

4. Наступність у навчально-виховній роботі дитячого садка і школи / За ред. З.Н. Борисової. – К.: Рад. школа, 1985. – 141 с.
5. Российская педагогическая энциклопедия: В 2 т. – М.: Изд-во БРЭ, 1994-1995.
6. Рубинштейн С.Л. О воспитании привычек у детей. – М.: Педагогика, 1996. – 150 с.
7. Тарунтаева Т.В. Преемственность в работе детского сада и школы // Преемственность в воспитании детей: теория и практика: Материалы междунар. научно-практ. конф. – Смоленск, 2001. – С. 3-4.
8. Формування здорового способу життя: Навч. посібник для слухачів курсів підвищ. кваліфікації / О.Яременко, О.Вакуленко, Л.Жаліло та ін. – К.: Укр. Інститут соціальних досліджень, 2000. – 232 с.

In the article experimental organizational-methodical work is described with the educators of preschool educational establishments and teachers of initial school from preparation of them to education of healthy way of life of children of senior preschool and junior school age taking into account principle of the following.

**Key words:** healthy way of life, preschool educational establishment, initial school, health education, collaboration with parents, continuous health education.

*Отримано 14.10.2009*

УДК 37.016:796:613

**Г. В. Бесарабчук**

*старший викладач, Кам'янець-Подільський національний університет  
імені Івана Огієнка*

**С. І. Жевага**

*кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник, Лабораторія  
фізичного розвитку Інституту проблем виховання АПН України (м. Київ)*

**М. Л. Коробка**

*начальник факультету, Київський національний університет внутрішніх справ*

## **ШЛЯХИ УДОСКОНАЛЕННЯ ЗМІСТУ ТА ТЕХНОЛОГІЙ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ ЛІЦЕЇВ З ПОСИЛЕНОЮ ВІЙСЬКОВО-ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ**

В даній статті автори розкрили зміст нових концептуальних підходів в організації навчально-виховного процесу ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою через призму формування фізкультурно-соціальних основ культури поведінки майбутніх військових.

**Ключові слова:** ліцейст, ліцей з посиленою військово-фізичною підготовкою, концептуальна модель, здоровий спосіб життя ліцейста, освітні технології.

**Актуальність та постановка проблеми дослідження.** Погіршення стану здоров'я школярів та учнівської молоді в Україні, на сьогоднішній день, стало не тільки медичною, але й складною педагогічною проблемою. Наявний стан пояснюється тим, що зменшується якість та кількість медичних послуг, процедури щеплення носять превентивний характер, а інколи й негативний, що не сприяє створенню свідомого позитивного ставлення учнівської молоді до збереження і зміцнення здоров'я.

Фізичний розвиток старшокласників-ліцеїстів вимагає наявності процесів збереження і зміцнення здоров'я, тому що на організм людини в цьому віці впливають фактори, які ведуть не тільки до фізіологічних, а й до різних соціальних відхилень. Такий стан речей висуває на перший план необхідність професійного вирішення вказаної проблеми з позицій створення в ліцеї умов для збереження і зміцнення здоров'я всіх суб'єктів освітнього процесу, розвитку культури ліцеїстів щодо формування здоров'я на основі здорового способу життя та практичної протидії через формування фізкультурно-соціальних основ культури поведінки майбутніх військових [2; 4].

**Метою** дослідження було розкриття змісту нових концептуальних підходів організації навчально-виховного процесу військового ліцею через призму формування фізкультурно-соціальних основ культури поведінки майбутніх військових.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставленої мети були використані методи порівняльного аналізу, синтезу, теоретичних моделей та узагальнення літературних джерел.

