

УДК 371.2:37.03
МОРОЗ Ю.М.
(Полтава)

ОСОБЛИВОСТІ ШКІЛЬНОГО ВІКУ В ОЗДОРОВЧОМУ ПРОЦЕСІ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ

Ключові слова: молодша школа, оздоровлення, учень, вікова періодизація, вчитель, школа.

Актуальність і постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку педагогічної науки однією з провідних залишається проблема всебічного розвитку

особистості, в тому числі й фізичного. Особливе місце в цьому процесі належить оздоровленню молодших школярів, які перебувають у соціально-віковому періоді, надзвичайно сприятливому щодо формування стійких психічних та фізичних особливостей, здатних у подальшому визначити життєвий вибір людини, її долю. Серед найдієвіших засобів оздоровчої роботи в школі традиційно називають фізичне виховання як невід'ємну частину виховання в цілому, соціально-педагогічний процес, спрямований на зміцнення здоров'я, гармонійний розвиток форм і функцій людського організму.

Особливості сучасних умов життя, швидкий темп розвитку техніки, модернізація навчальних і трудових процесів, ріст інформації пред'являють до організму дитини високі вимоги. Пластичність функціональних систем здорової дитини сприяє порівняно швидкій їх адаптації до різноманітного впливу навколишнього середовища. І, навпаки, незначні відхилення в стані здоров'я дитини приводять до того, що організм не завжди адекватно реагує на навчальне навантаження. Недостатня рухова активність приводить до функціональних розладів, а потім – і до хронічних захворювань. В школах недостатньо активно проводяться фізкультурно-оздоровчі заходи серед учнів. Фізичне і розумове навантаження повинні відповідати віковим і функціональним можливостям учнів, а відпочинок – забезпечувати найбільш ефективне відновлення працездатності. Тільки тоді режим дня буде відповідати гармонійному розвитку і зміцненню здоров'я школярів. Вік від 5 до 10 років є найбільш сприятливим для розвитку головних фізичних якостей і координаційних здібностей, формування підґрунтя майбутнього потенціалу здоров'я, виховання звички і любові до занять спортом, і особливо саме в молодшому шкільному віці, в зв'язку із слабким рівнем здоров'я, відбуваються неповоротні негативні процеси в організмі, які потім негативно впливають і на весь процес становлення організму.

Аналіз досліджень та публікацій. Звернення до оздоровлення молодших школярів в навчально-виховному процесі стає дуже актуальним сьогодні. Багато вчених, педагогів розглядають цю тему у своїх працях. Фундаментальні проблеми теорії оздоровлення молодших школярів в навчально-виховному процесі висвітлені в роботах М.Гриньової, Л.Борисової, Г.Новикової, В.Сухомлинського, В.Лук'яненко, О.Баранової та ін. Питанням оздоровчих технологій присвячені праці Л.Єлізарової, В.Усанової, І.Дружиніна, С.Свириденко, І.Піскунової, В.Корж, Є.Чаритонової та ін. Проблемі здорового способу життя в освіті європейських країн досліджують Н.Василенко, В.Медведев, І.Скачков, Л.Уфішевц, М.Зубалій та ін.

Значущі для організації оздоровлення характеристики молодших школярів варто розпочати з розгляду особливостей цього вікового періоду.

На сьогодні у вітчизняній практиці прийнято поділяти шкільний вік на молодший (6-7 – 11-12 років); середній, або підлітковий (12-15 років); старший, або юнацький (15-18 років) [7]. Проте проблема розмежування періодів життя людини і дитинства зокрема стояла перед філософією, а пізніше – перед психологією, педагогікою, фізіологією. При цьому до уваги бралися найрізноманітніші критерії виділення вікових груп, що, відповідно, мали різні часові межі.

Перші такі спроби в історії європейської педагогічної думки було зроблено давньогрецькими філософами. Так, обґрунтовуючи проект ідеальної держави, Платон (427-347 рр. до н.е.) пропонує і відповідну освітньо-виховну систему [10]. Діти 3-6-річного віку, уважав Платон, повинні здобувати виховання „на майданчиках” при храмах під проводом призначених державою жінок-вихователів. Другий період – від 7 до 12 років, коли дітей обох статей у державних школах навчають

читання, письма, лічби, музики та співів. Наступні освітні групи поділялися на загальні (навчання у віці 12-16, 16-18 та 18-20 років) і ті, до складу яких входили найбільш здібні (навчання від 20 до 30, від 30 до 35, що припиняється на період роботи на визначних державних посадах і поновлюється у формі самовдосконалення після 50 років).

