

6. Инструкция по воспитательной части для кадетских корпусов. – СПб : Типография М. М. Стасюлевича, 1886. – 134 с.
7. Лалаев М.С. Исторический обзор регламентаций воспитания и обучения в наших военно-учебных заведениях от основания первых военных школ до последнего времени // Военный сборник. – 1900. – № 1. – С.3-63; С. 114-140; С. 405-424.
8. Наставление по физической подготовке суворовцев, нахимовцев и воспитанников военно-музыкального училища : Введено в действие приказом Министра Обороны СССР № 205 от 29 июля 1981 г. – М. : Военное издательство, 1982. – 234 с.
9. Общая программа и инструкция для преподавания учебных предметов в кадетских корпусах. – СПб. : Типография М. М. Стасюлевича, 1886. – изд. 2-2. – 199 с.
10. Общая программа распределения времени и наставление для ведения внеклассных занятий в кадетских корпусах. – СПб., 1890. – 69 с.
11. Программа по физическому воспитанию учащихся средних специальных учебных заведений (кроме педагогических). – М. : Советская наука, 1959. – 56 с.
12. Проект организации подвижных игр как отрасли физического образования в кадетских корпусах. – СПб. : Типография М. М. Стасюлевича, 1889. – 24 с.
13. Руководство гимнастики для средних и низших учебных заведений духовного и гражданского ведомства (с дополнением “Подготовка к военной службе”) / Составитель К.А. Шмидт. – СПб. : Типография В. Демакова, 1874. – 123 с.
14. Рыбковский А.Г. Управление двигательной активностью человека (системный анализ). – Донецк : ДонГУ, 1998. – 300 с.

On the theoretical lever of integration in historical-pedagogical aspect were studied some questions of forming and development of pedagogical technologies in system of physical training of pupils of military-educational institution of pre-university background. Given facts testified the existence of considerable quantity of positive information about convective and realization provision such technologies that together with modern achievements of science it is necessary elaboration to take into consideration their elaboration and realization in process of physical training of pupils of modern lyceums with intensified military physical training.

Key words: military-educational institutions of pre-university background, the system of physical training, conceptive bases of pedagogical technology, historical-pedagogical analysis.

Отримано: 15.11.2010 р.

УДК 613–053.5:37.015.311

В. В. Присакар

ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ШКОЛІВІВ У СТРУКТУРІ НАЦІОНАЛЬНОГО ВИХОВАННЯ В УКРАЇНІ

У статті розкривається проблема збереження та зміцнення здоров'я школярів у контексті сучасної освіти. За результатами дослідження автором здійснена спроба визначення педагогічних умов та особливостей збереження і зміцнення здоров'я учнів у системі виховної роботи з урахуванням екологічно життєвого простору.

Ключові слова: збереження здоров'я, зміцнення здоров'я, здоровий спосіб життя, фізичне виховання, навчальний план, практичні навички, фізичне вдосконалення, культура здоров'я.

Здоров'я як категорія людського буття вважається в усьому світі найважливішим пріоритетом держави. Проблема здоров'я на особистісному й суспільному рівнях сьогодні набула широкого масштабу й розглядається як така, що кардиналь-

ним чином впливає на подальший розвиток країни і всього людства. Ставлення до здоров'я й усвідомлення його цінності є також одним із елементів національної культури. У сучасному суспільстві проблема збереження і зміцнення здоров'я є надзвичайно гострою внаслідок багатьох обставин, передусім через розповсюдження інфекційних захворювань, що набули характеру епідемій, екологічні проблеми, нераціональне природокористування, підвищення психологічної напруженості у суспільстві через поширення таких негативних явищ, як наркоманія, пияцтво, тютюнокуріння, ранні статеві стосунки тощо. Зважаючи на ці процеси, в Україні в останні роки перед суспільством постали нові освітні вимоги до навчання і виховання підростаючого покоління, зміцнення його здоров'я та розвитку фізичної культури, реалізація яких знайшла відображення у законах України “Про освіту” [3], “Про фізичну культуру і спорт” [4], у Національній доктрині розвитку освіти України XXI ст. [6], Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту [7], державній програмі розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 роки [2], цільовій програмі “Здоров'я через освіту”, в “Основах законодавства України про охорону здоров'я” та ін.

