

BULLETIN OF NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES
OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN
ISSN 1991-3494
Volume 5, Number 5(2014), 175 – 180

УДК 18:: 37.1

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF FAMILIARIZING PROCESS OF SCHOOL STUDENTS WITH THE HEALTHY LIFESTYLE

¹Zh.Z. Torybayeva, ²A.Z. Alipbek

alipbek_ardak@mail.ru, zhamilyazahan@mail.ru

¹International Kazakh-Turkish university named after Yasavi, Turkestan, Kazakhstan

²SKSPI, Shymkent, Kazakhstan

Key words: psychology, process, familiarizing, school students, healthy lifestyle.

Abstract. In this article the author considers psychological features of process of familiarizing of school students with a healthy lifestyle. The analysis showed that process of formation of a healthy lifestyle in age aspect has the specific features.

УДК 18:: 37.1

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПРОЦЕССА ПРИОБЩЕНИЯ ШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

¹Ж.З. Торыбаева, ²А.З. Алипбек

¹Международный Казахско-турецкий университет имени Х.А.Ясави, г. Туркестан, Казахстан

²Южно-Казахстанский государственный педагогический институт, г. Шымкент, Казахстан

Ключевые слова: психология, процесс приобщения, школьники, здоровый образ жизни.

Аннотация. Формирование потребностей, интересов, мотивов, взглядов детей в различные возрастные периоды осуществляется в тесном взаимодействии привычного поведения, эмоций, сознания. Каждый период детской жизни представляет собой целостный цикл полноценной жизни, обеспечивающий развертывание сущностных сил. В каждом возрастном периоде у детей обнаруживается ведущая потребность и соответствующее ей противоречие. Разрешение противоречий и удовлетворение ведущей потребности способствуют развитию многообразия потребности-интересов, подготовке к полноценной жизнедеятельности в следующем возрастном цикле.

Демократизация школьной жизни, свободный выбор коллектива, занятий по душе, предметов для изучения, форм внеклассной деятельности – все это создает благоприятные условия для самовыражения, отстаивания значимых для него убеждений, взаимопонимания со сверстниками и взрослыми, что в конечном итоге должно положительным образом сказаться на формировании нравственных и социальных качеств, приобщенности к ЗОЖ.

Для эффективного приобщения учащихся к основам здорового образа жизни возрастает важность и необходимость учета возрастных особенностей развития школьников, так как в онтогенезе личности имеются периоды, характеризующиеся неодинаковой степенью реагирования как на позитивные, так и на негативные воздействия, смыслообразующие и укрепляющие формирование и развитие ее жизненно важных качеств, способностей, навыков и умений.

Педагогическое значение таких периодов очень важно для практического решения насущной проблемы. Поскольку факторы, воздействующие на ребенка в процессе обучения и воспитания, могут давать принципиально различный эффект в зависимости от периода его развития. В одни периоды – оптимальный эффект, в другие – нейтральный, в третьи – отрицательный. Зная

особенности периодов онтогенеза, можно успешно управлять индивидуальным развитием, оптимально решать задачи по приобщению учащихся к здоровому образу жизни (ЗОЖ).

При выявлении возрастных особенностей детей и фиксации определенного периода детства ученые основываются на анатомических показателях, особенностях протекания физиологических процессов, качественных изменениях роста, развитии психики эмоционально-волевой и действенно-практической сфер, степени духовно-нравственной зрелости. Отметим, что в современных периодизациях детства исследователями [1; 2] отмечаются явления ускоренного физического развития детей (акселерации); их способность выдерживать значительные физические, эмоционально-психические и интеллектуальные нагрузки; духовная готовность к вступлению в многообразные социальные отношения в своей микросреде.

Рассмотрим более подробно особенности формирования личности школьников в различные возрастные периоды их жизни.

Младший школьный возраст (6-10 лет). Переход в школьный возраст связан с решительными изменениями в его деятельности, общении, отношениях с другими людьми. Ведущей деятельностью становится учение, изменяется уклад жизни, появляются новые обязанности, новыми становятся и отношения ребенка с окружающими.