Подібна вікова періодизація характерна і для системи середньовічного лицарського виховання: до 7 років хлопчики виховувалися в сім'ї, з 7 до 14 виконували обов'язки пажа при дружині сюзерена, з 7 до 21 – були його зброєносцями і лише в 21 рік посвячувалися в лицарі на знак своєї соціальної зрілості.

На початку ХVІІ ст. Я.-А. Коменський пропонує періодизацію розвитку дітей, що, за його задумом, має лежати в основі змісту навчання. Вона охоплює вік від народження до змужніння (24 роки) і передбачає до 6 років сімейне виховання. Від 6 до 12 років (підлітковий вік) усі без винятку хлопчики й дівчатка відвідують школи, де вивчають найбільш важливі для життя предмети. Освіта від 12 до 18 та від 18 до 24 років уже не є загальною: дівчатка після 12 років не навчаються, а з 18 років освіта стає вибірковою і для юнаків [11].

Г. Ващенко (1878-1967) уважав доречним такий поділ на вікові групи: материнський догляд або ясла – до 3-х років, дитячий садок – 3-6 років, початкова школа – 6-14 років, середня школа – 14-18 років, висока школа – 18-23 роки [8].

У сучасній українській педагогіці найбільш популярною є вікова періодизація, запропонована В. Крутецьким: новонароджений (до 10 днів); немовля (до 1 року); ранній дитячий вік (1-3 роки); переддошкільний період (3-5 років); дошкільний (5-6(7) років); молодший шкільний (6(7)–11 років); підлітковий (11-15 років); вік старшокласників (15-18 років) [1].

Таким чином, вік від 6 до 11 років традиційно виокремлюється як надзвичайно значущий у психосоціальному та інтелектуальному розвитку людини. Проте, будучи нероз'ємним синтезом фізіологічного та психічного, дитина має в цьому віці низку біологічних особливостей, які, з одного боку, зумовлюють специфіку її інтелектуальних та соціальних характеристик, а з іншого – безпосередньо чи опосередковано зумовлюються останніми.

Формулювання цілей роботи. Дослідити вікові особливості організації оздоровлення молодших школярів у навчально-виховному процесі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідники [2; 3; 5; 6; 8; 10] зазначають, що молодший шкільний вік є найсприятливішим періодом для закладання фундаменту практично всіх фізичних якостей. Разом з тим режим шкільних занять істотно обмежує один з основних природних чинників їх формування – руху. Тому „азами” оздоровчої роботи в цей період є компенсація скороченої рухової активності молодшого школяра.

Особливості фізичного розвитку дитини в цей віковий період, що їх слід враховувати при організації оздоровчої рухливості, насамперед пов'язані з формуванням опорно-рухового апарату. Дитячий організм має цілком сформовані фізіологічні механізми адаптації як до умов навколишнього середовища, так і до фізичних навантажень, незважаючи на те, що, порівняно з організмом дорослого, він реактивніший.

Початкова школа може і повинна зміцнювати цей механізм, здійснювати різнобічний вплив на фізичну сферу життя дитини. Особливість такого впливу визначається низкою специфічних для контингенту молодших школярів факторів, зокрема:

– рівнем психічного, фізичного і соціального розвитку дітей загалом та в ракурсі індивідуального підходу;

– віковою і соціально зумовленою обмеженістю можливостей вибору здорової та нездорової поведінки в таких сферах, як уживання наркотичних речовин, організація дозвілля, в поєднанні з засвоєнням негативних соціальних стереотипів щодо змісту «дорослого» життя;

– одночасною зорієнтованістю виховного впливу на сучасне та майбутнє дитини і пов'язаною з цим певною гіпотетичністю змісту переконуючих дій, настанов тощо.

Істотною особливістю учнів молодших класів є те, що психічний і соціальний аспекти здоров'я (і, відповідно, оздоровлення) виступають у нерозривному поєднанні, що в подальші вікові періоди не настільки характерно. Взаємини з класним колективом як найбільш значущим соціальним утворенням і педагогами як найбільш значущими (особливо на початку шкільного життя) представниками „великого соціуму“, носіями норм і правил життя в суспільстві, виступає чи не найвагомішим чинником психічного комфорту чи дискомфорту маленького учня. Тому особливо важливо, щоб міжособистісна взаємодія між учителем та учнем, учителем та дитячим колективом, між окремими учнями та учнівськими угрупованнями була повноцінною з оздоровчої точки зору, стимулювала та закріплювала позитивні зрушення у цій сфері.

