

батьки активно залучаються до педагогічного процесу, що дуже важливо для перших самостійних кроків у середній ланці в період адаптації.

Реалізація завдань відбувається через активізацію символотворчої функції психіки учнів, її динамічних характеристик, внутрішнього ресурсу особистості до саморозвитку. Розроблені методичні рекомендації є комплексом психолого-педагогічних технік і прямого, і опосередкованого впливу на особливості емоційної зрілості молодших підлітків. У дітей покращуються комунікативні навички, зникає напруга, тривожність, вони стають більш відвертими, впевненими, вільно висловлюють свої думки. За допомогою казки діти одержують нові враження, соціальний досвід, поводять себе не так, як від них вимагають, а так, як їм хочеться.

Отже, на уроках рідної мови з використанням методів арт-терапії учні 5-6 класів отримують не тільки знання рідної мови, а і знання для розпізнання своїх емоцій та відчуттів, діти можуть відчувати емоційний стан іншої людини та сприяти доброзичливим стосункам один з одним, а це гарантує загальне психічне оздоровлення дітей молодшого підліткового віку.

*Стаття надійшла до редакції 23.04.2010 р.*

**М. В. Размолодчикова, А. О. Рябовол**  
*бакалавр педагогічного факультету;  
бакалавр педагогічного факультету,  
Криворізький ДПУ*

## **УТВЕРЖДЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СЕРЕД МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ**

У статті автор висвітлює актуальну проблему збереження здоров'я, яке є запорукою розвитку гармонійної особистості та професійних якостей майбутніх вчителів початкових класів.

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

В статье автор описывает актуальную проблему сохранения здоровья, которое является залогом развития гармоничной личности и профессиональных качеств будущих учителей начальных классов.

**Ключевые слова:** здоровье, здоровый образ жизни, компетентность.

In the article an author describes the issue of the day of maintenance of health which is the mortgage of development of harmonious personality and professional qualities of future teachers of initial classes.

**Keywords:** health, healthy way of life, competence.

Здоровий спосіб життя – надійний, діяльний спосіб збереження і зміцнення здоров'я. Відомо, що здоров'я потрібно берегти змолоду, тому і основним завданням у вихованні є дбайливе ставлення до свого здоров'я, формування здорового способу життя.

Проблема збереження і зміцнення здоров'я населення, й особливо

молоді, залишається однією з найбільш актуальних для держави. Про це свідчать закони та постанови уряду. У Конституції України, «Основах законодавства України про охорону здоров'я», програмі «Діти України» наголошується на необхідності збереження та зміцнення здоров'я молоді. У Концепції фізичного виховання в системі освіти України відзначається різке погіршення стану здоров'я і фізичної підготовки молоді. На початок 90-х років фізичний стан дітей досяг критичної межі та щороку погіршується. 90 % учнів мають хронічні захворювання і фізичні відхилення в розвитку. Однією з причин цього називають кризу національної системи фізичного виховання населення. З усією гостротою перед державою постає проблема боротьби за збереження здоров'я нації.

Закон України «Про фізичну культуру і спорт» та інші документи свідчать, що фізичне виховання повинно сприяти формуванню відповідального ставлення до свого здоров'я і здоров'я оточуючих як вищої індивідуальної цінності.

У Національній доктрині розвитку освіти одним із пріоритетних напрямків державної політики в галузі освіти є пропаганда здорового способу життя [1, с. 2].

Стародавній лікар і філософ Авіцена стверджував: «Головним скарбом життя є здоров'я, і щоб його зберегти, потрібно багато знати». За роки навчання в школі учні мають здобути глибокі, різнобічні знання про здоров'я людини з різних галузей науки, що є підґрунтям для формування умінь і навичок, які допомагають людині підтримувати власне здоров'я.

Мета статті: висвітлити зміст поняття «здоров'я» та довести його необхідність для професійної діяльності майбутніх вчителів початкових класів.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Гармонійний розвиток дитини, що передбачає її фізичне, психічне, духовне здоров'я, інтелектуальну достатність, морально-етичну досконалість, є нині пріоритетом у розвинутих країнах світу.

Але разом із тим у всьому світі зростає стурбованість громадськості погіршенням стану фізичного, психічного та духовного здоров'я школярів.

Значний поштовх до вироблення наукової концепції здорового способу життя людини одержано завдяки працям таких відомих дослідників як

А. М. Изуткін, А. Д. Степанов, Г. І. Царегородцев. Вони вважають, що здоров'я є «загальнолюдською цінністю і поступово перетворюється на значущий показник і одночасно на необхідну передумову прогресу соціальної системи в цілому і особистості зокрема» [4, ].

Учені П. Бреґг, В. Дільман, П. Іванов, Ю. Мерзляков, А. Подтиб'якін, К. Херзлич, А. Царик виділяють один із аспектів явища, або один із способів досягнення здорового способу життя і акцентують свою увагу на його вивченні. Але запропоновані в такому випадку заходи культивування

здорового способу життя не мають системного характеру.