В биологическом отношении младшие школьники переживают период второго округления: у них по сравнению с предыдущим возрастом замедляется рост и заметно увеличивается вес; идет интенсивное развитие мышечной системы. Значительно возрастает сила мышц. Все ткани детского организма находятся в состоянии роста [3].

В младшем школьном возрасте совершенствуется нервная система, интенсивно развиваются функции больших полушарий головного мозга. Познавательная деятельность младшего школьника преимущественно проходит в процессе обучения. Малая дифференцированность восприятия, слабость анализа при восприятии отчасти компенсируются ярко выраженной эмоциональностью восприятия [4].

Становление личности маленького школьника происходит под влиянием новых отношений со взрослыми (учителями) и сверстниками (одноклассниками), новых видов деятельности (учения) и общения, включения в целую систему коллективов (общешкольного, классного). У него развиваются элементы социальных чувств, формируются навыки общественного поведения (коллективизм, ответственность за поступки, товарищество, взаимопомощь и др.). Психофизиологическая основа, заложенная в дошкольном возрасте, позволяет младшему школьнику обратиться к накоплению фактов о мире. Он утверждает себя в окружающей предметной среде. На основе противоречия – стремления к утверждению себя в предметной среде и незнании ее – у ребенка возникает ведущая для этого возраста духовная познавательная потребность, многообразные познавательные стремления и интересы. Накопление представлений является для младшего школьника не только духовным обогащением. Состояние собирательства фактов, ощущения себя в предметном мире есть нормальное условие полноценности его жизни. Богатство фактов в сознании ребенка, приведение их в систему обеспечивают первоначальный уровень мировоззрения, эмпирического представления о мире. Одновременно, в результате удовлетворения познавательной потребности, накопления представлений и образов, в психике ребенка осуществляется громадная работа по осмыслению фактов, их сравнению и сопоставлению, созданию на их основе представлений и образов. Активная работа психики развивает мышление ребенка и готовит почву для возникновения новых духовных потребностей [5].

Сознание младшего школьника еще не становится самостоятельным регулятором поведения и деятельности, развития духовных потребностей. Но оно уже достаточно устойчиво для того, чтобы деятельно участвовать в организации жизни, выборе полезной и разумной деятельности. Ребенок осознает возникающие у него интересы и становится способным сосредоточивать на них свое активное внимание и волевые усилия. Это позволяет, развивая в нем ведущие духовно-познавательные потребности, продолжая формирование привычек и эмоциональной сферы, в большей мере опираться на сознание самого ребенка. Детское сознание во всем его комплексе, являясь опорой педагогического воздействия, продолжает оставаться, как и в дошкольном возрасте, предметом и результатом воспитания [6]. Важнейшие новообразования возникают во всех сферах психического развития: преобразуются интеллект, личность, социальные отношения.

Ведущая роль учебной деятельности в этом процессе не исключает того, что младший школьник активно включен и в другие виды деятельности (игра, элементы трудовой деятельности, занятия спортом, искусством и пр.) в ходе которого совершенствуются и закрепляются новые достижения ребенка [7].

Младший школьный возраст является сензитивным: для формирования мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов; развития продуктивных приемов и навыков учебной работы, умения учиться; раскрытия индивидуальных особенностей и способностей; развития навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции; становления адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим; усвоения социальных норм, нравственного развития; развития навыков общения со сверстниками, установления прочных дружеских контактов.

Глубокие изменения, происходящие в психологическом облике младшего школьника, свидетельствуют о больших возможностях формирования основ ЗОЖ на данном возрастном этапе. В течение этого периода на качественно новом уровне реализуется потенциал развития ребенка как активного субъекта, познающего окружающий мир и самого себя, приобретающего опыт жизнедеятельности в микросреде.

Таким образом, младший школьный возраст является этапом существенных изменений в развитии личности. Полноценное проживание ребенком данного возрастного периода возможно лишь при определяющей и активной роли взрослых (учителей, родителей, психологов, общественных воспитателей), основной задачей которых является создание оптимальных условий для формирования основ здорового образа жизни, раскрытия и реализации потенциальных возможностей личностного развития младшего школьника с учетом индивидуальных особенностей.

