поддержке Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) и Глобального фонда по профилактике туберкулеза, малярии и ВИЧ. Следует отметить, что третья часть пособия включает в себя методы организации и преподавания обучения, интерактивные методы обучения (групповая работа, интерактивные презентации, вопросы и ответы, мозговой штурм, ролевые игры, анализ различных ситуаций, обсуждения и т.д.), консультации тренера и упражнения для обучения [125;66-91], что учителя начальных классов могут также использовать родительский персонал с учетом требований учебной программы, характеристик возраста

учащихся и уровня здоровья, а также развития их знаний и навыков в отношении здорового образа жизни.

В последние годы был проведен ряд исследований по физическому воспитанию детей и подростков. К ним относятся аспекты влияния физического воспитания на социализацию дошкольников в семье [Б.Ж. Асозода], формирование у учащихся интереса к физической культуре и спорту [Б.К.Сангинов], педагогические условия для развития физических способностей учащихся [В.Д.Шарипов]. Методическое пособие, разработанное З.К.Тургуновой и В.Ш.Мансуровой, рекомендованное для родителей и сотрудников дошкольных учреждений, подчеркивает психофизиологические основы воспитания здорового ребенка и обеспечения его физической готовности к школе.

Исследователи Д.Гаджиев и Ф.А.Курбанов изучили отдельные аспекты воспитания и формирования здорового образа жизни у студентов. Разработанное пособие М.Ниёзмухаммедовой, Б.Ашуровой и Т.Д.Девоншоевой и рекомендовано для использования Министерством образования и науки Республики Таджикистан, основные аспекты, связанные со здоровьем, личной гигиеной, информацией о теле и консультациями укрепления личного здоровья, способы профилактики личных болезней, способы профилактики инфекционных заболеваний, несчастных случаев, отравлений и оказания первой помощи, профилактика вредных привычек. Это очень важно для всех людей в возрастной группе, очень важно учитывать влияние болезни на образование. Литературное наследие таджикских народных поэтов и писателей широко использовалось для учета чувств, сознания и поведения юных читателей [66;104]. В соответствии с решением коллегии Министерства образования и науки Республики Таджикистан в 2014 году учебный модуль для учителей 1-4 классов средних школ «Вода, санитария и гигиена» была поддержана Детским фондом ООН (ЮНИСЕФ) и подготовлено рабочей группой И.Каримовой, Ф.Шарифзода, М.Ниезмухаммедова, Б.Ашурова, З.Абдурахмонова, Т.Девоншоева и Б.Шомуддинов [99;75]. Этот модуль предназначен для предотвращения распространения инфекционных заболеваний, передаваемых через загрязненную воду, плохой личной гигиены. Также помогает учащимся развить навыки здоровья и рекомендуется учителям в качестве наглядного пособия для практических занятий.

Анализ существующей научной, методической литературы и передового опыта выявил ряд **противоречия** в решении проблемы обеспечения здоровой окружающей среды и пропаганды здорового образа жизни среди учащихся начальных классов, в том числе:

- необходимость разработки целостной системы формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов и отсутствие социально-педагогических технологий для достижения цели;
- осознание учащимися начальных классов начальной стадии формирования важных качеств и отсутствия психолого-педагогических исследований, что в

достаточной степени выявляет особенности и аспекты формирования здорового образа жизни учащихся начальных классов;

- уровень научной разработки технологий формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов и умение использовать результаты научных исследований в практике образовательных учреждений;
- усилия учителей, психологов, работников здравоохранения, родителей по защите и укреплению здоровья учащихся начальных классов и умению эффективно работать, обеспечивая максимальную эффективность образования и результаты.

Таким образом, растущая актуальность, теоретическая и практическая значимость, недостаточная разработка социально-педагогических технологий для формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов определили выбор темы исследования: «Педагогические условия обеспечения здоровой среды и формирование здорового образа жизни учащихся начальных классов».

Проблема исследования заключается в следующем: какова сущность и технология обеспечения здоровой окружающей среды и формирования здорового образа жизни учащихся начальных классов в условиях общеобразовательных школ?

Цель исследования: улучшить качество здоровья учащихся и обеспечить здоровую окружающую среду путем планирования и внедрения технологий здравоохранения в образовательный процесс общеобразовательных учреждений.

Объект исследования: процесс воспитания и формирования здорового образа жизни в начальной школе в связи с обеспечением здоровой среды в общеобразовательных школах.

Предмет исследования: педагогические условия обеспечения здоровой окружающей среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов общеобразовательных учреждений.

Задачи исследования: определить педагогические условия, способствующие улучшению качества здоровья и профилактике заболеваний у учащихся начальных классов, и какие технологии учителя используют в данном процессе.

Гипотеза исследования: система улучшения качества здоровья учащихся начальных классов и формирования у них здорового образа жизни будет эффективной, если:

- создать благоприятную образовательную среду в образовательном учреждении для формирования ключевых компонентов культуры здоровья;
- на каждом этапе развития учащихся целенаправленно развивать стремление мотивировать их к знаниям, умениям и навыкам, стимулирующие их самостоятельно использовать технологии здорового образа жизни в образовательной деятельности;
- развивать у учащихся ценное отношение к здоровью, приобретение теоретических знаний и практических навыков для здорового образа жизни;

-основываясь на обеспечении здоровой окружающей среды и формировании здорового образа жизни, должна существовать концептуальная модель, превращающая образовательный процесс в область ценностной мотивации, интеллектуальной и практической подготовки учащихся начальных классов, способствовать здоровому образу.

В соответствии с проблемой, целью, темой и гипотезой были разработаны следующие **исследовательские задачи**:

- 1.Изучить ситуацию с проблемами поддержания здоровой окружающей среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов в педагогической теории и практике ОШ;
- 2.Анализ существующих педагогических исследований по проблемам здоровья и здорового образа жизни у учащихся начальных классов;
- 3.Разработка модели для обеспечения здоровой среды и формирования здорового образа жизни учащихся начальных классов в связи с самостоятельным использованием знаний, навыков и умений для пропаганды здорового образа жизни;
- 4.Определить содержание, характер и технологию здравоохранения и здорового образа жизни в системе ОШ;
- 5.Обосновать структуру и определить содержание, образовательный контент для формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов ОШ;
- 6.Определить основные направления деятельности сотрудников ОШ в создании педагогических условий для формирования здоровой культуры раннего детства;
- 7.Определение и разработка стандартов здорового образа жизни, экспериментальная проверка эффективности разработанной системы медицинских технологий;
- 8.Разработка медико-педагогических рекомендаций для учителей и родителей с целью обеспечения здоровой среды и пропаганды здорового образа жизни в семье и ОШ.

Теоретические основы исследования заключаются в следующем:

-учение об единстве и взаимосвязанности организма и окружающей среды (И.П.Павлов), культурно-историческая природа мышления (Л.С.Выготский), роль деятельности в психическом развитии (А.Н. Леонтьев, С.Л.Рубинштейн);

-теория мероприятий, направленных на модернизацию и повышение качества образования (А.Н.Леонтьев, Л.М.Митина и др.);

-представления о системе, отношении личности и деятельности к организации образовательного процесса;-принципы целостности и преемственности (В.Г.Афанасьев, Л.В.Занков, В.П.Зинченко и др.);

-идеи гуманистической психологии, одной из целей которой является здоровая творческая личность и необходимость самосознания как ключевого фактора личностного развития (А.Маслоу, С.Роджерс и др.);

-теория творческого развития и самостоятельного изучения личности (В. И.Андреев, Н. В.Кузьмина, В. А.Сластенин, К.Роджерс и др.);

-исследования таджикских ученых, посвященные вопросам физического воспитания и развития детей и подростков, формированию здорового образа жизни (Н.Н.Турсунов, Л.А.Губанова, Д.Каримова, Ф.Ш.Партово, Ш.А.Сафаров, Т.И.Мустафакулов, Т.Б.Намозов, Ф.А.Курбанов и др.).

