

# Ідеї здоров'язбережувальної педагогіки В.О. Сухомлинського та їх утілення у практику сучасної школи



**Олексій ЧЕРНИШОВ,**

кандидат педагогічних наук, доцент, ректор Донецького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

**У контексті реалій та вимог сьогодення важко переоцінити перспективність поглядів та загалом значення творчої спадщини В.О. Сухомлинського. Його ідеї витримали перевірку часом і показали свою життєздатність, а праці вражають високою вірою в дитину, вмінням знаходити шлях до її серця. Для вченого дитинство – унікальний період життя людини, коли формування особистості вступає у свідому фазу, до того ж це не період підготовки дитини до життя, а особлива самоцінна фаза розвитку людини, коли визначаються й формуються фізична, психічна, соціальна і духовна складові її здоров'я. Тобто в період дитинства забезпечуються великі резерви для творчості та самовдосконалення у роки зрілості, і в цьому є його особлива цінність.**

Педагог у своїх творах «Серце віддаю дітям», «Павлівська середня школа», «Батьківська педагогіка», «Проблеми виховання всебічно розвиненої особистості» тощо багато уваги приділяв питанням збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування у них навичок здорового способу життя. Так, у Павлівській школі реалізувалися всі його проекти щодо збереження і формування здоров'я учнів.

У ході дослідження спадщини В.О. Сухомлинського виокремлено чинники, які, на думку вченого, впливають на процес формування у дитини навичок здорового способу життя. Це сім'я (родина), школа, колектив, сама особа вихованця та його життєві цінності.

Педагог-новатор вважав, що родина – це першооснова, виховний інститут, фактор становлення всебічно розвиненої здорової особистості, це саме та емоційно значуща сфера життя і діяльності дитини, в якій формуються її соціальні й індивідуально-особистісні якості. Головною цінністю родинного виховання він визначав зміцнення здоров'я дитини, розглядаючи у взаємозв'язку його фізичну і психічну складові. Разом з батьками вчителі Павлівської школи розробляли для дітей режим праці, відпочинку та харчування. У цьому навчальному закладі в межах діяльності «батьківської школи» вивчалися проблеми педагогіки, вікової психології, теорії фізичного, розумового та естетичного виховання. Більшість бесід з батьками – це були бесіди про здоров'я дітей [4]. Просвітницька робота серед батьків учнів Павлівської школи щодо підвищення їхньої педагогічної культури охоплювала колективні та індивідуальні форми і здійснювалася на

принципах цілеспрямованості, цілісності, узгодженості. Школа в цій співпраці сприяла правильному вихованню дітей.

Проведений аналіз концептуальних положень вченого про цінності сімейного виховання показав, що вони базуються на гуманістичних і моральних першоосновах, його ідеї переживаються із сучасними вимогами особистісно орієнтованого підходу.

Педагогічна концепція В.О. Сухомлинського стала підґрунтям для нової філософії взаємин у системах «учитель–учень», «дорослий–дитина», окреслила домінуючі завдання дошкільної й шкільної ланок освіти – навчити дитину мислити, жити, створити умови для її самореалізації.

Школа – це життєвий простір дитини, в якому вона перебуває близько 70% свого часу. У цей період учні мають бути під постійним наглядом і опікою навчального закладу, сім'ї, громадськості, їхнє навантаження суворо регламентоване. І тому ні до навчання у школі, ні після її закінчення немає настільки сприятливих можливостей для планомирного та систематичного впливу на дітей з метою формування мотивації до здорового способу життя, залучення їх до заходів з охорони власного здоров'я.

Так, серед причин відставання в навчанні майже у 85% учнів учений називав незадовільний стан здоров'я, наявність захворювань, які майже не помітні, але викликаються тільки спільними зусиллями батьків, лікаря та вчителя. Замасковані дитячою безпосередністю та рухливістю, захворювання серцево-судинної системи, системи травлення та дихальних шляхів дуже часто є не хворобами, а

відхиленнями від нормального стану здоров'я. Саме тому робота «Школи радості», створеної у Павлиші, спрямовувалася на:

- організацію здоров'яформуючого навчально-виховного процесу, зміну режиму праці та відпочинку;
- посилення рухової активності дітей, збільшення часу їх перебування на свіжому повітрі (уроки на природі, походи під час канікул, фізична праця);
- забезпечення раціонального харчування;
- проведення психологічних семінарів з учителями для забезпечення психологічного комфорту на уроках, їх емоційного аспекту.

Школа, очолювана В.О. Сухомлинським, може слугувати моделлю школи XXI ст. В її основу були покладені ідеї самоцінності дитинства, створення комфортного середовища для розвитку й самореалізації особистості, визнання специфічних особливостей дитинства, які активно впроваджуються в практику роботи сучасних шкіл. Він писав, що турбота школи про те, щоб учень не хворів, щоб його організм був несприйнятливий до хвороб, так само важлива, як і піклування про інтелектуальний та естетичний розвиток вихованців.

Основні положення «Школи радості» на сучасному етапі освітньої практики реалізуються у навчальних закладах, що працюють у режимі «Школи сприяння здоров'ю». Робота цих закладів зорієнтована на процес навчання і виховання дітей з урахуванням стану їхнього індивідуального фізичного здоров'я з одночасним вирішенням завдань щодо оздоровлення, профілактики захворювань, розв'язання проблем соціальної адаптації та інтеграції молодого покоління в сучасне суспільство.