Одним із головних завдань системи освіти в Україні є “...виховання людини в душі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності. Це здійснюється шляхом розвитку валеологічної освіти, оптимізації режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору” [6]. За даними Міністерства охорони здоров'я України майже 90% дітей, учнів, студентів мають проблеми зі здоров'ям. Зокрема такі проблеми мають діти юнацького віку. Саме в школі дитина проводить 70% свого активного життя протягом 9-11 років. Дослідження свідчать, що у навчальних закладах нового типу – ліцєях, гімназіях, колегіумах – кожен п'ятий з обстежених учнів має підвищений тиск крові. Загальне навантаження нервової системи учня і в школі, і вдома дуже великі. Це призводить до гіподинамії, порушення травлення, скорочення тривалості сну і відпочинку, отже, до фізіологічного неблагополуччя. У зв'язку з цим по-новому постає питання збереження і зміцнення здоров'я школярів, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя.

Теоретичним підґрунтям розвитку фізичного виховання у вітчизняній педагогіці були погляди відомих педагогів А.Волошина, К.Ушинського, О.Духновича, С.Русової, С.Сірополка, А.Макаренка, В.Сухомлинського. В останнє десятиліття здійснено ряд досліджень, у яких розглядаються різні аспекти проблеми зміцнення і збереження здоров'я та формування здорового способу життя дітей, підлітків та молоді (В. Андрєєва, Е. Вільчовський, Г. Власик, Т. Грузєва, В. Горашук, О. Жабокрицька, М. Зубалій, М. Кобринський, Т. Кульчицька, С. Лапаєнко, Н. Максимова, А. Нагорна, Ж. Омельченко, М. Оржеховська, І. Панін, І. Петренко, А. Салогуб, С. Свириденко, Л. Сущенко та ін.).

Аналіз наукових досліджень дав змогу дійти висновку, що в сучасних умовах здійснюється цілеспрямований процес орієнтації дітей та молоді на здоровий спосіб життя, культуру здоров'я. Однак, невирішеність цієї проблеми на сучасному етапі пов'язана, насамперед, з недостатнім вивченням і впровадженням перспективного педагогічного досвіду, розробкою інноваційних виховних технологій, підготовкою та перепідготовкою педагогічних кадрів до здійснення завдання збереження і зміцнення здоров'я школярів тощо. Світовий досвід підтверджує, що з моральної та матеріальної точок зору найбільш доцільним є використання таких засобів і форм профілактичного впливу, які сприяють фор-

муванню активної діяльності, спрямованої на подолання звичок і факторів, що викликають відхилення у поведінці, а також організація цілеспрямованої роботи з учнівською молоддю, які відносяться до групи ризику та створення умов розвитку фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я дітей та підлітків. Водночас вивчення науково-педагогічних джерел дає нам підстави стверджувати, що проблема збереження і зміцнення здоров'я та формування основ здорового способу життя школярів в Україні вимагає і надалі посиленої уваги науковців та практиків. Отже, метою нашої статті є визначення педагогічних умов та особливостей збереження і зміцнення здоров'я школярів в системі національного виховання в Україні з урахуванням екологічно життєвого простору.

Наукові дослідження у галузі філософії, соціології, права, психології, педагогіки, медицини дають підстави стверджувати, що в сучасних умовах іде цілеспрямований процес створення системи профілактики тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотичних речовин, попередження захворюваності на СНІД та хвороби, що передаються статевим шляхом, туберкульозу; орієнтації на здоровий спосіб життя як цілісного підходу до формування культури здоров'я. Одночасно було з'ясовано, що на сьогодні недостатньо вивченими є соціально-педагогічні умови збереження і зміцнення здоров'я школярів, зокрема старшокласників, педагогічні можливості Шкіл сприяння здоров'ю як інноваційних навчальних закладів. На філософсько-педагогічному рівні найсуттєвішою ознакою сучасної освіти є її гуманістична спрямованість, а саме: дитина як основна педагогічна цінність і вчитель, здатний до її навчання, розвитку, соціального захисту. А звідси центрованість на ідеях: людина – не засіб, а мета; тому не дитину треба пристосовувати, а освіту до неї [5, с.52].