Методологической основой исследования является учение об единстве физического и духовного развития личности, концепция развития физической культуры, здоровья, формирования здорового образа жизни в общеобразовательных школах, что находит отражение в нормативно-правовой базе образования в Таджикистане. В 2014-2020 годах были продемонстрированы программно-методические основы обучения, воспитания, развития личности учащихся.

Методы исследования. При решении поставленных задач были использованы теоретические и практические методы исследования. Теоретические методы: системный подход, прогнозирование результата (прогноз), педагогическое планирование. К практическим методам относятся: анкетирование, психологические методы оценки состояния мотивации и эмоций, тестирование, наблюдение, организация и проведение педагогической практики, статистические методы обработки результатов экспериментов, анализ результатов образовательной деятельности (продуктов деятельности).

Экспериментальная исследовательская база: ОШ №1,3,4,5,6 г. Куляб Хатлонской области Республики Таджикистан.

Этапы исследования. Исследование проводилось в три этапа:

Первый этап - теоретический поиск (2017-2018). Изучение и анализ философской, социологической, психолого-педагогической и медицинской литературы по проблемам исследования, его теоретическому осмыслению, специфике научных идей исследуемой проблемы, определению тем исследования, целей, задач, предмета, объекта и методов экспериментальной работы. Результатом данного этапа обучения является гипотеза о необходимости системного подхода к формированию культурного обращения школьников и представлений о здоровом образе жизни.

Второй этап - экспериментальный (2018-2019). Разработать исследовательскую программу. Анализ состояния здоровья учащихся начальных классов ОШ. В ходе исследования проводились опросы, анкетирование и эксперименты для изучения состояния психического и физического здоровья, знаний и представлений о здоровом образе жизни у школьников и их отношении к собственному здоровью и здоровью окружающих. На данном этапе были разработаны педагогические условия и технологии здравоохранения с учетом критериев оценки их эффективности в образовательном процессе. Результаты исследования апробированы в научных публикациях.

Третий этап - заключительный (2019-2020). На этом этапе проводились систематизация и обработка результатов исследований, уточнение

теоретических и практических выводов, формализация научных исследований в виде диссертации.

Научная новизна исследования:

-определено, что в структуре обеспечения здоровья школьников педагогический фактор является неотъемлемым, суть которого в воспитании детей является сильным стимулом для здорового образа жизни, понимания сути здоровой культуры и здорового образа жизни;

-выяснилось, что будет реализован системный подход к разработке содержания и мероприятий по улучшению здоровья учащихся, и они будут способствовать формированию знаний о здоровом образе жизни;

-определены организационно-педагогические условия, позволяющие на основе системного подхода управлять процессом развития здорового образа жизни и в то же время на него будет влиять среда здоровья;

-изучены особенности здоровой среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов ОШ и изучены его возможности по формированию личностных качеств детей в среде и условиях ОШ;

-педагогические условия были выявлены и апробированы на экспериментальной основе, что способствует обеспечению здоровой среды и формированию здорового образа жизни у учащихся начальных классов.

Теоретическая значимость исследования:

-обеспечение здоровой среды и пропаганда здорового образа жизни у учащихся начальных классов ОШ, а также теоретическая и практическая основа их взаимоотношений;

-теоретическое обоснование связи между физическим здоровьем и формированием знаний, умений и навыков для здорового образа жизни у учащихся начальных классов;

-выявлен и описан уровень готовности учащихся начальных классов к здоровому образу жизни;

-научные основы содержания формирования здорового образа жизни в процессе обучения и воспитания учащихся начальных классов;

-теоретические результаты исследования позволяют нам разработать и внедрить более эффективный подход к решению проблем здоровья младших школьников.

Практическая значимость исследования заключается в том, что результаты исследования позволят образовательным учреждениям полноценно управлять процессом здравоохранения и пропагандировать здоровый образ жизни для учащихся. Полученные результаты и выводы могут быть использованы в процессе обучения и воспитания в ОШ. Материал, представленный в диссертационном исследовании, отражен в организации учебного процесса в средних школах г. Куляба Хатлонской области, в целях укрепления и эффективного сотрудничества между учителями, родителями и врачами.

Личный вклад автора заключается в том, что в области изучения, анализа научных исследований зарубежных и отечественных ученых, теоретических и практических основ, опыта ОШ выявлена возможность

обеспечения здоровой среды и формировании здорового образа жизни у учащихся начальных классов: организация и проведение экспериментов. Планирование и использование современных технологий для обеспечения здоровой среды, формирование здорового образа жизни, основанного на общих педагогических и психологических принципах, показали, что здоровье является медицинской и психологической проблемой, и ее обеспечение требует комплексного подхода.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечивается с помощью методологии исследования; использование научных знаний и современной психологической практики; гармоничный набор теоретических и практических методов, дополняющие и подтверждающие друг друга; использование методов, соответствующие теме и задачам исследования; практическая экспертиза основных выводов диссертации; значительное количество экспериментальных данных; использование научно обоснованных критериев оценки результатов экспериментальной работы.

Апробация результатов исследования. Основное содержание диссертации, а также полученные в ходе исследования результаты представлены в виде докладов и презентаций на научно-теоретических и практических конференциях республиканского и международного уровней. По результатам исследования автор опубликовал монографию и 5 научных статей.

Положения, выносимые на защиту:

1. Здоровый образ жизни - это интегрированное качество в структуре личности учащихся начальной школы, в котором учащиеся и учителя используют целый ряд ценных факторов для формирования, защиты и укрепления своего здоровья. Он охватывает теоретические знания и практические формы поведения, облегчающие выполнение образовательных, социальных и бытовых задач в наиболее подходящих для здоровья условиях;

2. Концептуальная модель развития готовности учащихся начальных классов к пропаганде здорового образа жизни является воплощением структуры его деятельности, включающая ценный подход к здоровому образу жизни, теоретические знания и практические навыки защиты и обслуживания. Такой подход представлен структурно через мотивационно-ценный, интеллектуальный и функциональный компоненты;

3. Социально-педагогические технологии формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов представляют собой последовательную и целенаправленную систему действий по формированию здорового образа жизни, в основе которой лежит взаимодействие субъектов педагогического процесса, представляющее собой набор научно обоснованных инструментов. В целом они направлены на развитие готовности учащихся ОШ к пропаганде здорового образа жизни;

4. Учебно-методическое обеспечение включает в себя процесс оздоровления и формирования здорового образа жизни, и речь идет о

создании такой системы образовательного процесса, которая включает в себя наличие систематических знаний о здоровом образе жизни, специальных технологий для развития практических навыков, пропагандировать здоровый образ жизни.

Структура диссертации включает в себя введение, две главы, выводов каждой главы, общих выводов, рекомендаций, списка литературы.

Основное содержание диссертации

Во *введении* обоснована актуальность проблемы, определены объект, предмет и тема исследования, гипотезы, цели и задачи исследования, теоретические и методологические основы исследования, основные этапы исследования, научная новизна, теоретическая и практическая значимость исследования.

