

Формування валеологічного світогляду має відбуватися постійно, а педагогічно-виховна робота стати систематичною та відомою. Стати доступною для сприйняття учнями всіх вікових категорій, і кожний з них повинен мати змогу займатися своїм оздоровленням у рамках навчального закладу, а педагоги обов'язково повинні наголошувати на важливості духовного оздоровлення та мотивувати молоде покоління зміцнювати здоров'я за допомогою формування гармонійної особистості, яка буде відповідально ставитися до власного здоров'я і життя.

Література:

1. Давидова Ж.В. Педагогічні умови формування духовно-ціннісних орієнтацій студентської молоді : автореф. дис. канд. пед. наук / Ж.В. Давидова. – Харків, 2013 – 20 с.
2. Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку / Тези доповідей XIV міжнародної науково-практичної конференції, 14 квітня – 16 квітня 2016 р. – Х. : ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2016. – 371 с.
3. Бех І.Д. Цінності як ядро особистості / І.Д. Бех // Цінності освіти і виховання : науково-методичний збірник / за заг. ред. О.В. Сухомлинської. – К., 1997. – С. 8–11.
4. Богуш А.М. Дефініції «духовність» і «моральність» в аспекті національного виховання в Україні / А.М. Богуш // Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах : збірник наукових праць. – К., 2000. – Кн.1. – С. 18–23.
5. Гончаренко М.С. Педагогічний словник / М.С. Гончаренко. – К.: Либідь, 1997. – 375 с.

ФОРМУВАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДИТИНИ В СИСТЕМІ СІМЕЙНОГО ТА ШКІЛЬНОГО ВИХОВАННЯ

Саснко Карина

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Науковий керівник – канд. пед. наук, доц. Самойлова Н.В.

У даній статті було розглянуто проблему формування здорового способу життя школярів. Підкреслено, що збереження і відновлення здоров'я дітей є важливою справою, яка стосується багатьох інституцій, а головне – школи та сім'ї.

Ключові слова: дитина, здоровий спосіб життя, здоров'язбереження, фізичний розвиток, родина, школа.

На сьогоднішній день система шкільного навчання вимагає відповіді на безліч запитань, що виникають у лікарів, педагогів та

батьків дітей різного віку. Говорячи про ефективність і корисність освітнього процесу, важко ігнорувати той факт, що більшість дітей закінчують школу з різноманітними захворюваннями, які формуються у період їхнього навчання. За даними статистики [5], збільшується кількість учнів першого класу, які мають відхилення за станом здоров'я (тобто на початку навчання у школі), а в подальші шкільні роки спостерігається тенденція до зростання кількості дітей, що мають декілька різних захворювань, або проблеми зі здоров'ям.

Погіршення здоров'я дітей шкільного віку стало не тільки медичною проблемою, а й серйозною педагогічною проблемою. Якщо ми хочемо досягти мети – спрямувати вибір дітей на формування здорового способу життя, то повинні визнати їх право мати корисні ідеї та погляди на самих себе.

Таку роль, перш за все, бере на себе – сім'я, батьки, потім – школа, вчителі. А з вчителів в першу чергу той, хто найбільше спілкується з дітьми, причому не формально, але близько протягом багатьох років.

Фахівці занепокоєні, що інтенсивно зростає кількість дітей з нервово-психічними розладами [2]. Значно зросла кількість учнів, які за станом здоров'я звільнені від уроків фізичної культури, або навчаються цього предмету у спеціальних медичних групах [5]. Серед чинників, які негативно впливають на стан здоров'я школярів можна назвати збільшення та інтенсифікацію навчального навантаження, недостатню рухову активність, порушення режиму харчування, відпочинку, недотримання здорового способу життя тощо.

Здоровий спосіб життя – це об'єктивна потреба сучасного суспільного життя, що є показником культури та соціальної політики суспільства. З позиції психолого-педагогічного напрямку здоровий спосіб життя – це перша і найважливіша потреба людини, яка визначає здатність її до праці і забезпечує гармонійний розвиток особистості. Здоров'я є найважливішою передумовою до пізнання навколишнього світу, до самоствердження і щастя людини.

Науковці стверджують, що школа і сім'я відіграють вирішальну роль у формуванні знань з основ здорового способу життя та переходу їх у стійкі переконання, вироблення навичок і вмінь. Тому збереження здоров'я дітей розглядається як справа державної ваги, як спільне завдання суспільства, школи, родини і самої дитини, бо «здобути і зберегти здоров'я може лише сама людина» – стверджував один із засновників руху за здоровий спосіб життя, акадамік М. Амосов.

