

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ СПОСОБУ ЖИТТЯ

Вітенко Ігор Михайлович,
заступник директора з науково-методичної роботи та міжнародного співробітництва Тернопільського обласного комунального інституту післядипломної педагогічної освіти, кандидат географічних наук.

Каплун Ольга Василівна, методист лабораторії науково-дослідного та навчально-методичного забезпечення дисциплін еколого-природничого спрямування Тернопільського обласного комунального інституту післядипломної педагогічної освіти.

СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ НА УРОКАХ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я

Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Україна є соціально орієнтованою державою, тому її основним завданням є сприяння духовному, інтелектуальному, фізичному зростанню молодого покоління. Гармонійний та всебічний розвиток особистості реалізується через формування здорового способу життя[3].

В.О.Сухомлинський у кількох своїх статтях підкреслював: «Я не боюся ще й ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили» [4].

Однією з найважливіших причин, які призводять до погіршення стану здоров'я, є недостатньо високий рівень культури здоров'я. Виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації щодо здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини [6].

Завдяки втіленню в життя ціннісного ставлення до здоров'я, а також усвідомленню учнями залежності стану здоров'я від способу життя й екологічного середовища життєдіяльності з'являється принципова можливість формування культури здоров'я школярів.

Тому головним завданням у діяльності навчального закладу на сучасному етапі повинно бути збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у вчителів, учнів та їхніх батьків.

Мета сучасної школи – підготовка дітей до життя. Кожен учень має отримати під час навчання знання, що знадобляться йому в майбутньому житті. Здійснення означеної мети можливе за умови запровадження технологій здоров'язберігаючої педагогіки.

Учитель, володіючи сучасними педагогічними знаннями, при постійній взаємодії з учнями, їхніми батьками, медичними працівниками та практичними психологами, планує й організовує свою діяльність з урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу [5].

Концепція Нової української школи (НУШ), що спирається на Конвенцію прав дитини, передбачає створення безпечного і дружнього до дитини навчального середовища. У доброзичливих до дитини школах і місцях для навчання ці принципи і стандарти повинні впроваджуватися при формуванні

навчального середовища, в якій діти не відчують страху, неспокою, що не наражаються на небезпеку, ризику захворювання, експлуатації, їм не завдається шкода і не наносяться образи. Необхідно, щоб був створений сприятливий для здоров'я клімат, щоб середовище було захищене шляхом надання на базі шкіл послуг в галузі охорони здоров'я, харчування, водопостачання та санітарії, а також правил внутрішнього розпорядку, що перешкоджають проявам насильства.

Діяльність загальноосвітнього закладу зі збереження та зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною та ефективною, якщо в повній мірі, професійно та ефективно в єдиній системі реалізуються здоров'язберігаючі та здоров'яформуючі технології [3].

Завданням здоров'язберігаючих технологій є:

- перетворення традиційного навчального закладу на школу культури здоров'я;
- створення сприятливого освітнього середовища із забезпеченням санітарно-гігієнічних умов перебування учнів і вихованців у навчальних закладах;
- зміцнення розумової та м'язової працездатності;
- підтримка спорту та туризму;
- утвердження здорового способу життя;
- виховання культури здоров'я [1].

Відзначу, що вирішальне значення в розв'язанні завдання виховання в учнів здорового способу життя відведено предмету «Основи здоров'я».

Змістову основу предмета складають такі базові поняття: здоров'я, здоровий спосіб життя, безпечна поведінка.

Основи здоров'я – інтегрований предмет, що за змістом об'єднує питання здоров'я та безпеки життєдіяльності. Висококомпетентний вчитель основ здоров'я, як найперший фахівець освітніх питань здоров'я у навчальному закладі, сьогодні може забезпечити не лише якісне викладання предмета, а й

стати супервізором освітньої здоров'яспрямованої діяльності навчального закладу.

Особливість методики проведення уроків інтегрованого предмету «Основи здоров'я» полягає в тому, що оволодіння сприятливими для здоров'я і розвитку особистості життєвими навичками потребує багаторазового вправляння, насамперед у процесі групової взаємодії, що реалізується завдяки інтерактивним методам навчання. В організації, уміннь і навичок, які стосуються здорового способу життя, переважають практичні методи: ігрові ситуації, практичні вправи, поєднання індивідуальної роботи з груповою, колективною [4].