**Обговорення результатів дослідження.** Підвищення рівня культури здоров'я ліцеїстів і формування на його основі їх готовності до ведення здорового способу життя в навчальному закладі, в першу чергу, має вирішуватися в рамках самого навчально-виховного процесу. Пропаганда здорового способу життя серед вказаної категорії учнівського контингенту, в переважній кількості випадків, носить формалізований, розрізнений і стихійний характер. На жаль, ми в дослідженні часто стикалися з традиційною думкою науковців, що однією із головних причин зниження здоров'я ліцеїстів, я і в інших учнів загальноосвітніх навчальних закладів, є перенавантаженість навчальної програми. І, відповідно, зменшення навчального навантаження навчальної програми вирішить проблему збереження і зміцнення їх здоров'я. Тобто, пояснення цієї проблеми полягає в площині співставлення здоров'я ліцеїстів та об'єму і складності знань, вмінь і навичок, що створює протиріччя самому змісту навчально-виховного процесу, який, в першу чергу, повинен відповідати вимогам організації навчально-виховного процесу в навчальних закладах такого типу Міністерства освіти і науки України. Але зниження рівня та об'єму науково-технічної, гуманітарної та фахової інформації, особливо в умовах навчання в профільному ліцеї, з одного боку призведе до зниження навчального навантаження, а з іншого боку – до невідповідності сучасним вимогам до рівня знань, вмінь і навичок випускника військового ліцею. Також необхідно зазначити, що в ході дослідження, ми не знайшли наукових доказів того, що зміст навчальних програм перенавантажений і це призвело до прямих негативних наслідків стосовно здоров'я ліцеїстів чи учнів ЗНЗ, адже навчально-виховний процес завжди був важкою розумовою і фізичною діяльністю, особливо для підростаючого покоління.

Реформування сучасної системи освіти створює нові вимоги до доувзівської та допрофесійної підготовки учнів, до їх профорієнтації та відбору для наступного професійного навчання. Вчені вказують на те, що з'явилися нові шляхи оптимізації загальної середньої освіти – профілізація загальноосвітніх навчальних закладів. Їх тісна співпраця з вищими навчальними закладами та закладами професійної діяльності (Збройними Силами, вищими військовими навчальними закладами тощо), створення нових типів навчальних закладів (ліцеїв, гімназій) призвела до створення нових навчальних планів і навчальних програм, удосконалення змісту навчально-виховного процесу [5; 6].

В останні роки активізувалися наукові дослідження, що стосувалися здоров'я дітей в системі освіти: Р.І. Айзман, Г.Л. Апанасенко, В.Ф. Базарний, А.С. Батуєв, С.Н. Вайнер, Н.А. Голиков, Г.К. Зайцев, В.П. Казначеев, В.Н. Касаткін, В.В. Колбагов, М.Г. Колеснікова, Г.Л. Кураєв, В.О. Морозов, Л.Г. Татарнікова, З.І. Чуканова тощо, яка є предметом професіонального інтересу фахівців, що працюють не тільки в галузі медицини, але й в педагогіці, психології та інших соціально-гуманітарних наук [4].

Обґрунтування старшого шкільного віку як періоду інтенсивного та цілеспрямованого розвитку особистості, формування фізичного, психологічного і соціального компонентів здоров'я розкрито в працях Г.Л. Апанасенка, Л.С. Виготського, Ю.А. Гальських, В.Н. Філіппова, А.Г. Щедріної тощо.

Виходячи із вказаного, виникла необхідність проводити наукові дослідження щодо збереження здоров'я і фізичної працездатності старшокласників, учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою, на основі здорового способу життя, що дозволить їм успішно засвоїти зміст навчальних предметів як інваріантної так і варіативної частини навчального плану. Основою концептуального наукового дослідження ми вирішили вибрати організацію навчально-виховної діяльності ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою м. Кам'янець-Подільського, в основі якого лежить особистісна орієнтація педагогічного процесу на ведення здорового способу життя ліцеїста в ході допрофесійної підготовки.

Характеризуючи ліцеїста-старшокласника, як найбільш вразливого представника молодого покоління, необхідно вказати, що він знаходиться на етапі самовизначення в соціумі. Цей процес стосується як навчальної діяльності, спілкування з однолітками, так і свого місця й значення в суспільстві. В свою чергу, ці процеси вимагають від організму старшокласника максимального ефективного прояву діяльності всіх систем та їх співпраці. Зрозумілою видається теза про те, що головною умовою ефективного прояву діяльності всіх систем організму і, відповідно, працездатністю та успішністю є високий рівень психічного та соматичного здоров'я ліцеїстів. Забезпечення ж наявності такого рівня можливе лише при веденні ними здорового способу життя.