Первая глава диссертации - **«Теоретические основы обеспечения здоровой среды и здорового образа жизни в средних школах»** охватывает вопросы, связанные с теоретическими основами обеспечения здоровья и формирование здорового образа жизни в средних школах. Первый раздел первой главы, озаглавленный **«Развитие здорового образа жизни у учащихся как педагогическая проблема»**, посвящен формированию здорового образа жизни у учащихся как педагогическая проблема. В детстве и подростковом возрасте человек испытывает быстрые темпы физического развития, что, в свою очередь, обеспечивает его умственное, интеллектуальное, нравственное и волевое развитие. Улучшается деятельность нервов, органов дыхания, кровообращения, костей и мышц, контролируется психическое и физическое здоровье. Закон Республики Таджикистан «О физической культуре и спорте» гласит: «Физическое воспитание является неотъемлемой частью культуры и сферы социальной деятельности и состоит из набора духовных и материальных ценностей, созданных и используемых в обществе, укрепления здоровья, оно также направлено на пропаганду здорового образа жизни» [77;22]. Здоровый образ жизни - это образ жизни, направленный на поддержание здоровья, профилактику заболеваний и укрепление организма человека. Здоровье человека зависит на 60% и более от образа жизни (диета, физическая активность, уровень тревожности, вредных привычек и деструктивного поведения). Национальная программа здорового образа жизни в Республике Таджикистан на 2011-2020 годы гласит: «Образ жизни играет ключевую роль в защите и укреплении здоровья, что имеет первостепенное значение. Формирование здорового образа жизни и ответственного отношения к своему здоровью зависит от уровня образования и культуры населения»[23;4].

Психолого-педагогическая научная литература также включает в себя изучение сущности понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни». Сегодня термин «здоровье», несмотря на растущий интерес к здоровью человека, имеет широкое значение и нет единого научного определения, о чем

свидетельствуют многие исследования известных зарубежных ученых (Н.А.Агаджанян, Н.М.Амосов, И.А.Аршавский, М.Я.Виленский и многие другие и отечественные (Ш.А.Сафаров, Т.Б.Намозов и др.).

Здоровье человека - это не только биомедицинская, но и психологическая, педагогическая, философская и социальная категория, согласно которой содержание применяемой концепции зависит от сферы применения термина. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), здоровье человека включает физический (соматический), психический (моральный) и социальный компоненты. Исследователь Г.Л.Апанасенко считает, что они соответствуют трем компонентам личности - соматическому, психологическому и социальному. На основании исследований Н.А.Агаджаняна, Н.М.Амосова, И.И.Брехмана, В.В.Колбанова, можно выделить четыре фактора, влияющих на здоровье человека (рис. 1).

Рисунок 1. Факторы здоровья.



Соматический фактор является траекториальным механизмом развития человека и отражает состояние здоровья организма. Он основан на программе биологического развития человека и опосредован первичными потребностями. Физический относится к уровню развития и роста органов и систем организма и основан на морфологических и функциональных ресурсах. Весь организм не обеспечен одинаковым количеством энергии и необходимых веществ, следовательно, это подразумевает разные условия в зависимости от недостатка необходимых. Такие условия выражаются с точки зрения потребностей. Таким образом, категория здоровья является реальной педагогической проблемой, которую необходимо решать.

Второй раздел первой главы - **«Пути и средства обеспечения здоровой среды и формирования здоровой жизни в современной школе»** охватывает рассмотрение путей и средств обеспечения здоровой среды и формирования здоровой жизни в современной школе. По словам академика Н.М.Амосова, «... чтобы быть здоровым, нужны постоянные и важные усилия. Вы не можете заменить их чем-либо» [13;28]. Быстро развивающаяся молодая наука валеологии призывает показать необходимое направление для «их усилий». Валеология (от латинского valeo - «здоровье», «быть здоровым») - это наука, занимающаяся здоровьем человека. Но отношение к здоровью (и, соответственно, к здоровому образу жизни), как известно, у человека не проявляется само по себе, а формируется в результате определенного педагогического воздействия. Следовательно, в структуре ценностного обеспечения жизнедеятельности заложен педагогический компонент, сущность которого по мнению И.И.Брехмана [30;12], состоит из «Медицинского образования с раннего возраста», сегодня существующий

как особая отрасль педагогики под названием медицинская педагогика. Учащимся нельзя разрешать увеличивать свою физическую активность во время перерывов. Высокоинтенсивные игры настолько интересны для детей, что не позволяют им быстро успокоиться и перейти к воспитательной работе, которая впервые была изучена в Таджикистане Д.И.Каримовой у маленьких детей, одно из педагогических условий формирования здорового образа жизни и поддержание здоровой среды.

У учащихся начальной школы мы наблюдаем привычки курения, несоблюдение санитарно-гигиенических правил, укусы ногтей детьми, грубость, использование нецензурной лексики в общении, повиновение телефону и компьютеру и т. д.. Исследования показали, что родители и учителя часто жалуются на плохие привычки кусать ногти. Известный исследователь А.А.Сморозинцев доказал, что 95% всех присутствующих в руке микроорганизмов находятся в ногтях. По оценкам исследователей, в 1 грамме гноя содержится 380 миллионов микробов, что может привести к распространению инфекционных заболеваний и ухудшению психического и физического здоровья детей. Учителя, родители и работники здравоохранения регулярно подчеркивают влияние курения на организм курильщиков, что не без причины. Исследования, проведенные во многих странах мира, доказали огромный вред табака для здоровья. Курение увеличивает риск рака легких. Люди, которые курят от 10 до 12 сигарет в день, в 15 раз чаще заболевают раком легких, а те, кто курят 2 пачки, в 30 раз чаще заболевают раком легких. Люди, которые начали курить до 15 лет, имели в пять раз больше шансов умереть от рака легких, чем те, кто начал курить после 25 лет. Примечательно, что 67,9% детей, связанных с алкоголем, заявили, что алкоголь является вредным. Остальная часть учащихся школы не имела об этом никакого представления: расписание школьного дня, в котором выделяется время для занятий (уроки, домашняя работа, досуг и отдых), играет важную роль в развитии здорового образа жизни. Если принять во внимание, что валеология считает формирование здорового образа жизни среди учащихся своей основной задачей, то распорядок дня может стать хорошим примером жизни, поскольку его состав направлен на удовлетворение физиологических потребностей организма и биологических и социальных импульсов жизни.

В период с 2001 по 2006 гг. Министерство образования и науки Республики Таджикистан, Министерство здравоохранения и социального обеспечения, НПО, средства массовой информации и Управление ООН по координации гуманитарной деятельности (ЮНИСЕФ) провели широкомасштабное междисциплинарное исследование по вопросам здоровья 7-9 классов (13–14 до 15–16 лет [44;32]. На основании результатов этого исследования, реализация программы «Здоровый образ жизни» была предложена и запущена в ОШ. К сожалению, диагностика и изучение состояния здоровья учащихся начальной школы еще не завершены. Состояние здоровья детей сегодня необходимо изучать и улучшать на всех уровнях образования. При изучении данной проблемы в исследованиях

российских ученых можно выделить несколько областей: философия - П.Бутенко, И.Биховская, В.З.Коган, А.В.Лисовский, Л.Я.Рубина, М.Н.Руткевич и др.); -медицинские и гигиенические (Н.А.Агаджанян, Н.М.Амосов, В.Е.Апарин, И.И.Брехман, И.В.Давыдовский, Ю.Л.Лиситмин, В.П.Петленко и др.); -психолого-педагогический (А.В.Барышева, М.Я.Виленский, П.А.Виноградов, Т.А.Ильина, В.М.Минияров, В.А.Сластенин и другие). При изучении деятельности руководителей образовательных учреждений в г.Кулябе Хатлонской области, которая проводилась в начале исследования (2017 г.), особое внимание было уделено результатам работы учителей (знания, навыки, ученики, уровень знаний, количество учащихся). Это, конечно, важно, потому что профессионализм персонала и учителей в учебной среде сильно влияет на интерес учащихся к образованию, эмоциональному состоянию и, следовательно, на их здоровье, на состояние человека, наличие условий для формирования учителями здорового образа жизни и руководители системы образования не полностью и систематически не учитываются. Опросы респондентов показали, что только 20% учителей, 29% директоров и их заместителей, а также 25% других специалистов в данной области (консультанты, руководители методических объединений и т.д.) уделяют особое внимание здоровью учащихся. Этот факт подтверждает гипотезу о том, что большинство учителей недостаточно заинтересованы в этом вопросе, и их основная задача - просто представлять и организовывать занятия для учащихся на основе результатов уроков.

