

Матеріали XXXVIII Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції «Тенденції та перспективи розвитку науки і освіти в умовах глобалізації»: Зб. наук. праць. – Переяслав-Хмельницький, 2018. – Вип. 38. – 257 с.

УДК 371 613.8

*Любов Корінчак
(Умань, Україна)*

ВИХОВАННЯ В УЧНІВ ВІДПОВІДАЛЬНОГО СТАВЛЕННЯ ЯК ДО СВОГО ЗДОРОВ'Я ТАК І ЗДОРОВ'Я ІНШИХ

АНОТАЦІЯ

В даній статті розглядається питання про необхідність у підростаючого покоління формування, збереження та дбайливого ставлення до власного здоров'я як до найважливішої людської цінності.

Ключові слова: здоров'я, спосіб життя, вчителі, учні, школа.

Проблема здоров'я та формування здорового способу життя підростаючого покоління України, належить до найактуальніших проблем сьогодення, вирішення якої обумовлює майбутнє держави та подальше існування нації. Ця проблема тісно пов'язана з рівнем розвитку держави та її місцем серед когорти провідних країн світу. Вироблення належного ставлення до свого життя і здоров'я – є важливою умовою оздоровлення суспільства та починати застосовувати його необхідно саме у школі. Школа – це єдина структура, через яку проходить усе населення країни та охоплює всіх дітей, вона здатна систематично і послідовно формувати мотивацію щодо здоров'я та здорового способу життя.

Одним із основних завдань сучасної школи є створення освітнього середовища для розвитку здорової дитини, формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, оволодіння навичками безпечного життя

і здорової поведінки. Здорове молоде покоління – це запорука стабільного розвитку держави, один із чинників її позитивного міжнародного іміджу.

У преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) говориться, що здоров'я – це не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів, а стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя.

Вважається, що здоров'я – це нормальний стан організму, який характеризується оптимальною саморегуляцією, повною узгодженістю при функціонуванні всіх органів та систем, рівновагою між організмом та оточуючим середовищем при відсутності хворобливих проявів. Тому, основною ознакою здоров'я є здатність пристосування організму до впливів різноманітних чинників зовнішнього середовища. Завдяки цьому, здоровий організм може витримувати значні фізичні та психічні навантаження, не тільки пристосовуючись до дії екстремальних чинників зовнішнього середовища, але й повноцінно функціонувати в цих умовах. Таким чином, здоров'я доцільно розглядати і як здатність організму активно та повноцінно пристосовуватись до змін оточення.

Здоров'я – сукупність фізичних, духовних, соціальних якостей і найбільша цінність не лише окремої людини, а й усього суспільства. Воно є основною її довголіття і необхідною умовою для здійснення творчих планів, умовою високої працездатності, створення міцної сім'ї, народження та виховання дітей.

Здоров'я дитини починає формуватися в її сім'ї – такого висновку дійшла Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) на основі багаточисленних досліджень, адже саме сім'я відіграє вирішальну роль в опануванні знань з основ здорового способу життя, а школа має всіляко сприяти, аби дитина ставала сильнішою, міцнішою, витривалішою.

Здоровий спосіб життя – це спосіб життєдіяльності людини, метою якого є формування, збереження і зміцнення здоров'я. Формування здорового способу життя через освіту виділено, як один з пріоритетних напрямків державної політики в розвитку освіти. Сформовані знання, вміння, навички

забезпечують необхідний рівень працездатності, моралі та духовності кожної особистості і насамперед – дитини. Вони дають змогу сформувати, зберегти, зміцнити здоров'я та сприяють свідомому ставленню до власного здоров'я.

Здоров'я підростаючого покоління та формування правильного поняття про здоровий спосіб життя у молоді є головним завданням системи національної освіти. Як стверджують науковці сьогодення, що правильне розуміння здорового способу життя, та поняття "здоров'я", в сучасній молоді, або не формується зовсім, або ж іноді виховується стихійно під впливом негативних явищ. Наслідком цього являється сумна картина зниження тривалості життя населення, в тому числі і учнівської молоді [1, 3. С.65; 4].

Загально визначеним є той факт, що здоров'я на 10% залежить від системи охорони здоров'я, на 20% – від екології, ще на 20% – від спадковості і на 50% – від умов та способу життя.

Проблема формування здорового способу життя підростаючого покоління України належить до найактуальніших проблем, вирішення якої обумовлює майбутнє держави та подальше існування здорової нації.