Средний школьный возраст (от 10-11 до 15 лет) – переходный от детства к юности. Он совпадает с обучением в основной школе (V-IX классы) и характеризуется общим подъемом жизнедеятельности и глубокой перестройкой всего организма. В этом возрасте происходит бурный рост и развитие всего организма. Наблюдается усиленный рост тела в длину (у мальчиков за год отмечается прирост на 6-10 см, а у девочек – до 6-8 см). Особенно интенсивно растут мальчики 15 лет (прибавляют в росте 20-25 см) и девочки 13 лет. Продолжается процесс окостенения скелета, кости приобретают упругость и твердость. Значительно возрастает сила мышц. Развитие внутренних органов неравномерно, рост кровеносных сосудов отстает от роста сердца, что приводит к нарушению ритма его деятельности и учащению сердцебиения [8].

В подростковом возрасте идет интенсивное нравственное и социальное формирование личности. Вместе с тем мировоззрение, нравственные идеалы, система оценочных суждений, моральные принципы, которыми школьник руководствуется в своем поведении, еще не приобрели устойчивость, их легко разрушают мнения товарищей, противоречия жизни [9].

Главной, ведущей потребностью этого возраста является духовно-нравственная потребность в самосознании, в осмыслении своего места среди других людей. Подросток уже накопил некоторые знания о жизни, о людях, о себе и теперь хочет понять себя в сравнении с другими людьми. На этой почве возникает и основное противоречие, являющееся движущей силой его развития, стимулирующей поведение, определяющей направление интересов и деятельности [10].

В подростковом возрасте появляется и усиливается стремление быть похожим на старших (стремление к взрослости). Кроме того, изменяется содержание и роль подражания в развитии личности, которая с наступлением подростничества становится управляемым и начинает обслуживать потребности личностного самосовершенствования ребенка. Причем, как отмечают исследователи [11], зачастую цель «быть как взрослый» достигается за счет подражания внешним формам наблюдаемого поведения взрослых.

В подростковом возрасте продолжают процессы формирования и развития самосознания ребенка, которые направлены на осознание человеком своих личностных особенностей. Данный процесс характеризуется особым вниманием подростка к собственным недостаткам и стремлением к желаемому образу «я», который складывается из ценимых ими достоинств других людей [12]. Осознание разрыва между идеалом и собственным несовершенством способствуют возникновению потребности самосовершенствования и самовоспитания. Учитывая результаты

исследований, свидетельствующих, что у всех без исключения школьников подросткового возраста наблюдается позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом [13; 14], а также ярко выраженного у подростков стремления к выработке значимых качеств, таких как сила воли, мужественность, настойчивость и т.п., средством развития которых являются занятия физкультурой [15]. Бесспорно, что все это делает подростковый возраст особенно благоприятным для формирования здоровых привычек, соблюдения норм и принципов здорового образа жизни, выработке индивидуального стиля здорового образа жизни.

Учитывая, что поведение подростка не только подражание, но и сознательный выбор того, что престижно, значимо, укрепляет положение среди сверстников и делает самостоятельным и значительным в собственных глазах. Именно этим объясняется возникновение у подростков тяги к социально-индифферентным неформальным объединениям, курению, употреблению наркотических, токсичных веществ, алкоголя, а также к бездумному времяпровождению и т.п.

В этот возрастной период особое внимание следует обратить на организацию различных способов взаимодействия с подростками, которые позволяют анализировать и осмысливать вместе с ними поступки и происходящие события, предоставляют возможность самостоятельных выборов и решений, побуждают их к самоанализу, самоконтролю, управлению своим поведением. [16]. Такие взаимоотношения определяют их положительные духовные потребности, подготовят к новому, завершающему периоду становления личности в детском возрасте, периоду юности.

В старшем школьном возрасте (15-18 лет) в основных чертах завершается физическое развитие человека: заканчивается рост и окостенение скелета, увеличивается мышечная сила, ребята выдерживают большие двигательные нагрузки. Устанавливается кровяное давление, ритмичнее работают железы внутренней секреции. В старшем школьном возрасте заканчивается первый период полового созревания [17].