В третьем разделе первой главы - **«Планирование технологий здоровой среды для учащихся начальной школы»** рассматриваются особенности планирования технологий здравоохранения для учащихся начальной школы. Современное развитие Республики Таджикистан связано с реформированием и модернизацией образования, которое в первую очередь направлено на формирование личности молодого поколения в современном обществе. Успех в разных сферах жизни может помочь сосредоточить свои усилия на здоровом образе жизни. Многие негативные факторы влияют на здоровье детей: ухудшение условий окружающей среды, снижение уровня жизни в стране, уровень и качество специальных гарантий социальных услуг для детей в областях духовного и физического развития, нехватка времени и денег у родителей для полного удовлетворения потребностей детей, увеличение числа семей с одним родителем. Таким образом, для полноценного развития ребенка необходимо формирование и развитие всех компонентов здоровья. *1.Основные подходы в определении здоровья.* Как правило, здоровье понимается как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней и физических дефектов. *2.Детская двигательная активность.* Необходимо внедрить базовую общеобразовательную программу для обучения и повышения мобильности во всех учебных заведениях. *3.Профилактические меры.* Для защиты жизни и здоровья детей: в каждом учебном заведении должны строго соблюдаться особые правила и меры безопасности. *4.Организация сбалансированного питания очень важна для физического и*

психического развития, физического и психического здоровья детей. Невозможно обеспечить полноценное здоровье детей без рационального питания, что является предпосылкой для развития координации, физического и умственного развития, устойчивости к инфекциям и другим неблагоприятным факторам окружающей среды. *5. Физическая активность и физическая форма:* - организация системы физической активности с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей, - формирование осознанной потребности в физическом воспитании детей, - ознакомление детей с традициями национальных видов спорта и участие в них; обеспечить психическое здоровье. *6. Профилактика интеллектуального стресса* является основным инструментом реализации содержания обучения и воспитания в начальной школе, плана непосредственной образовательной деятельности, позволяющий распространять программные материалы в течение всего учебного года и обеспечивать целостность педагогического процесса. *7. Образовательная работа:* Формирование общей культуры личности учащихся, в том числе развитие культурно-гигиенических навыков, направленных на укрепление здоровья ребенка. *8. Рост и совершенствование знаний, навыков и умений детей в области безопасности жизнедеятельности,* что является важнейшим условием их безопасности, начинается в детстве. Ребенок может подвергаться различным опасным для жизни ситуациям.

Вторая глава диссертации - **«Применение технологий здравоохранения в средних школах»** охватывает рассмотрение вопросов, связанных с применением и внедрением технологий здравоохранения в средних школах. Первый раздел второй главы, озаглавленный **«Экспериментальная работа по внедрению технологий здравоохранения в учебный процесс»**, посвящен обзору и оценке экспериментальной работы по внедрению технологий здравоохранения в учебный процесс. Национальная программа по развитию здорового образа жизни в Республике Таджикистан на 2011-2020 годы, принятая Правительством Республики Таджикистан 30 октября 2010 года, №560, определяет концепции здоровья и здорового образа жизни следующим образом: 1. Здоровье - состояние полного физического и психического благополучия человека; 2. Образ жизни - совокупность специфических взаимоотношений каждого человека с использованием ресурсов и возможностей, предоставляемых его социальными условиями, традициями, образованием и рыночными отношениями; 3. Здоровый образ жизни - «Виды жизнедеятельности для конкретного социально-экономического формирования человека, укрепляющий возможности его организма и способствует повышению качества социальных функций и достижению его активного долголетия» [23; 3]. Здоровье человека является результатом сочетания социальных, экологических и биологических факторов. Предполагается, что вклад различных воздействий на здоровье является следующим: - наследственность - 20%; - окружающая среда - 20% и др. Сегодня вопрос охраны здоровья учащихся в школе очень важен. Интенсивность обучения учащихся очень

высока из-за увеличения информации, что может быть фактором ухудшения здоровья и увеличения различных проблем в психическом и физическом состоянии учащихся. В целом модель окружающей среды здоровья может быть описана следующим образом.

Рисунок 2 . Модель организации и реализации здоровой среды.

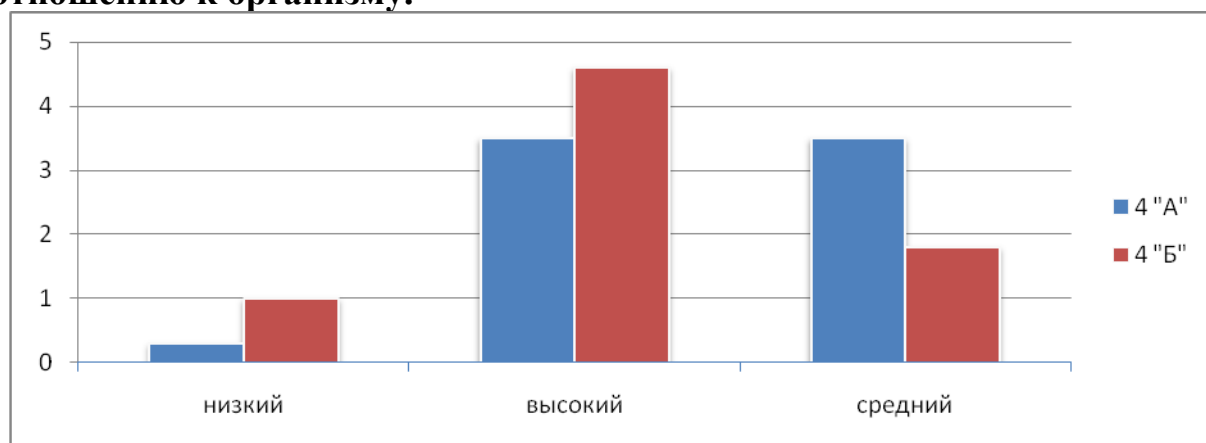


Как видно из модели создания и реализации здоровой среды, она состоит из 11 взаимосвязанных компонентов, являющихся взаимозависимыми. В целом, структура среды здравоохранения состоит из следующих взаимосвязанных компонентов: уроки физкультуры; - оздоровительная работа; - медицинская информация в классе, которую также можно назвать воспитательной работой; - Психологические услуги, включающие психологическую помощь учащимся, учителям и родителям; - Внеклассные мероприятия - дополнительные занятия по здоровью; - соблюдение санитарно-гигиенических норм; - работа с родителями. Другими словами, его эффективность обеспечивается системой в целом, составляющими создания здоровой среды. Использование любого из этих компонентов само по себе не может быть эффективным и полным. Система оценок используется следующим образом: за правильную работу - 1 балл; нормальный уровень - 2 балла; продвинутый - 3 балла.