Зосередженість на потребах особистісного розвитку і виховання учнів вимагає проектування організації навчального процесу, його змісту, методики на принципах природовідповідності, індивідуалізації, що передбачає глибоке знання і врахування вікових і індивідуальних особливостей дітей, прогнозування потреб їхнього розвитку. Це вимагає наукового забезпечення комплексного підходу оздоровчої функції школи. Але як показує шкільна практика, школа на сучасному етапі здійснює щодо дитини деструктивну функцію. Стреси, неврози, негативні явища психологічного захисту, маргінальна поведінка учнів, феномен “напучуваної безпорадності” – все це, на жаль, не остаточний перелік негативних явищ шкільної практики. Тому проблема збереження та зміцнення здоров'я школярів і надалі залишається як перспектива розвитку освітньої галузі.

Однак слід відзначити, що у шкільній освіті на сучасному етапі ще не достатньо науково обгрунтована система ознайомлення дітей із проблемами формування, збереження і зміцнення здоров'я: всебічно не продуманий зміст базових знань із проблеми здоров'я і здорового способу життя, відсутня методика розвитку знань про спосіб життя як фактора здоров'я, не розроблені методичні прийоми, за допомогою яких ця інформація може бути засвоєною. Випускники загальноосвітньої школи ще не мають у своєму розпорядженні необхідних, важливих знань про збереження здоров'я, у них немає навичок ведення здорового способу життя, вони не здатні оцінити вплив середовища на здоров'я людини й генофонд майбутніх поколінь. Ці аспекти проблеми потребують подальшого дослідження, оскільки сьогодні зростає увага суспільства до проблем здоров'я населення, особливо дітей. За даними розширеного засідання колегії Санітарно-епідеміологічної служби України, де розглядалися питання дотримання вимог санітарного законодавства в загальноосвітніх навчальних

зкладах, стан здоров'я сучасних школярів не може не викликати занепокоєння громадськості, педагогічного колективу, батьків. Захворюваність дітей шкільного віку за останні 10 років зросла на 26,8%. У 1-у класі – 30% дітей, які мають хронічні захворювання, у 5-у класі – 50%, у 9-у класі – 64%. Вже в 1-й класі відхилення опорно-рухового апарату мають до 11% школярів; носоглотки – 25%; нервової системи – 30%; органів травлення – 30%; алергічні прояви – 25%. Від 1 до 9 класу частота зниження гостроти зору зростає у 1,5 рази; частота порушень постави – у 1,5 рази; розповсюдженість хвороб органів травлення – у 1,4 рази; розповсюдженість хвороб ендокринної системи – у 2,6 рази. Робочий день сучасних школярів (враховуючи домашні завдання) становить 10-12 годин, через що в дітей формується синдром хронічної втоми. Високий рівень фізичної підготовленості мають лише 9,3% дітей з хронічними захворюваннями і 40,0% практично здорових дітей. У фізичному розвитку школярів спостерігаються такі несприятливі тенденції, як астенізація, зниження окружності грудної клітки, зменшення життєвої ємкості легенів, м'язової сили. У цілому лише в 7% школярів спостерігається задовільний функціональний стан організму. Серед дитячого населення за останнє десятиліття істотно (в 1,5-3 рази) зросла частота хронічних захворювань, які призводять до інвалідності. Це хвороби нервової, ендокринної, серцево-судинної, шлунково-кишкової, кістково-м'язової систем. Серед першокласників тільки 5-9% практично здорових дітей. Кількість хронічно хворих дітей збільшується за роки навчання в школі в 2,5 рази. Хтось із древніх сказав, що життя вже не ховається в минулому, немає його і в нинішньому дні. Життя все зосереджене в майбутньому. Сьогодні в країні смертність майже вдвічі перевищує народжуваність. Серед країн Європи в Україні одна з найнижчих народжуваність: 1,1 дитини на одну жінку. Життя кожної дитини в таких умовах набуває все більшої ваги для стратегічних інтересів держави [9, с.44-45].