Нравственные и социальные качества старшеклассников формируются ускоренными темпами. Этому способствует не только сензитивный период нравственной зрелости, но и новая обстановка: изменение характера деятельности, положения в обществе и коллективе, интенсивность общения. Более отчетливыми становятся моральные понятия, оценки, крепнут этические убеждения [18]. Чувство взрослости становится глубже и острее. Появляется стремление выразить свою индивидуальность, любым способом им хочется обратить на себя внимание, утвердить свою самобытность [19].

Формирование личности в юношеском возрасте зависит от того, насколько развиты к этому периоду сущностные силы человека – умение думать, воображать, решать жизненные задачи, видеть, слышать, переносить физические нагрузки, предпринимать трудовые усилия, владеть орудиями деятельности, испытывать разнообразные эмоциональные состояния и волевые, напряжения [20]. Круг духовных потребностей в юношеском возрасте сильно расширяется. Духовная жизнь характеризуется все более глубокой потребностью нравственного и эстетического переживания. Юноши и девушки определяют для себя нравственные принципы и испытывают духовную потребность в согласовании с ними своего практического поведения. Их ведущая потребность заключается в настойчивом стремлении найти, определить свое место в жизни, в реальных общественных отношениях. Психологически она проявляется как неодолимое желание творческого общественно полезного проявления своей личности и индивидуальности. Эта потребность оказывает действенное влияние на формирование всех других духовных и материальных потребностей. Среди них потребность в труде, в знаниях и творческом самовыражении, в общении, в другом человеке, в дружбе и любви; в нравственном совершенствовании, физическом и эстетическом развитии.

Основное противоречие развития человека в юношеском возрасте заключается в несоответствии представлений юношей и девушек о самих себе, их притязаний возможностям реализовать на практике свои идеальные стремления [20, 14].

Следует учитывать наличие у старшеклассников постоянной потребности в общении с более старшими товарищами, авторитетными взрослыми, педагогами и другими взрослыми. Отсюда вытекает необходимость создания воспитывающей среды, формирования в микросреде старшеклассника социально-значимых для здорового образа жизни групповых, коллективных норм, ориентаций и ценностей с использованием всего арсенала средств и возможностей

составляющих его микросреды, в целях обеспечения наиболее благоприятных условий для полноценной самореализации, саморазвития личности школьника в отношении аспектов здорового образа жизни, его самоактуализации в семье и ближайшем окружении.

Итак, формирование потребностей, интересов, мотивов, взглядов детей в различные возрастные периоды осуществляется в тесном взаимодействии привычного поведения, эмоций, сознания. Каждый период детской жизни представляет собой целостный цикл полноценной жизни, обеспечивающий развертывание сущностных сил. В каждом возрастном периоде у детей обнаруживается ведущая потребность и соответствующее ей противоречие. Разрешение противоречий и удовлетворение ведущей потребности способствуют развитию многообразия потребностей-интересов, подготовке к полноценной жизнедеятельности в следующем возрастном цикле [21].

Младший школьный возраст предоставляет большие возможности для формирования личностных качеств и становления жизнедеятельности и поведения личности. Податливость и известная внушаемость школьников, их доверчивость, склонность к подражанию, огромный авторитет, которым пользуется учитель, создают благоприятные предпосылки для формирования основ здорового образа жизни.

Подростничество – наиболее сложный и трудный из детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Это возраст закрепления приобретенного в раннем детстве нравственного опыта, его осмысления и обогащения. Важная особенность данного возраста состоит и в том, что это и период полового созревания, со всеми присущими ему негативными явлениями (чрезмерной возбудимостью, эмоциональностью, конфликтностью и т.п). Реальная сложность жизни подростков заключается и в постепенно нарастающей потребности в самоосознании, самопознании, самоутверждении. На этой почве возникает и основное противоречие, являющееся движущей силой его развития, стимулирующая поведение и определяющая направление его интересов, в том числе к здоровому образу жизни и деятельности в целом.

Основное противоречие развития человека в юношеском возрасте заключается в желаниях юношей и девушек к самоутверждению, их притязаниях к самосовершенствованию и возможностям реализовать на практике свои идеальные стремления. Следовательно, правильно организованному воспитанию принадлежит решающая роль. В зависимости от того, какой нравственный опыт приобретает школьник, будет складываться его личность. Демократизация школьной жизни, свободный выбор коллектива, занятий по душе, предметов для изучения, форм внеклассной деятельности – все это создает благоприятные условия для самовыражения, отстаивания значимых для него убеждений, взаимопонимания со сверстниками и взрослыми, что в конечном итоге должно положительным образом сказаться на формировании нравственных и социальных качеств, приобщенности к ЗОЖ.