Однак, залишається ще не до кінця вирішеною проблема пошуку і прогностування нових методів, прийомів, технологій, відповідних форм організації навчальної діяльності і їх нового змісту, що має велике практичне значення для формування здорового способу життя в ліцеїстів.

Аналіз наукових досліджень та реалії практики в дослідженні змісту та технологій формування здорового способу життя учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою виявив декілька протиріч, які виявилися в тому, що існує вимога часу стосовно розробки системи формування здорового способу життя учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою та вираженою відсутністю психолого-педагогічних та соціальних технологій, які б вирішували вказані проблеми; необхідністю усвідомлення ліцеїстами особистісної ролі, значимості і специфіки формування здорового способу життя в умовах навчання в ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою та рівнем розробленості даної наукової проблематики та можливістю її впровадження в практичну діяльність ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Таким чином, актуальність, теоретична і практична значимість та недостатня розробленість змісту та технологій формування здорового способу життя учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою і визначила тему нашого дослідження.

Результати дослідження показали, що і система навчально-виховної роботи ліцеїв, і особистий рівень сформованості знань, вмінь і навичок ліцеїстів про здоровий спосіб життя потребують корекції та удосконалення, тому що обидві вказані складові знаходяться на початкових стадіях свого розвитку і результативності щодо практичного застосування. В цілому, ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою, за рахунок діяльності згідно Уставу Збройних Сил України та власного Статуту, вирішують, на певному рівні, вказані проблеми щодо дотримання ліцеїстами основ здорового способу життя. Але на основі отриманих нами результатів наукового дослідження, ми виявили резерви найбільш ефективного покращення змісту та технологій формування здорового способу життя учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Формування здорового способу життя ліцеїстів має відбуватися систематично протягом усього періоду навчання в ліцеї. В цьому процесі, як ми наголошували вище, необхідно враховувати психофізіологічні особливості ліцеїстів [1]. Загальна готовність ліцеїстів до ведення здорового способу життя передбачає сформованість всіх її складових компонентів: операційного, ціннісно-мотиваційного та практично-діяльнісного.

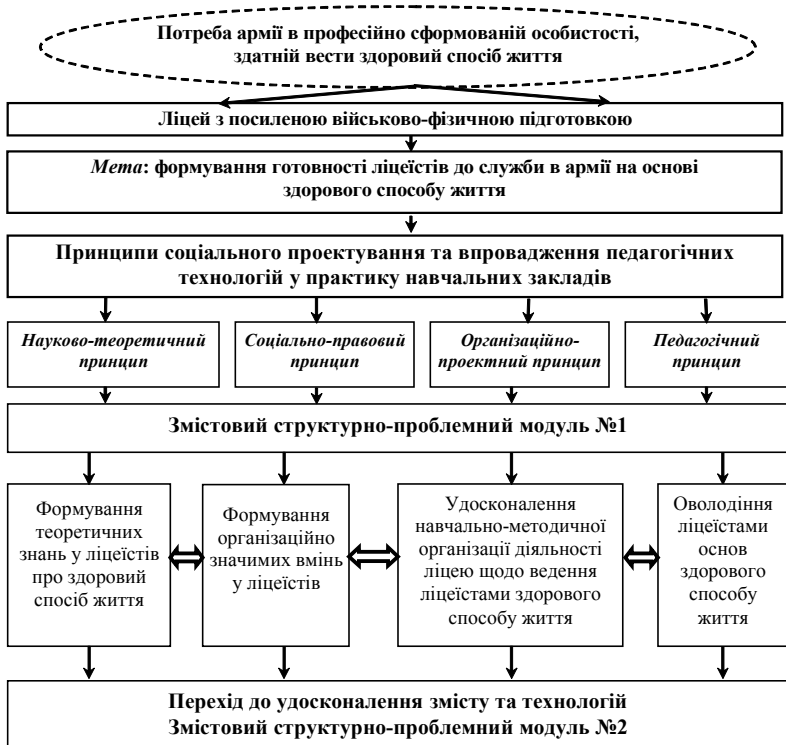
Мотиваційно-ціннісний компонент в своїй основі повинен мати теоретичні знання ліцеїста про збереження і зміцнення власного здоров'я, усвідомлення цінності здоров'я, наявність мотивації на ведення здорового способу життя та сприйняття здорового способу життя як умови успішної, творчої готовності ліцеїста до майбутньої служби. Всі вказані компоненти лежать в основі гармонійно розвинутої особистості. Формування цього компоненту готовності передбачає створення навколо ліцеїста такого навчально-пізнавального середовища, яке б спонукало його до ведення здорового способу життя постійно, формувало його світогляд і визначало спосіб життєдіяльності. Протягом періоду навчання в ліцеї ці процеси перетворюються в норму і стануть потребою особистості ліцеїста.