После теста баллы учащихся были подсчитаны в таблице: - высокий уровень - 7-12 баллов, - средний уровень - 5-6 баллов, - низкий уровень - менее 4 баллов. Точки, полученные на этапе контроля, приведены в следующей таблице. Средний балл в классе составил 20% с оценками выше среднего. Низкий уровень - разброс и нестабильность отдельных индикаторов, совокупность которых представлена низким уровнем более 10%. В целом анализ результатов показал преимущество среднего уровня образования в экспериментальных классах. Кроме того, была проведена

тестовая анкета для определения знаний детей о здоровом образе жизни и строении тела. Мы определили три уровня знаний о здоровом образе жизни у детей младшего школьного возраста: высокие оценки - 12-15 баллов, и у ребенка есть представление о ценности здоровья и здорового образа жизни. Ребенок отвечает на вопросы уверенно, четко и полностью. Перечисляет все и основные органы организма, пытаясь объединить их в системы. Признает ценность здоровья, имеет представление о последовательности здорового образа жизни. Средний уровень - с 9-11 баллами и ребенок не отвечает на вопросы надежно или полностью. Скрывает названия органов тела, особенно внутренних органов. В системе участники объединяются только с помощью жестов или предыдущих вопросов. Мнения о здоровом образе жизни ограничены, а не конкретны. Он понимает ценность здоровья, но ему трудно понять, что делать, чтобы не заболеть. Низкий уровень - 6-8 баллов, ребенок перечисляет определенные части тела, зная названия внутренних органов, неясно. Определяет здоровье как противоположность болезни. Он не может объяснить, ему нужен пример, чтобы заботиться о своем здоровье. Результаты исследования показали, что средний уровень знаний детей преобладает на разных уровнях. Дети часто нуждаются в помощи в форме расширенного консультирования или полезных вопросов. Из 54% и 70% таких учеников учатся в 4-х классах «А» и 4 «Б» соответственно. На уровне 2% и 9% учащихся имеют высокий уровень знаний о строении организма, описанные на диаграмме.

Диаграмма 1. Результаты опросов по выявлению степеней по отношению к организму.



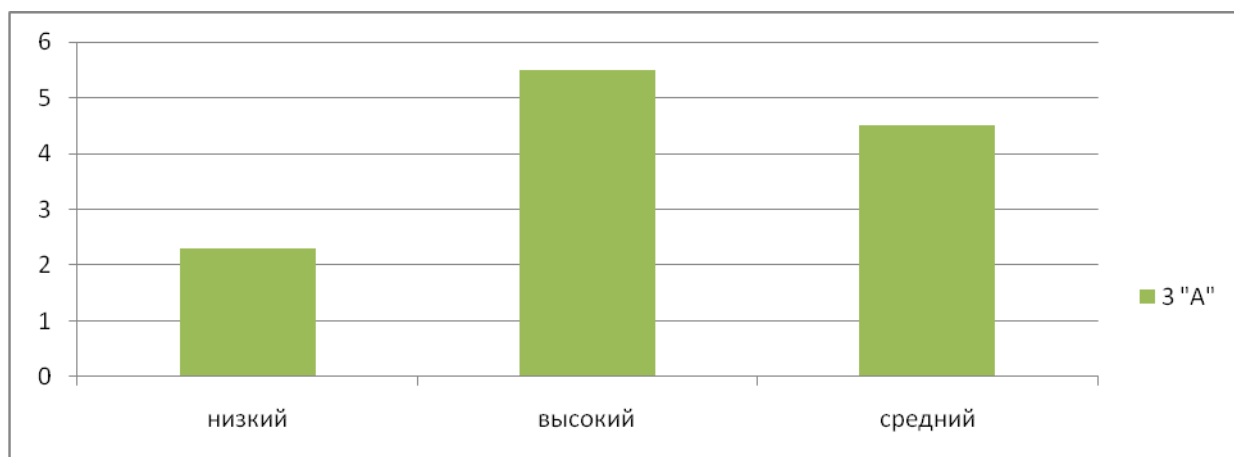
Активный компонент здорового образа жизни был определен на основе анализа данных медицинского кабинета школ, имевший относительно медицинский компонент. Можно отметить следующие показатели физического развития учащегося: - общее состояние организма; - показатель активности органов дыхания; -показатели эндокринной системы; -показатель активности органов зрения. Все показатели из графика физического и неврологического развития каждого учащегося фиксируются медицинским персоналом в медицинской книжке. Сводные результаты по каждому из факторов представлены в таблице 6.

Таблица 6. Уровень физического развития учащихся начальных классов.

Показатели	Уровни
Показатель сильного организма (тела)	Уровень плохой/наличие дефекта
Показатель жизненного объема легких	Уровень плохой/наличие дефекта
Показатель функционирования сердечно-сосудистой системы	Достаточный уровень
Показатель роста	Уровень плохой/наличие дефекта
Показатель зрения	Достаточный уровень

Исследование выявило группу детей с особыми потребностями, составляющие около 8% учащихся начальной школы. Для таких учащихся рекомендуется наблюдение семейным врачом, который в сотрудничестве со специалистами обеспечивает лечение и реабилитацию. Учащиеся с низким уровнем знаний набрали менее 85 баллов, отсутствие базовой системы санитарного просвещения, здорового образа жизни и стимулов для защиты своего личного здоровья, а учащиеся часто игнорируют основные правила гигиены. К сожалению, только у 2% учеников начальной школы, охваченные проведением опыта, был высокий уровень культуры здоровья, у 38% - средний уровень, а у 60% - низкий уровень. Мы иллюстрируем это на диаграмме 2 следующим образом.

Диаграмма 2. Результаты проведения методики для выявления освоения норм в сфере здоровья.



Таким образом, результаты учебно-экспериментальной работы позволили выявить недостаточно развитый уровень здорового образа жизни у учащихся, необходимость внедрения медико-педагогических технологий и новых методов дальнейшего совершенствования процесса обеспечения здоровой окружающей среды и формирования здорового образа жизни в начальной школе.

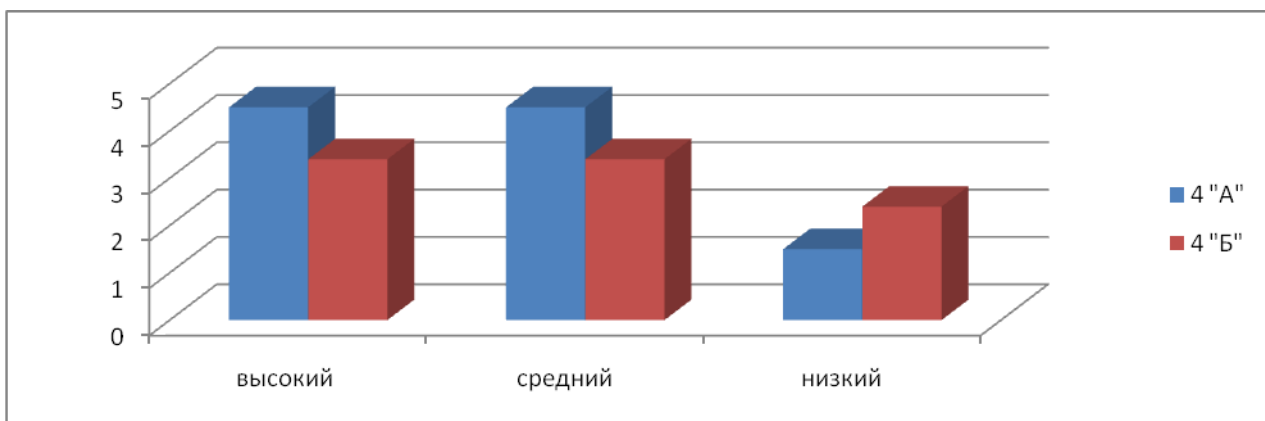
Второй раздел второй главы диссертации - «Планирование здоровой среды в начальных классах среднего образования: организация и