Останнім часом прийнято багато державних документів, які визначають пріоритетними напрямками розвитку суспільства збереження здоров'я дітей та формування ціннісного ставлення до нього. Конституцією України проголошено, що найвищою соціальною цінністю в державі є людина, її життя і здоров'я. У Законі України "Про освіту" одним із завдань загальної середньої освіти є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів [3]. Пріоритетними напрямками державної політики щодо розвитку освіти, визначеними Національною доктриною розвитку освіти України в XXI столітті, є "пропаганда здорового способу життя, стимулювання у молоді прагнення до здорового способу життя" [6].

У сучасних умовах, коли зниження духовного потенціалу та здоров'я молоді, особливо підлітків, стає відчутною реальністю, необхідність орієнтованості на формування духовних потреб, здорових звичок, фізичного загартування, в цілому здорового способу життя є одним із пріоритетних напрямів у розробці концепції виховання дітей і молоді у національній школі України.

Аналіз програм із фізичного виховання для загальноосвітніх шкіл свідчить про те, що вони в цілому спрямовані на вирішення завдань фізичного вдосконалення учнів. Але одночасно низький рівень рухової активності, невідповідність рівня підготовки школярів контрольним нормативам з фізичного виховання, відсутність інтересу до уроків фізичної культури, значні недоліки у створенні педагогічних умов, котрі не враховують специфіку учнів особливо підліткового

віку, роблять другорядним збереження і зміцнення здоров'я, гальмують процес формування здорового способу життя.

З метою вивчення місця фізичного виховання у зміцненні та збереженні здоров'я школярів, ставлення їх до свого фізичного самовдосконалення, бажання досягти високих спортивних результатів шляхом систематичних тренувань, виконання режиму дня і т.п. у загальноосвітніх школах №1, 12, 13, 15 м. Кам'янця-Подільського серед учнів 6-9-х класів було проведено дослідження. В результаті проведеного нами експерименту за названими критеріями виявлено, що 53 % учнів залишаються байдужими до свого фізичного самовдосконалення, не виявляють особливого прагнення до занять фізичними вправами. У 28% респондентів розвинуте справжнє бажання шляхом систематичних вправ зміцнювати своє здоров'я і досягти високого рівня успішності з фізкультури, а 19% опитаних учнів, крім зміцнення свого здоров'я, мають бажання досягти високих спортивних результатів шляхом напружених тренувань, чіткого дотримання режиму дня тощо. Отже, результати дослідження дають підстави стверджувати, що переважна більшість підлітків байдужі до зміцнення свого здоров'я, не зацікавлені у своїй фізичній досконалості та у прагненні вести здоровий спосіб життя. Тому головним завданням фізичного виховання і надалі залишається зміцнення і збереження здоров'я школярів. Виконання цього завдання повинно здійснюватись шляхом систематичного залучення учнів до рухової діяльності, проведенням фізичних тренувань із метою збільшення функціональних можливостей організму, заповнення вільного часу дітей заняттями фізичними вправами, що є одним із засобів відвернення їх від поганих звичок та пропагандою здорового способу життя.