Особливий наголос необхідно зробити на важливості інтелектуальної складової готовності ліцеїста вести здоровий спосіб життя. Тобто, мова йде про те, що необхідно планомірно збільшувати кількість теоретичних знань, вмінь та навичок стосовно здорового способу життя, реалізувати потенціал типових навчальних дисциплін, ввести нові навчальні дисципліни здоров'язберігаючого характеру і сприяти створенню в ліцеї служби здорового способу життя. Типові навчальні дисципліни не можуть сповна розкрити весь потенціал вказаного напрямку, тому є необхідність демонструвати ліцеїстам певну модель здорового способу життя, яку б вони могли використати для власних потреб. Важливо не нагромаджувати кількість теоретичних знань, а створювати необхідні організаційно-методичні умови для їх використання ліцеїстами у формі задоволення звичайних доступних потреб. Послідуючою буде практична складова, до якої ми повернемося в наступних публікаціях.

Для детального розуміння структури і змісту наукової проблеми, нами було розроблено концептуальну модель (див. *рис. 1*), яка розкриває змістові, організаційні та діяльнісні складові формування основ здорового способу життя ліцеїстів, учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою. Ця модель дасть можливість підвищити професійну компетентність фахівців з фізичної культури та працівників ліцею, розкриє нові можливості ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою щодо організації безперервного здоров'язберігаючого режиму діяльності навчального закладу з урахуванням специфіки закладу та індивідуальних особливостей 15-17 річних ліцеїстів та покращить

співпрацю закладу з сім'єю ліцеїста. Важливим аспектом моделі також буде планування та організація самостійної діяльності ліцеїста щодо ведення ним здорового способу життя та активного відпочинку в ліцеї.

Аналізуючи зміст першої частини моделі, а саме змістового структурно-проблемного модуля №1. Він включає в себе чотири структурних елементи, які розкривають особливості формування теоретичних знань у ліцеїстів про здоровий спосіб життя, формування організаційно значимих вмінь у ліцеїстів, удосконалення навчально-методичної організації діяльності ліцею щодо ведення ліцеїстами здорового способу життя та оволодіння ліцеїстами основ здорового способу життя.



*Рис. 1. Модель формування основ здорового способу життя ліцеїстів, учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою (1 частина)*

Характеризуючи зміст першої складової моделі, необхідно відзначити, що ліцеїсти отримують окремі знання про здоров'я та здоровий спосіб життя на основі вивчення навчальних предметів, які лежать в основі отримання ними, згідно вимог Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти (Постанова КМУ № 24 від 14.01.04 року) [3], а саме інваріантна складова передбачає дотримання всіма навчальними закладами, що надають загальну середню освіту, єдиних вимог до загальноосвітньої підготовки учнів, а варіативна складова спрямована на забезпечення індивідуальної орієнтованості змісту освіти. Також в Стандартах вказано, що під час складання типових навчальних планів для учнів спеціалізованих шкіл, гімназій, ліцеїв і колегіумів дозволяється перерозподіляти

між освітніми галузями до 15 відсотків навчального часу, визначеного інваріантною частиною Базового навчального плану. Змістове наповнення освітніх галузей інваріантної складової визначається Державним стандартом. Змістове наповнення варіативної складової формується навчальним закладом з урахуванням особливостей регіону, типу закладу, індивідуальних освітніх потреб учня. На цій базі розробляється базовий навчальний план МОН, а на його основі типові навчальні плани для загальноосвітніх навчальних закладів [3].