проведение организационного эксперимента» посвящен вопросам, связанным с организацией и проведением пилотного проекта. К сожалению, в последние годы учителя стали свидетелями непосредственного ухудшения здоровья детей: у одной трети, особенно у четвероклассников, есть проблемы с нарушением зрения и рядом хронических заболеваний. Современные исследования состояния здоровья и развития здорового образа жизни могут снизить факторы риска в школе и улучшить воздействие на здоровье учащихся, которое может быть: 1. Педагогическая тактика преодоления депрессии и тревоги. Тревога учащихся; 2. Устранение несовместимости методов и технологий обучения с возрастом и функциональными способностями школьников; 3. Несоблюдение основных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса; 4. Повышение грамотности родителей в сфере охраны здоровья детей; 5. Преодоление проблем в существующей системе физического воспитания; 6. Повышение знаний и навыков учителей в области охраны и укрепления здоровья; 7. Организация и проведение регулярных мероприятий по пропаганде ценностей здоровья и здорового образа жизни.

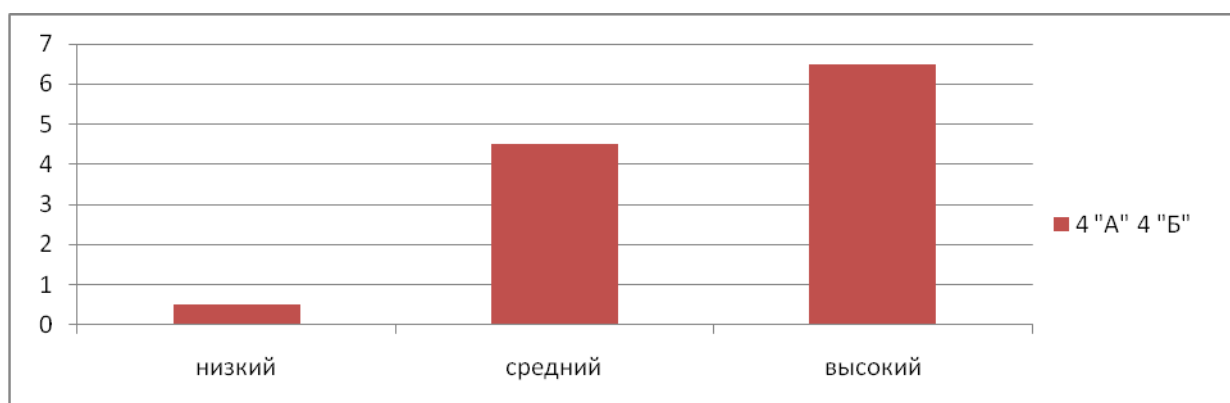
План урока здоровья и его содержание учитывают не только возрастные характеристики учащихся, определяющие их умственные и физиологические способности и уровень готовности понимать и осваивать ценные знания, но также деятельность школы и государственный стандарт общего среднего образования. Содержание образования как определенного количества жизненного опыта, передающееся учащимся в традиционном педагогическом процессе учебных заведений, считалось предварительной подготовкой к преподаванию валеологических знаний. Содержание программы включало в себя набор информации об экологических и валеологических проблемах, связанных со здоровьем. Количество уроков - минимум 16, где можно добиться влияния и изменения в поведении.

Третий раздел второй главы **«Обобщение и анализ результатов экспериментального исследования»** посвящен описанию результатов диссертационного исследования. На контрольном этапе исследовательской работы (2017-2018 учебный год) было проведено повторное обследование формирования здорового образа жизни у учащихся 4-х классов и проведен сравнительный анализ результатов. Последующая фаза имела следующие результаты: количество учащихся, показавших высокий уровень обучения, увеличилось на 5%; т.е. со средним уровнем увеличились на 4%. Таким образом, количество учащихся с низким уровнем образования сократилось в среднем на 9%. После изучения вышеуказанной программы был проведен тест-опросник «Знаешь ли ты свое тело?». Результаты анкетирования показали, что уровень знаний учащихся в 4-х классах «а» увеличился на 50%, а в 4-х классах «б». В группе учащихся с низким уровнем знаний увеличился на 15%, что показано на рисунке 3 следующим образом.

Диаграмма 3. Результаты повторного анкетирования по выявлению знаний по структуре организма.



Чтобы определить динамику в составе деятельности, мы снова использовали психологические методы оценки ценностных тенденций личности. Уровень мотивации учащихся изменился с приобретением знаний о здоровье и здоровом образе жизни в 4-м классе. Например, процент широких когнитивных мотиваций, ориентированных на приобретение новых знаний, а также мотивов, ведущих к самостоятельному совершенствованию способов приобретения знаний, увеличился на 15%. Методология «Уровень знаний школьников о культурных нормах в области здравоохранения», разработанная российским исследователем Н.С. Гаркушей, использовалась для определения изменений в уровне освоения культурных норм в сфере здравоохранения среди учащихся начальных классов. Получены следующие результаты: количество учащихся с высоким уровнем знаний культурных норм в области здравоохранения увеличилось на 18% и в среднем на 6%. Индекс низкого качества варьировался от 60 до 35% (Диаграмма 4). **Диаграмма 4. Результаты повторного проведения методики для выявления освоения культурных норм в сфере здоровья.**



Кроме того, после изучения специальной программы мы оценили уровень подготовки по валеологическим знаниям. Они получили высокий уровень знаний - 64%, средний уровень - 26% и низкий уровень - 10%. Знания ученика начальной школы снимали тревогу у 65,5% детей.

Мы также подвели итоги обсуждения проблем развития здорового образа жизни и педагогических условий, способствующие этому. Результаты финальной работы были рассмотрены и обсуждены на

совещании директоров ОШ, Педагогического совета и научно-практических конференциях с участием родителей и врачей. Как показали исследования, учителя также изменили свое отношение к здоровому образу жизни. У 93% учителей недоверие и беспокойство о здоровье учеников снизились.

Общие выводы

1. Основные научные результаты диссертации

Внедрение педагогических технологий, обеспечивающие здоровой среды для учащихся начальных классов включает в себя: - профилактика болезни; - оценка социально-психологического здоровья учащихся и преподавателей; - защита здоровья и совершенствование новых знаний, навыков и умений, способствующих преподаванию предметов, внеклассной деятельности по формированию здорового образа жизни; - технология повышения культуры здоровья и валеологических знаний родителей; - улучшение движений, которые преподаются на уроках физкультуры, с учетом особенностей и возможностей, здоровья и интересов каждого ребенка.