Сучасний навчальний процес своїми технологіями, обсягом інформації, побудовою, специфікою занять, умовами їх проведення висувають до учнів високі психологічні та фізіологічні вимоги, які у більшості не відповідають індивідуальним віковим, ментальним і фізичним властивостям дітей. Така невідповідальність призводить уже на ранніх етапах навчання до зниження резервів систем організму, його компенсаторних і адаптаційних можливостей в результаті чого, порушується стійкість організму до дії соціальних, екологічних і професійних факторів.

Але для того, щоб виховати у дитини дієві навички здорового способу життя, свідомого дотримання правил особистої гігієни та психогігієни, батькам та вчителям необхідно самим володіти ґрунтовними знаннями гігієни дітей та підлітків, зокрема гігієни навчання та виховання, гігієни праці, гігієни будівництва шкіл та дитячих установ, гігієни фізичного виховання [1, 5].

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, яка спрямована на вирішення вищезгаданих проблем (М.І. Пирогов, С.В. Русова, А.С. Макаренко, В.О. Сухомлинський).

Микола Іванович Пирогов, значну увагу у своїх педагогічних працях "Питання життя", приділяв вихованню здорового способу життя, у яких 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 Антон Семенович Макаренко, практична діяльність в цій галузі мала значні успіхи [2, С.97-119].

Також досить 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" [6]. Такі сучасні науковці як Н.В. Панкратова, В.Ф. Попов, Ю.В. Шиленко, В.С. Язловецький та інші, у своїх дослідженнях зазначають, що стан здоров'я молоді України як і інших країн з кожним роком все більш погіршується. Всі ці факти спонукають науковців до негайного вирішення проблеми здоров'я сучасного молодого покоління, допомогти правильно сформуванню точки 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 відсутності хвороб та фізичних недоліків [5, 6].

Проте, не всіма дослідниками порушується весь спектр питань, які в цьому відношенні може вирішувати учитель. В основному їх зводять до таких основних напрямків як:

- організація роботи з оздоровлення учнів у навчальному та виховному

процесах;

- виховання у дітей стійкої мотивації на здоров'я та здоровий спосіб життя;

- проведення санітарно-гігієнічної оцінки та контролю організації, змісту і технологій навчального процесу;

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 вчитель має орієнтуватися не на групу, клас, а на конкретну особистість.

Беручи до уваги всі вищезгадані напрямки діяльності вчителя, важливо загострювати увагу і на інші, не менш важливі, на наш погляд, а саме на: формування у дітей уявлення про здоров'я та здоровий спосіб життя; побудову навчального процесу у відповідності із завданнями гуманістичної освіти, а також загальної культури та її невід'ємної частини – культури здоров'я, а також на прищеплення основних гігієнічних навичок.

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 негараздів з навколишнім світом і всередині самої людини.

Робота вчителя повинна заключатися в ознайомленні кожного року з результатами медичного огляду школярів та врахування їх у навчальній і виховній роботі; допомозі у проведенні психолого-фізіологічного тестування індивідуальних особливостей і рівня здоров'я дітей; допомога їм та їх батькам у побудові раціональної і здорової життєдіяльності.

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.

Отже, щоб зберегти своє здоров'я, зміцнити його, реалізувати всі можливості, які надає людині природа, учні мають знати, як розпізнавати стан власного здоров'я, як запобігти хворобі.

Необхідно також 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. Вчитель загальноосвітньої школи є ключовою фігурою навчально-виховного процесу, ефективність якого визначається не тільки професійною компетентністю педагога, але багато чого залежить і від його власного фізичного благополуччя, ставлення до свого здоров'я та здоров'я учнів

ДЖЕРЕЛА ТА ЛІТЕРАТУРА

1. Ващенко О. М. Формування умінь і навичок здорового способу життя учнів 1-4 класів шкіл-інтернатів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 „Теорія і методика виховання” / О. М. Ващенко. – К, 2007. – 17 с.
2. Макаренко А.С. Методика організації виховного процесу // Вибрані твори: В 7. Т. К.: Рад. школа, 1954. – Т.5. – С.97 – 119.
3. Носко М.О. Формування здорового способу життя: навч. посіб. для студ. ВНЗ / М.О. Носко, С.В. Грищенко, Ю.М. Носко. – К.: СПД Чалчинська Н.В., 2013. – 160 с.
4. Образование в области здоровья и укрепления здоровья среди детей, подростков и молодежи / Под ред. Л.К. Дёмина, Н.А. Дёминой. – М., 1999. – 164 с.
5. Ощепкова Т.Л. Виховання потреби в ЗСЖ у дітей молодшого шкільного віку / Т.Л. Ощепкова // Початкова школа. – 2006. – № 8. – С.90.

6. 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. – 236с.

7.Сухомлинський В.А. ”Серце віддаю дітям”. К.: Рад. Школа, 1988. – 272с.