Сьогодні в початковій школі України набуває поширення особистісно орієнтована модель навчально-виховних взаємин. Її значною перевагою перед формально-авторитарною моделлю є гуманізація і гуманітаризація, формування в учнів здатності до самостійного і ефективного засвоєння знань, визнання самотності й самоцінності кожної особистості, її суб'єктивного досвіду. Освіта все в більшій мірі виступає як фундамент цивілізованого розвитку в цілому [3]. Разом з тим, особистісно орієнтоване навчання виводить деякі поняття за межі усталеного змісту, дає змогу їх сучасного осмислення. Так, закономірно, що саме в цих умовах поняття здоров'я вийшло за межі суто медичного аспекту, набуло особистісно детермінованого, морального та духовного змісту.

Особистісно орієнтоване навчання ставить перед учителем завдання забезпечити розвиток суб'єктності дитини (що адекватно забезпеченню реалізації потенціалу саморозвитку), її інтелектуальний розвиток, формування в світогляді учня цілісної картини світу [2]. Ця картина може бути дійсно цілісною тільки за умови самовизначення дитини у світі, а також усвідомлення особистої відповідальності за все, що було вкладено природою і суспільством у неї як біологічну та соціальну істоту, неповторну індивідуальність.

Все це дає змогу стверджувати, що рівень освіченості дитини на тому чи іншому етапі її шкільного навчання може бути адекватно визначений тільки з урахуванням сформованості в неї свідомого ставлення до себе як носія здоров'я, суб'єкта здоров'язберігаючої діяльності, а тому навчально-виховний процес у сучасній школі повинен мати на меті забезпечення такого формування в контексті всієї навчально-виховної діяльності. Як відзначає М.В. Гриньова, „педагогічна майстерність вчителя і основа особистісно орієнтованого підходу полягає в тому, щоб для кожного учня навчальна діяльність викликала позитивні емоції і ставала об'єктом його життєвих інтересів“ [6].

Шкільний період розвитку особистості збігається з низкою вікових криз (7,11,15 років), що мають значний вплив на подальший розвиток [4]. Щоб цей нестабільний період проходив у конструктивному руслі, дітям необхідна особлива підтримка і увага з боку значущих дорослих. Особливо важливо це для дітей 6-7 і 10-11 років, під час первинної і вторинної (перехід до основної школи) адаптації до шкільного життя.

Значну допомогу педагогові в організації такої роботи готові надати науковці. На сьогодні розвиток валеологічного напрямку в підготовці фахівців для загальноосвітньої школи дає змогу обрати доступну корекційну програму, що здатна дати необхідний ефект у роботі з учнями. На корекційних психологічних заняттях дітям можуть бути запропоновані для освоєння такі прийоми самодопомоги і самооздоровлення, як самомасаж кистей рук, активних точок на руках і обличчі, дихальні вправи, вправи на відновлення кровообігу, розвитку дрібної моторики руки тощо. Учені доводять, що в результаті подібної корекційної роботи підсилюється опір організму щодо хвороб, поліпшуються показники пам'яті та уваги, що свідчить на користь урахування в навчальній діяльності кореляції між фізичним станом дитини та її розумовими можливостями[6; 8; 11]. Отже, чим більш широко буде розуміти педагог явище адаптації дитини до умов шкільного життя, чим більше взаємопоєднаних аспектів у ньому виділятиме і враховуватиме при організації оздоровлення учнів, тим більша ймовірність гармонізації соматичного і особистісного розвитку школяра.

Результати дослідження. Результати проведеного дослідження дають підстави твердити, що одним із визначальних чинників дієвості оздоровчого середовища як основної умови оздоровлення молодших школярів є наявність систематичної, цілеспрямованої, підпорядкованої певній програмі оздоровчої роботи, яка проводиться протягом тривалого періоду (не менше року) з учнями 6-9-річного віку. Саме цей період є найбільш сприятливим з точки зору формування фізичних якостей, що в подальшому дозволять успішно включати дітей до занять різними видами спорту, а також для розвитку в них витривалості та сили. Окрім того, саме в цьому віці учні найшвидше сприймають оздоровчі настанови і закріплюють їх у практиці своєї життєорганізації.