На основі розглянутої статистики можна дійти висновку, що велика кількість дітей не дотримуються режиму дня, санітарно-гігієнічних норм, ведуть малорухомий спосіб життя, дозвілля проводять сидячи за комп'ютером або телевізором (у цьому спостерігаються

прогалини сімейного виховання) . Багато часу відводять на виконання домашніх завдань (до трьох – чотирьох годин щодня). Велика кількість дітей доволі часто потерпають від психоемоційного напруження, яке вони дістають від словесного (у школі) або фізичного (вдома) покарання, є свідками чвар між батьками. Отже, можна зробити висновок, що за такої організації діяльності учня початкових класів не можна розраховувати на нормальний стан його здоров'я.

Відповідальність за здоров'я дітей має лежати, перш за все, в основі виховного процесу сім'ї. Адже здоровий спосіб життя для дітей визначається такими параметрами: дотриманням режиму дня; належним оволодінням культурно-гігієнічних навичок; раціональним харчуванням та культурою споживання їжі; дотриманням рухового і повітряного режимів; режимом активної діяльності та відпочинку; профілактичними заходами щодо збереження здоров'я; духовним розвитком і гармонійними стосунками з довкіллям і з самим собою; душевним комфортом і психологічною рівновагою.

Вплив сімейного виховання на дитину завжди є конкретно-індивідуальним – це одна з найбільших переваг виховання в родині. Ані школа, ані суспільство не зможуть гарантувати дитині такого індивідуального підходу, що дають методи виховання в сім'ї. Дитині необхідні розумні правила і обмеження, які поступово з'являються в їхньому житті. Саме батьки закладають основи життєвої компетентності своєї дитини, допомагають опанувати складну науку життя.

Формування здорового способу життя повинні бути узгодженим (сім'я, школа, громадські та неурядові організації та ін.). Система заходів з розвитку навичок здорового способу життя, що проводиться на різних рівнях, повинна використовувати всі можливі канали доступу до дитини і сім'ї: телебачення, преса, лекційну пропаганду, пам'ятки для дітей та батьків, безпосередню роботу з родиною і дитиною та інше. Крім того, ефективність роботи багато в чому залежить від виховання почуття свідомої активності за власне здоров'я і життя.

Багато соціальних проблеми суспільства, наприклад, злочинність, наркоманія, алкоголізм дуже часто є наслідком виховання дітей батьками з низьким рівнем педагогічної культури. Тому формування здорового способу життя у дітей є одним з найважливіших завдань і школи і сім'ї. Для вирішення існуючих протиріч потрібна взаємодія даних структур.

Одним з головних шляхів підвищення взаємодії навчального закладу і сім'ї є використання нетрадиційних форм і засобів роботи з батьками щодо формування здорового способу життя учнів. Серед них – функціонування консультативних пунктів з проблеми валеологічного виховання, конференції батьків з обміну досвідом щодо організації раціонального дозвілля дітей, рухового режиму, оптимального

харчування, семінарів-практикумів з відродження національних традицій, залучення батьків до спільного проведення спортивних змагань, свят, допомога батьків в облаштуванні спортивних та дозвільних майданчиків при школі, заходи оздоровчого та естетичного спрямування. Але найголовніше – батьки мають бути для своєї дитини прикладом в усьому.

Здоровий спосіб життя – це не просто сума засвоєних знань, а стиль життя, адекватна поведінка у різноманітних ситуаціях. Ефективність формування здорового способу досягається в результаті цілісного (інтегративного) підходу, що визначається вихованням у школярів, їхніх батьків і педагогів цінностей, пов'язаних не тільки зі збереженням життя і зміцненням здоров'я, але й необхідністю повсякденного дотримання певних норм буття усіма суб'єктами освітнього процесу.

Література:

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я / М.М. Амосов. – К.: Здоров'я, 1990. – 168 с.
2. Вишневський О.І. Теоретичні основи сучасної української педагогіки : посібник [для студ. вищ. навч. закладів] / О.І. Вишневський. – Дрогобич: Коло, 2003. – 528 с.
3. Державний стандарт початкової загальної освіти // Початкова школа. – 2011. – № 7. – С. 1–17.
4. Закон України «Про загальну середню освіту» / Поч. школа. – 1998. – № 8. – С. 1–12.
5. Інформаційні матеріали щодо стану здоров'я дітей в Україні та основних чинників, які впливають на його збереження // Інформ. зб. МОН України. – 2012. – № 15–16.

КОМПОНЕНТИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН

Соловей Леся

*Полтавський коледж харчових технологій
Національного університету харчових технологій*

Схарактеризовано складові компетенції та основні компоненти здоров'язберігаючої компетентності майбутніх учителів природничих дисциплін, мотиви для реалізації цих компонентів.

Ключові слова: *компетентність, компетентнісний підхід, здоров'язберігаюча компетентність, майбутній учитель природничих дисциплін.*

Пріоритетним завданням системи вищої освіти є навчання людини відповідного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточення як до