У системі цілеспрямованої і планомірно організованої роботи щодо збереження і зміцнення здоров'я заслуговує на увагу досвід НВК № 9 та ЗОШ №17 м. Кам'янця-Подільського. Зокрема план навчально-виховної роботи цих освітніх закладів крім уроків фізкультури, передбачає фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі шкільного дня, фізкультхвилинки, різноманітні ігри на перервах. Учні 1-3-х класів ЗОШ №17 2 години щотижня відвідують шкільний плавальний басейн, у якому опановують мистецтво плавання, тобто отримують теоретичні знання з цього виду спорту і практичні навички під керівництвом учителя фізкультури та інструктора з плавання. У 1-3 класах НВК № 9 викладається предмет "Основи хореографії". У названих закладах розроблені також для учнів молодших школярів вчителями фізкультури разом з шкільними медсестрами комплекси фізичних вправ та ведуться зошити фізичного розвитку учнів.

Широкого розмаху в школі набула позакласна спортивно-масова робота. Педколектив школи намагається урізноманітнювати її форми, враховуються індивідуальні особливості та інтереси дітей і підлітків. Учні молодших класів займаються в гуртках фізичної культури, які ведуть спортсмени-старшокласники. Починаючи з 3 класу учні займаються в секціях з 12 видів спорту: волейбол, баскетбол, лижі, легка та важка атлетика, аеробіка, боротьба, теніс, стрільба, футбол, шахи, шашки та ін.

В літній період школярі не перестають займатись спортом. Працюють спортивні секції, проводяться спортивні змагання. Педагоги школи приділяють увагу тому, щоб розкрити виховне значення спорту, його значення у формуванні в дітей позитивних моральних якостей. У стінній пресі ("Ентузіаст", "Олімпійський резерв") регулярно повідомляється про спортивні досягнення наших учнів у школі та місті.

Щоб охопити підлітків систематичними заняттями фізичними вправами в режимі шкільного та позашкільного часу, необхідно виховати у дітей потребу фізичного удосконалення. Вирішення цього завдання потребує, перш за все, посилення виховної роботи, спрямованої на формування у кожного школяра цієї потреби. Особливе значення виховної роботи пояснюється тим, що потреба — це психологічний стан, який характеризує потяг особистості до конкретних дій, які сприймаються як необхідна умова існування. Таким чином у процесі виховання планомірно повинні формувати у школярів саме такий стан, який характеризується як потяг до занять фізичними вправами з метою розвитку своїх здібностей, укріплення здоров'я. Без усвідомленого бажання, потреби самих підлітків удосконалювати свої фізичні можливості неможливо успішно здійснювати їх фізичне виховання.

Освітній напрям роботи здійснюється більшою мірою вчителями-предметниками. Їхня діяльність спрямована на формування культури здоров'я школярів: зв'язок основного змісту програмового матеріалу з валеологією, відповідність інформації про здоров'я віку дитини, науковість і практична цілеспрямованість валеологічних знань, превентивність знань. Урахування інтересів школярів з окремих проблем збереження здоров'я підвищує їхню зацікавленість, активність, створює передумови для емоційного переживання, сприяє виникненню почуття задоволення. Метою цього напрямку є вироблення в учнів потреби у здоровому способі життя, розширення кругозору з валеологічної тематики, формування оздоровчого і культурологічного мислення.

Вироблення в учнів уміння упроваджувати знання про культуру здоров'я у діяльність, при самооцінці враховувати її вихідний рівень є одним із завдань виховного напрямку роботи навчального закладу. Важливою педагогічною умовою є формування інтересу підлітків до власного здоров'я, стійкої потреби і бажання дбати про нього. Реалізація цієї умови забезпечується виконанням двох взаємопов'язаних вимог. По-перше, це включення вихованців у різноманітні види валеологічної діяльності, які сприяють формуванню навичок взаємодії, спілкування, взаємонавчання, пошуку шляхів поліпшення здоров'я. По-друге, це включення учнів у рефлексивну діяльність, що потребує від них постійного самостереження, стеження за своїми діями, фізичним та психічним станом. Ця робота спрямована на те, щоб заохотити дітей до пізнання потенціалу власного здоров'я, допомогти повірити в себе, свої сили, щоб з'явилася потреба у самовдосконаленні.