Вышеизложенное позволяет констатировать, что процесс формирования здорового образа жизни в возрастном аспекте имеет свои специфические особенности.

Учитывая определяющее значение деятельности в формировании личности школьника, его образа жизни, в том числе и здорового образа жизни, можно считать, что средствами педагогического воздействия должны быть разнообразные виды деятельности: игра, общение, различные виды труда, в том числе учебный, деятельность в общественных организациях, в природе и пр. Помимо этого, необходимо привлечение широкого круга участников, обладающих потенциальными возможностями включения школьников в различные виды деятельности, адекватных аспектам здорового образа жизни [22].

Итак, здоровый образ жизни учащихся мы понимаем как деятельность школьников, направленную на усвоение социального опыта и формирования всесторонне развитых потребностей в отношении аспектов здорового образа жизни: физического, интеллектуального, эмоционального, социального, личностного, духовного и узологического, реализуемых в деятельности, организуемой и стимулируемой составляющими его микросреды.

ЛИТЕРАТУРА

- [1] Возрастная и педагогическая психология / Под ред. М.В.Гамезо. – М.: Просвещение, 1984. – 256с
- [2] Возрастная и педагогическая психология / Под ред. А.В.Петровского.- М.: Просвещение, 1973. – 288с

- [3] Аршавский И.А. Физиологические механизмы и закономерности индивидуального развития. – М., 1990.- 192 с.
- [4] Кулагина И.Ю., Колоцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека.- М.: Сфера, 2004.- 464с
- [5] Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. – М.: Просвещение, 1968.- 467с
- [6] Формирование учебной деятельности школьников / Под ред. В.В.Давыдова, И.Ломпшера, А.К.Марковой.- М.: Педагогика, 1982.- 216с
- [7] Жугитова Н.В. Психологические уроки обыденной жизни: беседы психолога: Книга для учителей и родителей.- М.: Просвещение, 1990.- 256с
- [8] Колесов Д.В., Мягков И.Ф. Учителю о психологии и физиологии подростка.- М.: Просвещение, 1986.- 80с
- [9] Мир детства: Подросток / Под ред. А.Г.Хрипковой.- М.: Педагогика, 1982.- 432 с
- [10] Кле М. Психология подростка. – М.: Педагогика, 1991.- 176с
- [11] Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток.- М.: Просвещение, 1991. – 224с
- [12] Пикалова Л.П. Психология формирования здорового образа жизни подростков.- М.: РАО, 2000
- [13] Особенности обучения и психического развития школьников 13-17 лет/ Под ред. И.В.Дубровиной, Б.С.Круглова.- М.: Педагогика, 1988.- 192с
- [14] Пономарчук В.А., Аяшев О.А. Физическая культура и становление личности. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 159с.
- [15] Адамбеков К.И. Педагогические основы физического воспитания учащихся: Диссертационная работа.... доктора пед. наук, Алматы, 1995-312 с.
- [16] Бoleev Т.К. Подростки группы риска. – М.: МПГУ, 2009.- 234с.
- [17] Сердюковская Г.Н. Социальные условия и состояние здоровья школьников. – М., 1979.- 164 с.
- [18] Талызина Н.Ф. Педагогическая психология.- М.: Академия, 1998.- 288с.
- [19] Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте.- М.: Педагогика, 1991.-152с
- [20] Кон И.С. Психология старшеклассника.- М.: Просвещение, 1982.- 207с.
- [21] Немов Р.С. Психология: Учебник в 3-х кн.-4-е изд. М.: Владос, 2000 – кн.2. Психология образования – 608 с.
- [22] Торыбаева Ж.З. Теоретические основы внедрения инновационных технологий здорового образа жизни в процессе взаимодействия социальных институтов воспитания. - Шымкент, 2008.-324 с.