Использование тестовых заданий позволило нам оценить знания учащихся 3 и 4 классов о значении здоровья и развитии здорового образа жизни на высоком, среднем и низком уровне, организовать и провести пилотные мероприятия и обобщить их. Также уровень физического развития учащихся определяется ключевыми показателями, в какой степени они соответствуют стандартам. По результатам 1 и 2 этапов были охвачены учащиеся, нуждающиеся в медицинском, психологическом и педагогическом надзоре, и проведен целый ряд образовательных и реабилитационных мероприятий. Распространение знаний по волейболу среди родителей и других лиц, таких как организация и проведение «Дня здоровья в ОШ».

На наш взгляд, организация специальных мероприятий может способствовать внедрению здоровой среды и формированию здорового образа жизни: - повышение уровня медицинских, психолого-педагогических знаний учителей и родителей; - организация встреч, бесед, дискуссий со знаменитостями литературы, искусства, врачей; - совместное сотрудничество учителей, учащихся, врачей и родителей в организации образовательных, учебных, спортивных, культурно-развлекательных мероприятий; - организация и управление группами здоровья и медико-педагогическими центрами, где особое внимание уделяется детям с особыми образовательными и медицинскими потребностями и возможностями и т.д.

Результаты и анализ исследовательской работы показывают, что на каждом этапе (изучение состояния здоровья и формирование здорового образа жизни, формирование и контроль) учащиеся, учителя и родители на основе старых и новых знаний старались улучшить свое здоровье и форму, признающие как лучшую ценность своей жизни, окружающих их людей и всего человечества.

2. Рекомендации по практическому применению результатов

1. Настало время обратить особое внимание на выбор и обеспечение условий для работы медицинских работников в средних профессиональных учебных заведениях местными органами власти, министерствами, отделами образования, директорами школ. Рекомендуемые документы должны оценивать состояние, обязанности и ответственность медицинского персонала образовательных учреждений по обеспечению здоровой окружающей среды, развитию здорового образа жизни в сотрудничестве с учителями и родителями;

2. Министерству образования и науки в сотрудничестве с Министерством здравоохранения и социальной защиты населения Республики Таджикистан необходимо предоставить учебные, медицинские и методические пособия по психическому и физическому здоровью для учащихся и родителей, врачей и преподавателей учебных заведений.

3. Пересмотреть образовательные стандарты, учебные планы и учебники и уделить пристальное внимание развитию валеологических знаний, умений и навыков.

4. При разработке программно-методических основ начального образования особое внимание следует уделить опыту народной педагогики в сфере здравоохранения, здорового образа жизни, являющиеся одним из факторов, влияющих на сознание, эмоции и нравственное поведение, формирование культуры здоровья.

5. Целесообразно реализовать процесс создания здоровой среды и формирования здорового образа жизни у школьников на основе теории личности-деятельности. Рассмотрение реализации задач по охране и укреплению здоровья как общественная необходимость и личностные требования для достижения общественно значимой позиции развитой личности.

6. Технологии здравоохранения для адаптации личности учащегося к изменяющимся социальным условиям в образовании, формированию активной позиции в образовании, осознанного поведения, самоопределения и других личностных качеств.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ И РЕЗУЛЬТАТЫ
ИССЛЕДОВАНИЯ ОТРАЖЕНЫ В СЛЕДУЮЩИХ ПУБЛИКАЦИЯХ
АВТОРА**

1. Научные статьи, опубликованные в рецензируемых журналах, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией при Президенте Республики Таджикистан

- [1-А]. Абдусамадзода, Б.А. Ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагон ҳамчун масъалаи педагогӣ/Б.А. Абдусамадзода//Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN - 2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.188-192.
- [2-А]. Абдусамадзода, Б.А. Баъзе масъалаҳои муҳити тандурустӣ ва хонандагон/Б.А. Абдусамадзода//Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С. 246-250.
- [3-А]. Абдусамадзода, Б.А. Шароитҳои педагогии ташаккули тарзи ҳаёти солими хонандагон/Б.А. Абдусамадзода//Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.342-346.
- [4-А]. Абдусамадзода, Б.А. Талаботҳои асосӣ барои ташкили тарзи ҳаёти солими муҳассилин/Б.А. Абдусамадзода//Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).-Душанбе: Сино, 2020.-С.262-266.
- [5-А]. Абдусамадзода, Б.А. Технологияи ташаккули тарзи ҳаёти солим/Б.А. Абдусамадзода//Паёми Донишгоҳи миллии Тоҷикистон (маҷаллаи илмӣ). Силсилаи педагогика (ISSN -2413-516X), 4/3 (203).- Душанбе: Сино, 2020.-С.282-288.

2. Научные статьи, опубликованные в других изданиях:

- [6-А]. Абдусамадзода, Б.А. Муҳити тандурустӣ ва муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ. /Б.А. Абдусамадзода.-Душанбе.-2020. - 68с.

АННОТАТСИЯИ

диссертатсияи Абдусамадзода Бахтулло Абдулмароб «Шароитҳои педагогии таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоӣ», барои дарёфти дараҷаи илмии номзади илмҳои педагогӣ аз рӯи ихтисоси 13.00.01 - педагогикаи умумӣ, таърихи педагогика ва таҳсилот (илмҳои педагогӣ).

Калимаҳои калидӣ: шароитҳои педагогӣ, хонандагон, синфҳои ибтидоӣ, муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ, тандурустӣ, тарзи ҳаёти солим, тарбия, ташаккул, технология, роҳи усулҳо, омӯзгорон, методика, синф.

Муҳимияти таҳқиқот. Таҳаввулоте, ки дар даҳсолаҳои охир дар Ҷумҳурии Тоҷикистон ба амал омадааст, талаботҳои қомилан навро таълим, тарбия ва ташаккули насли наврас дар муҳити таҳсилотӣ ба миён овард. Вазифаи таъхирнопазир дар тарбия ва таъмин намудани саломатии равонию ҷисмонии хонандагон дар ҳамаи зинаҳои таҳсилотӣ, махсусан, дар тарбия намудани кӯдакони синну соли ибтидоӣ, тарбия намудани ҳаёти солим, ташаккули фарҳанги солимии маънавию иҷтимоӣ зери таъсири омилҳои мусбӣи берунӣ ва дохилии муҳити зист ва ҳавасмандгардонии онҳо барои иҷрои талаботҳои тиббӣ ва риояи қоида ва меъёрҳои тозагӣ ташкил медиҳад.

Ҳадафи таҳқиқот: баланд бардоштани сифати тандурустии хонандагони хурдсол ва таъмини муҳити тандурустӣ тавассути банақшагирӣ ва татбиқи технологияҳои ҳифзи тандурустӣ дар раванди таълимии Муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ (МТМУ).

Объекти таҳқиқот: раванди таълим ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар синфҳои ибтидоӣ дар робита ба таъмин намудани муҳити тандурустӣ дар муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Предмети таҳқиқот: шароитҳои педагогии таъмин намудани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандагони синфҳои ибтидоии муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумӣ.

Методҳои таҳқиқот: методҳои назариявӣ: муносибати низомнок (системавӣ), пешбинӣ кардани натиҷа (прогносика), банақшагирии педагогӣ. Методҳои амалӣ: саволномаҳо, усулҳои психологӣ баҳодихӣи ҳолати ҳавасмандӣ ва эҳсосотӣ, озмоиш, мушоҳида, ташкил ва гузаронидани таҷрибаи педагогӣ, усулҳои омӯрӣ барои коркарди натиҷаҳои таҷриба, таҳлили натиҷаҳои фаъолияти таълимӣ (маҳсулоти фаъолият).