Основними складовими діяльності педагогічних працівників ліцею та ліцеїстами є:

- введення в навчальний процес, в якості варіативної складової, навчальний курс «Основи готовності ліцеїста до ведення здорового способу життя»;
- створення структури «Патруль здорового способу життя ліцеїстів», яка б координувала співпрацю між керівництвом ліцею, навчальною, медичною частинами ліцею, педагогічним колективом на чолі з вчителями фізичної культури, психологами, батьківським контингентом та ліцеїстами;
- дотримання санітарно-гігієнічних вимог до режиму та умов навчання і відпочинку ліцеїстів;
- організація і проведення навчальних, оздоровчих, профілактичних та спортивно-масових заходів з ліцеїстами

То ж, діяльність педагогічного, батьківського та учнівського колективів передбачає досягнення такого рівня активності ліцеїстів щодо збереження і зміцнення здоров'я та ведення здорового способу життя, який забезпечить систематичний, безперервний процес формування основ здорового способу життя ліцеїстів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою в ході їх підготовки до служби в армії.

Для більш детального розуміння концептуального змісту моделі, необхідно, на нашу думку, детально розглянути зміст підрозділу «Удосконалення навчально-методичної організації діяльності ліцею щодо ведення ліцеїстами здорового способу життя».

Зміст структури «Патруль здорового способу життя ліцеїстів» – це організаційна форма співпраці працівників ліцею та батьківського колективу по забезпеченню умов для збереження і зміцнення здоров'я ліцеїстів в умовах освітнього процесу; розвиток культури здоров'я і формування у ліцеїстів на її основі культури здорового способу життя.

Керівництво ліцею має можливість самостійно визначати персональну штатно-організаційну кількість працівників структури. Керівником структури має бути призначений заступник начальника ліцею з навчальної роботи. Зрозуміло, що вказана структура є новим елементом діяльності ліцею і тому її створення викликає необхідність якісного підбору працівників і належного методичного забезпечення їх діяльності. Відповідно, для якісної роботи фахівців структури виникне необхідність створення навчально-методичної документації, і в першу чергу, навчальних і робочих навчальних програм.

Для того щоб була створена така структура в ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою, необхідно розробити науково-нормативне забезпечення створення і діяльності структури в ліцеї, виходячи з його кадрових, інформаційних, методичних та матеріально-технічних можливостей.

Основна мета створення структури «Патруль здорового способу життя ліцеїстів» – створення в ліцеї здоров'язберігаючого освітнього середовища, яке буде функціонувати на основі ідеї формування здорового способу життя військових ліцеїстів та з позитивним впливом на організацію життя навчального за-

кладу в цілому. Відповідно, для реалізації вказаної мети, колектив структури має можливість організувати в ліцеї здоров'язберігаюче освітнє середовище, яке забезпечить збереження здоров'я і працездатності ліцеїстам та педагогам; підвищить рівень культури здоров'я ліцеїстів, педагогічних працівників, батьків і забезпечить на цій базі формування їх готовності до ведення здорового способу життя і створяться сприятливі умови для набуття ліцеїстами знань, вмінь і навичок ведення здорового способу життя, що ляже в основу формування їх готовності до служби в армії.

Під час розробки концептуального підходу, в контексті нашого дослідження, ми дотримувалися вимог принципів соціального проектування та впровадження педагогічних технологій у практику навчальних закладів.

*Науково-теоретичний* принцип пов'язаний з систематичністю, відсутністю протиріч та функціональною доповнюваністю методології створення структури, що відображено в меті і завданнях структури, нової організації роботи навчального закладу, оздоровчого режиму та дотримання вимог здоров'язберігаючих методик.

*Соціально-правовий* принцип використовується як запобіжник створенню протиріч в проектуванні та плануванні діяльності структури основним державним нормативно-правовим документам планування галузі, що відображається в дотриманні вимог організації навчально-виховного процесу в ліцеї та при створенні основних нормативних документів структури, яких майже відсутні і визріла термінова їх розробка.

*Організаційно-проектний* принцип дає можливість виявити цільову аудиторію структури, її доцільність та корисність, створюючи передумови для проведення системного аналізу ліцеївської освіти, її можливих ресурсів, потенціалу та проблем з внесенням відповідних коректив.