REFERENCES

- [1] Vozrastnaja i pedagogicheskaja psihologija / Pod red. M.V.Gamezo. – М.: Prosveshhenie, 1984. – 256s
- [2] Vozrastnaja i pedagogicheskaja psihologija / Pod red. A.V.Petrovskogo.- М.: Prosveshhenie, 1973. – 288s
- [3] Arshavskij I.A. Fiziologicheskie mehanizmy i zakonomernosti individual'nogo razvitija. – М., 1990.- 192 s.
- [4] Kulagina I.Ju., Koljuckij V.N. Vozrastnaja psihologija: Polnyj zhiznennyj cikl razvitija cheloveka.- М.: Sfera, 2004.- 464s
- [5]Bozhovich L.I. Lichnost' i ee formirovanie v detskom vozraste. – М.: Prosveshhenie, 1968.- 467s
- [6]Formirovanie uchebnoj dejatel'nosti shkol'nikov / Pod red. V.V.Davydova, I.Lompshera, A.K.Markovoj.- М.: Pedagogika, 1982.- 216s
- [7]Zhugitova N.V. Psihologicheskie uroki obydennoj zhizni: besedy psihologa: Kniga dlja uchitelej i roditelej.- М.: Prosveshhenie, 1990.- 256s
- [8]Kolesov D.V., Mjagkov I.F. Uchitelju o psihologii i fiziologii podrostka.- М.: Prosveshhenie, 1986.- 80s
- [9] Mir detstva: Podrostok / Pod red. A.G.Hripkovej.- М.: Pedagogika, 1982.- 432 s
- [10] Kle M. Psihologija podrostka. – М.: Pedagogika, 1991.- 176s
- [11] Bajjard R. T., Bajjard D. Vash bespokojnyj podrostok.- М.: Prosveshhenie, 1991. – 224s
- [12] Pikalova L.P. Psihologija formirovanija zdorovogo obraza zhizni podrostkov.- М.: RAO, 2000
- [13] Osobennosti obuchenija i psihicheskogo razvitija shkol'nikov 13-17 let/ Pod red. I.V.Dubrovinoj, B.S.Kruglova.- М.: Pedagogika, 1988.- 192s
- [14] Ponomarchuk V.A., Ajashev O.A. Fizicheskaja kul'tura i stanovlenie lichnosti. – М.: Fizkul'tura i sport, 1991. – 159s.
- [15] Adambekov K.I. Pedagogicheskie osnovy fizicheskogo vospitanija uchashhihsja: Dissertacionnaja rabota.... doktora ped. nauk, Almaty, 1995-312 s.
- [16] Boleev T.K. Podrostki gruppy riska. – М.: MPGU, 2009.- 234s.
- [17] Serdjukovskaja G.N. Social'nye uslovija i sostojanie zdorov'ja shkol'nikov. – М., 1979.- 164 s.
- [18] Talyzina N.F. Pedagogicheskaja psihologija.- М.: Akademija, 1998.- 288s.
- [19] Mislavskij Ju.A. Samoreguljacija i aktivnost' lichnosti v junosheskom vozraste.- М.: Pedagogika, 1991.-152s
- [20] Kon I.S. Psihologija starsheklassnika.- М.: Prosveshhenie, 1982.- 207s.
- [21] Nemov R.S. Psihologija: Uchebnik v 3-h kn.-4-e izd. М.: Vlados, 2000 – kn.2. Psihologija obrazovaniya – 608 s.
- [22] Torybaeva Zh.Z. Teoreticheskie osnovy vnedrenija innovacionnyh tehnologij zdorovogo obraza zhizni v processe vzimodejstvija social'nyh institutov vospitanija.- Shymkent, 2008.-324 s.

Торыбаева Ж.З. Әліпбек А.З. Оқушыларды салауатты өмір салтына баулу үдерісінің психологиялық ерекшеліктері

Тірек сөздер: психология, үдеріс, баулу, оқушылар, салауатты өмір салты.

Аннотация. Бұл мақалада автор оқушыларды салауатты өмір салтына баулу үдерісінің психологиялық ерекшеліктері жайында қарастырған. Сонымен қатар, баланың жас ерекшеліктеріне сәйкес салауатты өмір салтын қалыптастыру үдерісінің өзіндік ерекшеліктері болатындығына талдаулар жасаған.