

РОЛЬ ВЧИТЕЛЯ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я ШКОЛЯРІВ

Резюме. В даній статті розглядається питання про роль педагога у формуванні здоров'я та здорового способу життя школярів. Акцентується увага на тому, що вчитель повинен не тільки вирішувати оздоровчі завдання, планувати і використовувати педагогічні засоби, які необхідні для формування знань та умінь, але і стимулювати учнів власним прикладом до здорового способу життя.

Ключові слова: *орієнтація, свідомість, здоров'я, здоровий спосіб життя, учні, вчителі.*

З кожним роком в Україні погіршується стан здоров'я дітей та підлітків. За інформацією Міністерства освіти і науки України, Українського НДІ охорони дітей і підлітків негативні зрушення виражаються вже не у відсотках, як це було у 60 – 70-х роках ХХ ст., а в багатократному збільшенні частоти захворювань (у 3,5-10 разів більше).

Державна програма "Освіта" (Україна ХХІ століття)," "Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті" визначили стратегічним завданням освіти виховання освіченої, творчої особистості, забезпечення пріоритетності гармонійного, всебічного розвитку людини, становлення її духовного, психічного і фізичного здоров'я. Це означає, зокрема, досягнення якісно нового рівня змісту освіти, який має бути приведений у відповідність до сучасних і перспективних потреб особи і суспільства.

Обов'язковим компонентом нової системи національної освіти мають бути знання про формування, збереження і зміцнення здоров'я, гігієнічне виховання населення, особливо молоді. Цей компонент зробить можливим врахування принципово нових, валеологічних вимог до всього змісту освіти, формування валеологічної свідомості учнівської молоді, культури здоров'я особистості, яке включає в себе фізичні, психічні, духовні та соціальні складові.

Небезпечною тенденцією в останні роки є стрімке погіршення здоров'я учнівської молоді, що становить реальну загрозу вимирання народу України. Серед об'єктивних причин різкого зниження рівня здоров'я - глибока соціально-

економічна криза, глобальні проблеми, слабка матеріально-технічна база системи охорони здоров'я. Важливе місце серед цих причин посідає санітарно-гігієнічне невігластво значної частини населення, особливо молоді, відсутність у значної частини людей пріоритету здоров'я та мотивації вести здоровий спосіб життя як провідного чинника збереження та зміцнення здоров'я.

Фундамент здоров'я людини закладається в дитячі роки ще в період навчання в школі. Тому перед школою і учителем стоїть дуже важливе завдання - закласти у свідомість учнів основи знань про свій організм та розуміння необхідності підтримувати його в належному стані, тобто сформувати у дітей уявлення про здоровий спосіб життя і прищепити основні гігієнічні навички.

Саме тому,гігієнічне навчання і виховання учнів як найбільш ефективні методи профілактики повинні стати невід'ємною частиною навчально-виховного процесу в школі. Але для того, щоб виховати у дитини дієві навички здорового способу життя, свідомого дотримання правил особистої гігієни та психогігієни, учителю необхідно самому володіти ґрунтовними знаннями гігієни дітей та підлітків, зокрема гігієни навчання та виховання, гігієни праці, гігієни будівництва шкіл та дитячих установ, гігієни фізичного виховання.

Сучасні загальноосвітні навчальні заклади мають стати джерелом формування у дітей здоров'я, виховання в них відповідних звичок та навичок. У цьому плані особливого значення набуває професійна діяльність учителя, спрямована на вирішення вищезгаданих проблем (С.В. Русова, М.І. Пирогов, Х.Д.Алчевська, А.С. Макаренко, В.О.Сухомлинський та ін.)[3, С.17].

Значну увагу питанням виховання здорового способу життя приділяв М.І. Пирогов у своїх педагогічних працях « Питання життя», він пропагував ідею загальнолюдського виховання, формування « істинної людини ».

Можливість вирішення низки спільних проблем у формуванні фізично сильної, вольової, дисциплінованої особистості за допомогою фізичного виховання вбачав А.С.Макаренко, практична діяльність якого в цій галузі мала значні успіхи[1,С.97-119].

Важливу роль у вихованні здорового способу життя відіграє методика

роботи « Школа під голубим небом» В.О.Сухомлинського, суть і зміст якої славетний педагог розкрив у праці « Серце віддаю дітям»[4].

« Здоров'я - це повнота духовного життя, радість, ясний розум. Твоє здоров'я в твоїх руках...»- писав В.О. Сухомлинський.[5,С.619].

Дослідження науковців В.С.Язловецького, 1995, 1998; М.Кобза, 1998 відмічають, що стан здоров'я молоді України, Росії, Польщі та інших країн погіршується. Всі ці факти спонукають науковців до негайного вирішення проблеми здоров'я сучасного молодого покоління.

Н.В.Панкратьєва, В. Ф. Попов, Ю.В. Шиленко доводять у своїй праці, що сучасному молодому поколінню необхідно вірно сформулювати точку зору щодо власного стану здоров'я. Вони стверджують, що особистість повинна займатися самопізнанням з метою самовдосконалення, все це повинно збуджувати « гострий інтерес» до проблеми особистісного здоров'я.