У процесі викладання вчителю основ здоров'я необхідно керуватися, насамперед, принципами наступності, перспективності, активності та емоційності. Особистісна орієнтованість у ході вивчення предмета здійснюється через зміст навчального матеріалу та особистісну спрямованість навчального процесу.

Дослідники зазначають неефективність традиційних підходів до вивчення здоров'яспрямованого предмета «Основи здоров'я». Тому для навчання здоров'ю доцільним є інший підхід, який фокусується на особистості, способах її спілкування, можливості знайти спільну мову з іншими людьми. Найважливіші компоненти навчання здоровому способу життя, яке здійснюється на засадах життєвих навичок, – навчатися здобувати знання, навчатися бути собою, навчатися жити разом, навчатися дії (за Концептуальними засадами розвитку педагогічної освіти України та її інтеграції в Європейський освітній простір (наказ Міністерства освіти і науки України № 998 від 31.12.2004). ООЖН реалізує концепцію особистісно орієнтованого компетентісного навчання і виховання, урахує вікові та індивідуальні особливості учнів і здійснюється шляхом застосування інтерактивних та активних (тренінгових, ігрових тощо) технологій.

Діяльність учителя щорочно повинна бути орієнтована на формування у дітей стійкої позиції, що передбачає визнання цінності здоров'я, почуття

відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь та навичок, пов'язаних з усіма складовими здоров'я (фізична, соціальна, психічна, духовна). Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації всіх складових здоров'я.

Саме тому, у загальноосвітніх навчальних закладах розпочато впровадження проекту «Вчимося жити разом», який має на меті навчання дітей і підлітків життєвих навичок, які сприяють соціальній злагодженості, відновленню психологічної рівноваги, розбудові здорових стосунків. Поширення проекту здійснюється шляхом його інтеграції у зміст навчального предмета «Основи здоров'я».

Головне завдання курсу полягає в тому, щоб досягти позитивних змін у знаннях, ставленнях, намірах, уміннях і навичках, сприятливих для розбудови миру і соціальної компетентності. Курс «Вчимося жити разом» для учнів реалізує компетентісний підхід і має статистично доведену ефективність впливу на знання, ставлення, уміння і поведінку учнів[2].

Навчальний курс сприяє формуванню у дітей та підлітків позитивного ставлення до себе, свого життя та своїх життєвих перспектив, прийняття інших поглядів, поваги до культурних відмінностей, емпатії, солідарності, соціальної відповідальності, почуття справедливості та рівності. Навчання за курсом забезпечує відпрацювання таких психосоціальних компетентностей як самоусвідомлення і самооцінка, ефективна комунікація, самоконтроль, емпатія, здатність до кооперації, аналіз проблем і прийняття рішень, запобігання і конструктивне розв'язання конфліктів[2].

Звичайно, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та підлітків потребує уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим. Завдання сучасної школи може здаватися надто складним, бо дехто сприймає школу лише як місце,

де учні здобувають знання. Однак сучасний випускник має бути не лише освіченою, а й добре вихованою, гармонійно розвинутою та стійкою особистістю, яка знає, чого хоче в житті і як цього досягти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Волошин О. Р. Здоровий спосіб життя – через школу нового типу /О. Р. Волошин // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Х. :ХДАФК, 2007. – Вип. 11. – С. 13–15.
2. ВоронцоваТ. В., ПономаренкоВ. С. Вчимося жити разом.Програма тренінгового курсу підготовки вчителівз методики розвитку соціальних навичок учнів 1-11 класів.-К.:Вид. «Алатон» , 2017.- 65.
3. Дубогай О. Навчання у русі: Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі.- К.:Вид.дім «Шкіл.світ»:Вид.Л.Галіцина,2005.-112с.
4. Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід [Електронні дані] / авт. кол. ; уклад. А. Г. Обухівська, І. І. Цушко. – К. : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2015.. – 221 с.
5. Никифороенко О. Школа на шляху до здорового способу життя / О. Никифороенко // Завуч. – 2008. – №19-20.
6. Успенська В. Впровадження здоров'язберігальних технологій у загальноосвітньому навчальному закладі / В. Успенська // Рідна школа. – 2009. – №4. – С. 44 - 48.