Навгониҳои илмӣ таҳқиқот: -муайян карда шуд, ки дар сохтори таъмини муҳити тандурустии хонандагони мактаб омили педагогӣ ҳамчун омили таркибӣ ба ҳисоб меравад, ки моҳияти он дар тарбияи фарзандон ҳавасмандии устувор барои тарзи ҳаёти солим, дарки моҳияти фарҳанги солим ва тарзи ҳаёти солимро ташкил медиҳад; -дақиқ

гардид, ки муносибати низомнок ба рушди мундариҷа ва тадбирҳо оид ба мустаҳкам намудани тандурустии хонандагон татбиқ карда мешаванд ва онҳо ба шаклгирии донишҳо оид ба тарзи ҳаёти солим мусоидат мекунанд; -шароити ташкилию педагогӣ муайян гардид, ки дар заминаи муносибати низомнок имкон медиҳад раванди ташаккули тарзи ҳаёти солим идора карда шавад ва дар як вақт муҳити тандурустӣ ба он таъсир мерасонад; -хусусиятҳои таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонадағони синфҳои ибтидоии МТМУ тадқиқ гашта, имконоти он барои ташаккулёбии сифатҳои шахсиятии бачаҳо дар муҳиту шароити МТМУ асоснок карда шуданд; -шароитҳои педагогӣ ошкор ва ба тариқи таҷрибавӣ-озмоишӣ санҷида шуданд, ки барои таъмини муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим дар хонандағони синфҳои ибтидоӣ мусоидат мекунанд.

Дарҷаи татбиқ: натиҷаҳои тадқиқот зимни таълиму тарбияи хонандағони синфҳои ибтидоӣ дар фаъолияти муассисаҳои таҳсилоти миёнаи умумии Ҷумҳурии Тоҷикистон имкони татбиқшавӣ доранд.

Соҳаи истифода: таълим, тарбия, фароҳам овардани муҳити тандурустӣ ва ташаккули тарзи ҳаёти солим, банақшагирӣ, тарҳрезӣ, амсиласозӣ, тадқиқотҳои илмӣ, масъалаҳои таълимию тарбиявӣ.

АННОТАЦИЯ

диссертации Абдусамадзода Бахтулло Абдулмароб «Педагогические условия обеспечения здоровой среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов», на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.01 - общая педагогика, история педагогики и образование (педагогические науки).

Ключевые слова: педагогические условия, учащиеся, начальная школа, общеобразовательные учреждения, здоровье, здоровый образ жизни, образование, технология, методика, учителя, аудитория.

Актуальность исследования. События, произошедшие в Республике Таджикистан в последние десятилетия, создали совершенно новые требования к образованию, воспитанию и формированию подрастающего поколения в образовательной среде. Актуальная задача воспитания и обеспечения психического и физического здоровья учащихся на всех уровнях образования, в частности, в воспитании детей младшего возраста, воспитании здорового образа жизни, формировании культуры духовного и социального здоровья под воздействием позитивных внешних и внутренних экологических и мотивационных факторов выдвигают медицинские требования и соблюдение правил и норм чистоты.

Цель исследования: улучшить качество здоровья учащихся и обеспечить здоровую среду путем планирования и внедрения технологий здравоохранения в образовательный процесс общеобразовательных школ (ОШ).

Объект исследования: процесс воспитания и формирования здорового образа жизни в начальной школе в связи с обеспечением здоровой среды в общеобразовательных школах.

Предмет исследования: педагогические условия обеспечения здоровой среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов общеобразовательных школ.

Методы исследования: Теоретические методы: системный подход, прогнозирование, педагогическое планирование. Практические методы: анкетирование, психологические методы оценки состояния мотивации и эмоций, тестирование, наблюдение, организация и проведение педагогической практики, статистические методы обработки результатов экспериментов, анализ результатов образовательной деятельности (продуктов деятельности).

Научная новизна исследования: - установлено, что в структуре обеспечения здоровья школьников педагогический фактор является неотъемлемым фактором, суть которого в воспитании детей заключается в сильной мотивации к здоровому образу жизни, пониманию сущности здоровой культуры и здорового образа жизни; - выяснилось, что будет реализован системный подход к разработке содержания и мероприятий по укреплению здоровья учащихся, и они будут способствовать формированию знаний о здоровом образе жизни; -определены организационные и

педагогические условия ведения здорового образа жизни и в то же время находиться под воздействием окружающей среды; -изучены особенности здоровой среды и формирования здорового образа жизни у учащихся начальных классов ОШ и рассмотрены его возможности по формированию личностных качеств детей в среде и условиях ОШ; - Педагогические условия были выявлены и апробированы на экспериментальной основе, что способствует здоровой среды и формированию здорового образа жизни у учащихся начальных классов.

Уровень реализации: результаты исследования могут быть использованы при обучении учащихся начальных классов в деятельности общеобразовательных школ Республики Таджикистан.

Области применения: образование, обучение, создание здоровой среды и пропаганда здорового образа жизни, планирование, дизайн, моделирование, научные исследования, проблемы образования.

ANNOTATION

to the dissertation of Abdusamadzod Bakhtullo Abdulmarob “Pedagogical conditions for ensuring a healthy environment and the formation of a healthy lifestyle in primary school students”, for the degree of candidate of pedagogical sciences in specialty 13.00.01 - general pedagogy, history of pedagogy and education (pedagogical sciences).

Key words: pedagogical conditions, students, elementary school, educational institutions, health, healthy lifestyle, education, technology, methodology, teachers, audience.

The relevance of the study. The events that took place in the Republic of Tajikistan in recent decades have created completely new requirements for education, upbringing and the formation of the younger generation in the educational environment. The urgent task of educating and ensuring the mental and physical health of students at all levels of education, in particular in raising young children, raising a healthy lifestyle, creating a culture of spiritual and social health under the influence of positive external and internal environmental and motivational factors, puts forward medical requirements and compliance rules and standards of cleanliness.

Objective: to improve the quality of students' health and ensure a healthy environment through the planning and implementation of health technologies in the educational process of secondary schools (OS).

Object of study: the process of education and the formation of a healthy lifestyle in primary school in connection with ensuring a healthy environment in secondary schools.

Subject of study: pedagogical conditions for ensuring a healthy environment and the formation of a healthy lifestyle in primary school students of secondary schools.

Research methods: Theoretical methods: a systematic approach, forecasting, pedagogical planning. Practical methods: questionnaires, psychological methods for assessing the state of motivation and emotions, testing, observation, organization and conduct of pedagogical practice, statistical methods for processing the results of experiments, analysis of the results of educational activities (activity products).

The scientific novelty of the study: - it was found that in the structure of ensuring the health of schoolchildren, the pedagogical factor is an integral factor, the essence of which in raising children is a strong motivation for a healthy lifestyle, understanding the essence of a healthy culture and a healthy lifestyle; - it turned out that a systematic approach to the development of content and activities to enhance the health of students will be implemented, and they will contribute to the formation of knowledge about a healthy lifestyle; -The organizational and pedagogical conditions for maintaining a healthy lifestyle are determined and at the same time be under the influence of the environment; - studied the features of a healthy environment and the formation of a healthy lifestyle in primary school

students of OSH and examined its possibilities for the formation of personal qualities of children in the environment and OSH conditions; - Pedagogical conditions were identified and tested on an experimental basis, which contributes to a healthy environment and the formation of a healthy lifestyle in primary school students.

Level of implementation: the results of the study can be used in teaching primary school students in the activities of secondary schools of the Republic of Tajikistan.

Fields of application: education, training, creating a healthy environment and promoting a healthy lifestyle, planning, design, modeling, research, educational problems.