Автори дають визначення поняттю«здоров'я», як здібності людини до оптимального фізіологічного, психологічного та соціального існування, підкреслюючи аспект щасливого існування, фізичного і психічного, а не тільки відсутність хвороб та фізичних недоліків[2,С. 65].

Проте не всіма дослідниками порушується весь спектр питань, які в цьому відношенні може вирішувати учитель. В основному їх зводять до таких основних напрямків:а) виховання у дітей стійкої мотивації на здоров'я та здоровий спосіб життя;б) проведення санітарно-гігієнічної оцінки і контролю організації, змісту і технологій навчального процесу; в) організація роботи з оздоровлення учнів у навчальному та виховному процесах.

Основною метою освіти - є створення умов для розвитку і саморозвитку учнів, виховання умінь приймати самостійні рішення, оволодівати новою інформацією, використовувати отримані знання в практичній діяльності і особистому житті. Сучасний учитель має орієнтуватися не на групу, клас, а на конкретну особистість.

Беручи до уваги всі вищезгадані напрямки діяльності учителя, важливо загострити увагу і на інших, не менш важливих, на наш погляд:а) побудова навчального процесу у відповідності із завданнями гуманістичної освіти;б)

створення здоров'язберігаючого освітнього середовища;в) формування у школярів загальної культури і зокрема її невід'ємної частини - культури здоров'я;г) формування і забезпечення здоров'я учнів. Педагогічна діяльність повинна мати гуманістичну спрямованість як головну умову для всебічного, гармонійного розвитку майбутньої людини, тобто завданням педагога має стати така організація діяльності, яка б не тільки освічувала і навчала іншу людину, але в певній мірі передбачала виникнення конфліктів і незгод з навколишнім світом і всередині самої людини.

Одним з принципів завдань освіти має бути створення умов для максимально повної реалізації кожної людини. Для цього перш за все слід провести діагностику дитини за генотипічними і фенотипічними ознаками, що дозволить побудувати індивідуальну освітню програму і методику навчання, яка передбачає самореалізацію - максимально повну і з найменшими затратами здоров'я і часу.

Нині освітнє середовище школи є одним із найсерйозніших факторів ризику здоров'я школярів. У зв'язку з цим її оптимізація є важливим завданням освіти в цілому і учителя зокрема.

Проблемами шкільної освіти є регламентація завдань для самостійної роботи, форми організації уроку, які супроводжуються моторно-інактивізаційною позою учнів з усіма наслідками для здоров'я, які властиві гипокінезії, та багато інших. Тому, в першу чергу, слід формувати загальну культуру учнів і її невід'ємну частину - культуру здоров'я. Роль учителя тут є також визначальною. Вона полягає у формуванні життєвих пріоритетів, виховання культури спілкування і культури міжособистісних стосунків, культури статі і етикету, етнічних і регіональних традицій тощо. Форми і засоби можуть включати різноманітність можливостей його професійної діяльності: навчальну, позакласну, позашкільну роботу, роботу з батьками.

Організаційна робота учителя полягає в ознайомленні кожного року з результатами медичного огляду школярів і врахування їх у навчальній і виховній роботі; допомога у проведенні психолого-фізіологічного тестування індивідуальних особливостей і рівня здоров'я дітей; допомога їм і батькам у

побудові раціональної і здорової життєдіяльності; координацію роботи з формування і забезпечення здоров'я з іншими учителями.

В той же час слід пам'ятати, що виховати здорову людину зможе лише здоровий педагог, з досить високим рівнем культури здоров'я. Адже мова іде про формування духовно-морального компонента здоров'я людини поряд із соматичним, фізичним і психічним. Учитель загальноосвітньої школи є ключовою фігурою навчально-виховного процесу, ефективність якого визначається не тільки професійною компетентністю педагога, але багато в чому залежить від його власного фізичного благополуччя, ставлення до свого здоров'я і здоров'я учнів.

Тому, виховання відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок та засад здорового способу життя, зміцнення фізичного і психічного здоров'я дитини є одним із пріоритетних завдань освіти.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Макаренко А.С. Методика організації виховного процесу// Вибр. Пед.. твори: В 7 Т. К.: Рад. Школа, 1954.-Т.5.-С.97-119.
2. Панкратьева Н.В., Попов В.Ф., Шиленко Ю.В. Здоровье - социальная Ценность: вопросы и ответы/ Н.В.Панкратьева, В. Ф. Попов, Ю.В. Шиленко.- м.: Мысль, 1989.- 236.
3. Русова С.Ф. Дидактика. Прага: Сіяч, 1925.-С.17.
4. Сухомлинский В.А. Серце отдаю детям. К.: Рад. Школа, 1988.-272с.
- 5.Сухомлинський В. О. Вибраны твори: В 5 Т. Т.3. К.: «Радянська школа», 1977.-670 с.

Summary. The article deals with a teacher. The teacher should not only solve health improving task, plan and use pedagogical means, which are necessary for formation of knowledge and skills, but should stimulate pupils towards healthy lifestyle by his personal example.

Keywords : orientation, development, health, veleologycheskaya culture, healthy way of live.