Важливим досягненням проведеної роботи став той факт, що більшість дітей, залучених у дослідження, виявилися причетними до оздоровчої роботи. Якщо на початок експерименту, відповідаючи на питання анкети „У якому виді позакласної роботи ти береш участь?“ і обираючи довільну кількість із запропонованих варіантів „а) художня самодіяльність; б) гурткова робота з навчальних предметів; в) гурткова робота з образотворчого мистецтва; г) спортивно-масова робота; д) не беру участі“, із 270 учнів – близько 26,6% учнів (72 чол.) експериментальних класів зазначили, що до жодного з перелічених видів не залучені, то при заключному анкетуванні картина змінилася. Тільки 12 учнів (4,4%) обрали „пасивний“ варіант, причому кількість тих, хто назвав спортивно-масову роботу, зросла з 92 до 238 чол. (34% і 88 % відповідно). Особливо слід відзначити, що зростання кількості дітей, які беруть участь у спортивно-масовій роботі, відбулось не за рахунок відмови від інших занять, а в доповнення до них. Такий результат безумовно свідчить на користь тенденції до формування здорового способу життя, який, окрім іншого, передбачає розумне структурування дозвілля.

Висновок. Таким чином, найбільш ефективним (і, з урахуванням специфіки предмету, практично незамінним) при організації оздоровчої роботи у молодшій школі ми бачимо шлях суб'єкт-суб'єктних взаємин між учителем і учнями, що передбачає доречне сприяння педагога формуванню відповідних знань, умінь та навичок дитини і водночас забезпечує здоров'язберігаючі взаємини між учнями, а також розвиток оздоровчої свідомості та, як наслідок, оздоровчої поведінки школяра. Інтегруючим чинником даної роботи у виховному плані є формування духовного здоров'я дитини, що виступає запорукою особистісної готовності до вибору нею здорового способу життя як основної стратегії власної життєтворчості.

Викладене вище дозволяє зробити висновок, що успішність оздоровлення учнів молодших класів загальноосвітньої школи повинна забезпечуватися системою науково обґрунтованих засад, які відповідають умовам функціонування сучасної вітчизняної загальноосвітньої школи та актуалізації потреби оздоровлення українського суспільства на всіх вікових рівнях.

Література

1. Алатон А. Валеологія. На допомогу вчителю: [додаткові матеріали для вчителя початкової школи] / А. Алатон.– К.: Алатон, 1997. – 112 с.
2. Антропова М.В. Режим дня, работоспособность и состояние здоровья школьников / М. В. Антропова.– М.: 1974. – 73 с.
3. Бех І.Д. Проблеми розвитку школярів та забезпечення їхнього здоров'я / І. Д. Бех // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2002. – №4. – С. 24-28.
4. Волкова Н.П. Педагогіка. Посібник / Н. П. Волкова – К.: Видавничий центр „Академія”, 2001. – 576 с.
5. Гонтаровська Н. Проблема створення освітнього середовища в педагогічній теорії та практиці / Н. Гонтаровська // Імідж сучасного педагога. – 2007. – № 1-2. – С. 15-19.
6. Гриньова М.В. Саморегуляція: [Монографія] / Марина Вікторівна Гриньова. – Полтава: АСМІ, 2006. – 264 с.
7. Петрик О.І. Медико-біологічні та психолого-педагогічні основи здорового способу життя: Курс лекцій: Навчальний посібник для університетів та педагогічних інститутів / О. І. Петрик. – Львів: Світ, 1993. – 199 с.
8. Піскунова І. Народна педагогіка : виховання здорового способу життя; / І. Піскунова // Рідна школа. – 2000. – №1. – С. 52-54.
9. Омельчук Л.Ф. Здоровьесберегающие направления учебного процесса в школе / Л. Ф. Омельчук // Валеологія: сучасний стан, напрямки і перспективи розвитку. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції.– Харків, 2002. – С. 174-177.
10. Оржеховська В.М. Педагогіка здорового способу життя / В. М. Оржеховська // Проблеми освіти: Наук.-метод. збірник .– К.: Інститут інноваційних технологій і змісту освіти, 2006. – Вип. 48. – С.3-7.
11. . Фіцула М.М. Педагогіка: Посібник / М. М. Фіцулін.– К. : Видавничий центр „Академія”, 2002. – 528 с

Ю.Н. Мороз.
(Полтава)

ОСОБЕННОСТИ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

В статье рассматривается проблема оздоровительной работы с учениками младшего школьного возраста на современном этапе развития педагогической науки.

Ключевые слова: младшая школа, оздоровление, ученик, возрастная периодизация, учитель, школа.

Y.M. Moroz

FEATURES OF SCHOOL AGE IN HEALTH PROCESS OF SECONDARY SCHOOL

The articles deals with the problem of health selabes work with the student of primary school on the modern stage of pedagogical science development.

Ke ywords: junior school, sanitation, student, aged classification, teacher, school.