*Педагогічний* принцип дає можливість дотриматися основних психолого-педагогічних вимог навчально-виховного процесу, вимоги яких було враховано в ході проектування та створення моделей структури «Патруль здорового способу життя ліцеїстів», яка врахувала специфіку професійної діяльності педагогічних працівників та їх компетентність.

**Висновки.** Таким чином, в основі створення моделі формування основ здорового способу життя ліцеїстів, учнів ліцеїв з посиленою військово-фізичною підготовкою та структури «Патруль здорового способу життя ліцеїстів» в ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою, знаходиться технологія системного та індивідуального підходів до здоров'я ліцеїстів через призму педагогічно обґрунтованого способу формування їх готовності до ведення здорового способу життя.

**Перспективи подальших досліджень:** передбачається проведення теоретико-методологічного аналізу та експериментальна перевірка педагогічної ефективності розробленого концептуального підходу в спеціалізованих навчальних закладах – ліцеях з посиленою військово-фізичною підготовкою.

#### Список використаних джерел:

1. Бесарабчук Г.В. Вплив пізнавальних інтересів учнів ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою на формування їх готовності до ведення здорового способу життя / Г.В. Бесарабчук // Вісник Кам'янець-Подільського національного університету. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2008. – Вип. 1. – С.149-157.

2. Васильева Н.В. Комплексный подход к организации здоровьесозидающего учебного процесса / Н.В. Васильева // Служба здоровья образовательного учреждения: Методическое обеспечение деятельности специалистов: Сборник методических материалов / Служба здоровья образовательного учреждения: от замысла до реализации: Учебно-методический комплект / Под науч. ред. М.Г. Колесниковой. – Спб.: АППО, 2006. – Вып. 2. – С. 5-8.
3. Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти: станом на 14 січня 2004 року / Верховна Рада України: Офіц. вид. – К.: Парлам. видав., 2004. – 102 с. – (Бібліотека офіційних видань).
4. Сизен Т.В. Формирование основ социально-валеологической культуры старшеклассников в молодежной среде общеобразовательной школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.02 «Теория и методика обучения и воспитания (социальное воспитание в разных образовательных областях и на всех уровнях системы образования)» / Т.В. Сизен. – М., 2008. – 32 с.
5. Тарапата Н.И. Системный анализ психофизиологических факторов при оптимизации успешности обучения в медицинском лицее // Индивидуальные психофизиологические особенности человека и профессиональная деятельность: Тезисы докладов II научной конференции. / Н.И. Тарапата, В.В. Латышев, В.А. Антонов. – Черкассы, 1997. – С. 121
6. Тарапата Н.И. Валеологические аспекты организации и проведения учебно-воспитательного процесса в медицинском лицее // Здоровье и образование: проблемы и перспективы: Материалы всеукраинской научно-методической конференции / Н.И. Тарапата, Б.Г. Попов, Т.В. Латышева; Под ред. А.Г. Рыбковского. – Донецк: ДонГУ, 2000. – С. 106.

In this article authors exposed maintenance of new conceptual approaches in organization educational-educate to the process of lyceum with the increased military-physical preparation through the prism of forming athletic-social bases of culture of conduct of future soldiery.

**Key words:** student of lyceum, lyceum with the increased military-physical preparation, conceptual model, healthy way of life of student of lyceum, educational technologies.

*Отримано 2.10.2009*

УДК 614

**Р. С. Бутов**

*викладач, Кам'янець-Подільський національний університет  
імені Івана Огієнка*

## **ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ, ЯК ОДИН З ОСНОВНИХ ЧИННИКІВ ЗБЕРЕЖЕННЯ ТА ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я**

У статті розглянуто питання дослідження причин погіршення стану здоров'я людей, та аналіз впливу дотримання здорового способу життя на здоров'я суспільства.

**Ключові слова:** здоровий спосіб життя, здоров'я людини.

**Постановка проблеми.** Здоров'я – безцінне надбання не тільки кожної людини, але і всього суспільства. Здоров'я допомагає нам виконувати наші плани, успішно вирішувати основні життєві завдання, долати труднощі, а якщо