Проблемі здорового способу життя як важливого чинника особистості, сучасному досвіду і методиці впровадження оздоровчої освіти та виховання дітей і молоді присвятили свої дослідження науковці О. Д. Дубогай, С. І. Жупанин, В. І. Туташинівський та ін.

Нині значна увага науковців звернена на питання мотивації до необхідності ведення здорового способу життя як важливого чинника розвитку особистості, організації систематичної роботи з виховання здорового способу життя з використанням багатого національного досвіду й усталених традицій українського народу [2, с. 48-50].

**Виклад основного матеріалу.** За останні десятиліття у світовому масштабі проблема здоров'я увійшла до глобальних проблем людства. Що таке здоров'я? Здавалося б, тут і питати нічого: кожен знає – здоровий, отже не хворий. Навіть за виглядом, за зовнішніми ознаками можна визначити здорову людину. У Великому тлумачному словнику сучасної української мови знаходимо таке визначення поняття «здоров'я»: «Здоров'я – стан організму, за якого нормально функціонують усі його органи» [3, с. 455].

Як свідчить аналіз психолого-педагогічної літератури, педагогічна практика вищої освіти, головною метою вищого навчального закладу є професійна підготовка майбутніх фахівців до виконання відповідних до спеціальності обов'язків.

Невід'ємною складовою загальної та професійної культури майбутнього вчителя початкових класів є забезпечення здорового способу життя, збереження і зміцнення особистісного здоров'я студентів, а також їх готовності до забезпечення здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку.

Досліджуючи процес підготовки майбутнього педагога у вищій школі, науковці, перш за все, прагнуть розв'язати питання, які пов'язані з визначенням показників ефективності цієї підготовки, що пропонується (Н.Н.Завидівська, В.В.Нестеренко, В.О. Сластьонін, Ф.М. Гоноболін, Н.В. Кузьміна, О.І.Щербаков та інші.). В одних випадках для визначення таких показників підставою є професіограма або модель майбутнього фахівця, що складається із системи вимог до його діяльності і переліку знань та вмінь, особистісних якостей, що можуть їх задовольнити (В.О.Сластьонін). В основі цієї моделі покладено якість підготовки майбутнього педагога у вищій школі. Результати готовності співвідносяться з показниками професіограми.

В інших дослідженнях (Ф.М.Гоноболін, Н.Н.Книш, Н.В.Кузьміна, О.І.Щербаков та інші) якість підготовки студентів до професійно-педагогічної діяльності визначається наявністю та розвиненістю навичок і вмінь, що забезпечують готовність майбутніх педагогів до педагогічної діяльності, а саме: конструктивного, комунікативного, організаційного, гностичного, прогностичного та інших. Якість підготовки майбутніх педагогів буде тим вищою і кращою, чим більше сформовано в них

**відповідних умінь і навичок.**

Структура професійної діяльності педагога іноді визначається через його функції, до яких відносять інформаційну, виховну, розвивальну, дидактичну, орієнтаційну, методичну, дослідницьку та інші (О.І.Щербаков). Наявність та кількість умінь і навичок, що забезпечують виконання виокремлених функцій також є показниками якості підготовки майбутнього педагога. Подекуди показником якості підготовки майбутніх вчителів початкових класів до професійної діяльності обираються такі психологічні якості, як когнітивний, операційно-дієвий і мотиваційний компоненти (Н.Н.Завидівська, В.В. Нестеренко, А. Сицинський та інші).

Так, у дослідженні Н.Н.Завидівської уперше розроблено, експериментально перевірено та запроваджено у навчально-виховний процес модель професійно-прикладних основ формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів, основними складовими якої є принципи формування здорового способу життя, оптимальний режим рухової активності та педагогічні умови управління. Причому, ці складові виявлено на основі вивчення та аналізу мотиваційних чинників і потреб щодо ведення здорового способу життя студентів. На матеріалі експериментальних даних визначено оптимальний режим рухової активності, види фізичних вправ професійно-прикладного та оздоровчого спрямування для майбутніх педагогів із метою формування здорового способу життя та підтримки високої працездатності. Головним засобом формування здорового способу життя у студентів використовувалась фізична культура. На цій основі розкрито суть педагогічних умов управління процесом формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів, поглиблено класифікацію принципів формування здорового способу життя.

Практичне значення проведеного дослідження полягає в експериментальній апробації та впровадженні у навчально-виховний процес розробленої автором моделі професійно-прикладних основ формування здорового способу життя; виявленні принципів формування здорового способу життя, котрі, на відміну від нині існуючих, мають професійно-прикладну спрямованість; у визначенні оптимального режиму рухової активності, видів вправ оздоровчого спрямування та відповідних умов управління для студентів вищих навчальних закладів. Врахування індивідуального підходу до студентів сьогодні стає основою навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах освіти. При цьому, безумовно, прогресивною тенденцією є прагнення до цілісного пізнання людини.