Медико — психологічний напрям роботи спрямований на підтримку педагогів і школярів у їхній здоровотворчій співпраці. Педагогічні колективи, медичні працівники працюють у напрямку створення і впровадження в практику здоров'язберегаючих, здоров'яформуючих та здоров'язміцнюючих технологій, які сприяють підвищенню ефективності навчально-виховного процесу, створюють освітній простір, в якому вчителі, лікарі, учні, батьки мають чітку громадянську позицію, усвідомлюючи, що здоров'я є інтегральним показником суспільного розвитку країни, могутнім фактором формування демографічного, економічного, трудового потенціалу держави і суспільства, а захворювання і скорочення тривалості життя громадян є реальною загрозою національній безпеці держави.

Відповідно до кожного напрямку оздоровчої діяльності розробляються і впроваджуються певні форми, методи та засоби збереження і зміцнення здоров'я школярів з урахуванням також особливостей екологічного середовища, які передбачають: спрямованість діяльності навчального закладу на підтримку в його активній здоровотворчій діяльності; впровадження у навчально-виховний процес ідеї особистісно

орієнтованого навчання і виховання, які зберігають неповторність, унікальність дитини і будуються на засадах збереження її гідності, партнерства тощо; опора на вибіркове сприйняття вихованцями певних форм власної активності, зокрема здоровотворчої; забезпечення оптимального чергування різних видів діяльності, психоемоційного напруження та розслаблення під час перебування дитини в школі (вдосконалення режиму дня, розкладу уроків; удосконалення методики проведення уроків фізвиховання та фізкультурно-оздоровчих занять у другій половині дня; забезпечення; використання в ході навчально-виховного процесу з фізичної культури сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, зокрема, комп'ютерної інформаційно-діагностичної оздоровчої програми "Школяр"; підвищення професійної компетентності вчителів щодо створення сприятливих для здоров'я учнів умов у ході навчально-виховної діяльності з усіх навчальних предметів.

Висновках

Зазначені особливості зміцнення і збереження здоров'я школярів допоможуть розв'язати цю проблему на теоретичному і практичному рівні, поліпшити фізкультурно-оздоровчу роботу та формувати в учнів потребу у здоровому способі життя.

Список використаних джерел:

1. Бойченко Т. Основи здоров'я в національному курикулумі // Рідна школа. – 2009. – №1. – С. 56-59.
2. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 роки // Зібрання законодавства України. Постанови та розпорядження кабінету міністрів України 45/2006 від 8-15 листопада 2006 р. №1594 – К.: Український інформаційно-правовий центр, 2006. – №1. – С. 51-74.
3. Закон України "Про освіту" // Зібрання законодавства України. Звід законів України – К.: Український інформаційно-правовий центр, 2000. – №3. – С. 35-73.
4. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" // Зібрання законодавства України. Звід законів України – К.: Український інформаційно-правовий центр, 2000. – №3. – С. 66-97.
5. Калениченко І.О. Збереження і зміцнення здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу // Формування здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу: Мат. обл. наук.-практ. конф. – Суми, 2004. – С. 51-57.
6. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті // Педагогічна газета. – 2001. – № 7 (85), липень.
7. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту // Щотижневий збірник актів законодавства. – К.: Офіційний вісник України, 2004. – №39. – С.23-34.
8. Оржеховська В.М. Збереження репродуктивного здоров'я неповнолітніх. Навчально-методичний посібник / В.М. Оржеховська, Л.І. Габора. – К.: ТОВ "ХІК", 2004. – 124 с.
9. Успенська В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у загальноосвітньому навчальному закладі – вимога часу // Рідна школа. – 2009. – № 4. – С. 44-48.

The article considers the problem of the health of the schoolchildren, its protection and improvement in the context of the contemporary education. As the results of the investigation the author has made an attempt to define the pedagogical conditions and the peculiarities of the protection and improvement of the health of the schoolchildren in the system of the educational work with the consideration of the ecological situation of the environment.

Key words: health protection, health improvement, sound way of life, physical training, school curriculum, practical skills, physical improvement, health culture.

Отримано: 25.11.2010