В основі системного підходу до пізнання особистості студента, педагогічного управління її розвитком, вважає Н. Н. Завидівська, лежить індивідуальний підхід. При цьому індивідуальність людини вона розглядає як саморозвиваючу і самоорганізовану систему, яка складається з відносно замкнутих підсистем або ієрархічно організованих рівнів індивідуальних

властивостей. «Це не сукупність якихось якостей однієї людини, яка відрізняє її від іншої сукупності якостей іншої людини. Це особливий характер зв'язків між усіма властивостями людини, що відносять до різних ступенів розвитку матерії – біохімічних, фізіологічних, психологічних, особистісних, соціально-психологічних і т.п., тобто це цілісна характеристика індивідуальності (Н. Н. Завидівська).

Дослідження доводить, що індивідуальні властивості, які відносять до різних підсистем (різнорівневі), на відміну від однорівневих, що належать до однієї підсистеми і перебувають у жорсткій однозначній залежності один з одним, пов'язані між собою статично і багатозначно. Такий тип зв'язку має місце між будь-якими ієрархічними рівнями властивостей інтегральної індивідуальності. У зв'язках між різнорівневими властивостями в інтегральній індивідуальності завжди є одна або декілька опосередкованих ланок. На достатньому фактичному матеріалі автор показує, що становлення цих ланок дуже важливе, тому що шляхом створення умов для виникнення тієї чи іншої ланки викладач отримує можливість цілеспрямовано впливати на розвиток індивідуальності, тобто, усуваючи протиріччя між окремими різнорівневими властивостями, він сприяє гармонізації системи в цілому.

Цікавими є виявлені автором види активності студентів: моторна, сенсорна, інтелектуальна, емоційна, вольова, соціальна і т.д. Очевидно, не всі вони є рівнозначними для розвитку особистості людини. Вірогідно, у кожному виді діяльності якийсь один (або одночасно декілька) видів активності є провідними.

Саме індивідуальні особливості моторної, вольової та емоційної активності будуть опосередковувати зв'язки між різноманітними підсистемами особистих якостей студента, який займається активною фізичною культурою: нервовою системою і темпераментом, нервовою системою і особистістю, темпераментом і особистістю, тобто головними рівнями індивідуальних якостей людини.

Керуючись зазначеними аспектами, закономірностями, та враховуючи все вище сказане, можна визначити принципи формування здорового способу життя, використання яких сприятиме формуванню здорового способу життя у майбутніх вчителів початкових класів.

Особливе значення у професійній підготовці майбутніх вчителів до забезпечення здорового способу життя дітей має їх компетентність в цій діяльності. Багато дослідників вважають основою такої компетентності валеологічну культуру.

З метою розв'язання проблеми валеологічного виховання групою вчених (Бойченко Т.Е., Вадзюк Н.В., Горащук В. П. та ін.) було розроблено Концепцію неперервної валеологічної освіти в Україні, яка є складовою частиною загальної Державної програми національної освіти.

Основна її мета – зберегти та зміцнити здоров'я українського народу,

формуючи валеологічний світогляд, виховуючи свідоме та дбайливе ставлення до власного здоров'я як головної умови реалізації творчого і фізичного потенціалу особистості.

Безпосередньо розгляду питань з підвищення компетентності майбутнього педагога у сфері здоров'я та безпеки життєдіяльності присвятили свої праці О. Гречишкіна, В. Заплатинський, В. Петренко, І. Потанюк, В. Сливко та ін. Проте, як засвідчує проведений аналіз, названі науковці у своїх роботах фокусують увагу переважно на формуванні в студентів знань і вмінь здорового способу життя, підвищенні в ієрархії життєвих цінностей цінності здоров'я.

**Висновки.** Фізичну культуру особистості можна визначити як сукупність властивостей людини, які набуваються в процесі фізичного виховання і виражаються в її активній діяльності, спрямованій на всебічне вдосконалення своєї фізичної природи та ведення здорового способу життя. Фізичне виховання у навчально-виховному процесі вищих закладів освіти сприятиме оптимізації процесу формування здорового способу життя лише тоді, коли базуватиметься на певних принципах: безперервність процесу навчання; запровадження нових технологій навчання, оскільки життя постійно змінюється; навчання повинно приносити задоволення; оцінювання – це процес навчання, а не його наслідок; кінцева мета – вміння використовувати у майбутньому систему набутих знань і навичок.

#### Література

1. Акімова І. М. Утвердження здорового способу життя серед учнів початкових класів / І. М. Акімова // Початкове навчання і виховання. – 2009. – № 31 (215). – С. 2-5.
2. Ващенко О. Здоровий спосіб життя – важливий чинник виховання особистості: теоретико-методологічний аспект / О. Ващенко // Початкова школа. – 2004. – № 4. – С. 48-50.
3. Великий тлумачний словник сучасної української мови / Уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К.: Ірпінь: ВТФ «Перун», 2009. – С. 455.
4. Дубогай О. та ін. Інтеграція пізнавальної рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів: Методичний посібник для вчителів початкової школи та фізичної культури, студентів та батьків. – К.: Оріяни, 2001. – 152 с.
5. Формування здорового способу життя молоді: проблеми і перспективи: Навч. посіб [О. Яременко та ін], – К.: Український інститут соціальних досліджень, 2000, – 232 с.

*Стаття надійшла до редакції 30.03.2010 р.*