У діяльності шкіл сприяння здоров'ю є важливим не тільки кінцевий результат, а й процес його досягнення, умови шкільного середовища, навчання учнів формування власного здоров'я з урахуванням усіх аспектів повсякденного життя та вміння справлятися з різноманітними життєвими ситуаціями щодо ставлення до алкоголю, наркотиків, куріння.

З кожним роком у Донецькій області поширюється мережа шкіл сприяння здоров'ю, до якої входять навчальні заклади різних рівнів і типів: від дошкільних, загальноосвітніх, позашкільних до професійно-технічних. За останні п'ять років районна і міська мережі шкіл сприяння здоров'ю збільшилися майже вдвічі і налічують 130 закладів освіти, а обласна мережа, до якої входять 47 навчальних закладів, – на 35%. Кількість шкіл області, що ввійшли до Національної мережі, збільшилася з 3 до 18.

Кожна освітня установа сформувала власні підходи до проблеми здоров'язбереження і здоров'яформування з огляду на моніторингові дослідження стану здоров'я учнів та локальні умови і можливості реалізації оздоровчої функції освіти.

Аналіз творчої спадщини В.О. Сухомлинського дає змогу стверджувати, що успіх у навчанні не

був для нього самоціллю. Він розглядав його як інтегративний компонент формування особистості, який надає можливість максимально повно самореалізуватися кожній дитині. Педагог-учений успіх у навчанні розглядав як єдине джерело внутрішніх духовних сил дитини, які породжують енергію для подолання труднощів, бажання вчитися, оптимістичну впевненість, самоповагу, підґрунтя яких є її здоров'я.

На думку науковця, міцне здоров'я, відчуття повноти, невичерпності фізичних сил – найважливіше джерело життєрадісного світосприйняття, оптимізму, готовності здолати будь-які труднощі. Він підкреслював, що турбота про здоров'я – це велика праця виховання [6]. Від життєрадісності, бадьорості школярів залежать їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили. Втілюючи принцип природовідповідності виховання і навчання – «здоровий дух у здоровому тілі», вчений визначав важливу роль фізичного розвитку не тільки для формування правильної постави, розвитку фізичних сил, а й для виховання характеру, сили волі.

В.О. Сухомлинський у своїй праці «Серце віддаю дітям» підкреслював, що школяр має бути не лише здоровим, але й красивим; краса невіддільна від здоров'я, гармонійного розвитку організму, який забезпечувала саме організація роботи у «Школі радості». День учнів розпочинався з обов'язкової ранкової гімнастики, у літній період – прийняття душі, у зимовий – обмивання водою до поясу. У режимі дня були передбачені уроки на свіжому повітрі, тривалі прогулянки на природі, залучення дітей до праці на пришкольній ділянці в різні пори року, а на канікулах проводилися довготривалі походи та експерсії [5]. У системі педагога важлива роль відводилася дотриманню режиму нічного відпочинку дітей: відхід до сну – не пізніше ніж о 21-й годині, тривалість сну – не менш як 8–8,5 години.

Використовуючи досвід «Школи радості», навчальні заклади нашої області особливу увагу приділяють оптимізації рухового режиму дітей: це ранкова гімнастика, динамічні перерви, фізкультхвилинки, гімнастика для очей, участь у спортивних та хореографічних гуртках. Внесено корективи в режим роботи шкіл: створено безпечні умови для навчання дітей та праці педагогів (розклад уроків, перерв, режим для груп подовженого дня тощо), що забезпечує в межах навчального процесу більше часу на рухову активність дітей. Результатом цієї роботи є поступове збільшення кількості школярів, які самостійно займаються ранковими фізичними вправами (від 31,2% до 54,8%), відвідують спортивні секції, хореографічні гуртки тощо (від 40,9% до 57,2%). Учні залучаються до проведення моніторингу стану власного здоров'я, завдяки чому 79% із них розуміють, що необхідно робити, аби зберегти своє здоров'я.

Комплексний підхід до збереження і зміцнення здоров'я як дітей, так і педагогів забезпечується

програмами загальноосвітніх навчальних закладів, які ґрунтуються на принципах особистісно орієнтованого підходу до вибору здоров'язбережувальних технологій, що спрямовані не тільки на зміцнення здоров'я учнів, а й на формування позитивної мотивації щодо ведення здорового способу життя.

Майже всі навчальні заклади, які входять до мережі шкіл сприяння здоров'ю, співпрацюють з науково-дослідними та медичними установами, що дало змогу створити науково обґрунтовані плани роботи та провести моніторингові дослідження стану здоров'я учасників навчально-виховного процесу. Профілактико-корекційні заходи здійснюються на основі цих досліджень і за погодженням з медичними працівниками. Позитивним у роботі шкіл є те, що проводяться не поодинокі заходи, а створюється система інформаційно-профілактичної роботи.

У всіх дошкільних закладах області складено такий режим дня, в якому передбачено всі оздоровчі заходи, спрямовані на фізичну, психічну реабілітацію і саморегуляцію організму. Їм відводиться більша частина часу. Вони природно переплітаються з іншими видами освітньо-розвивальної та профілактичної роботи. Під час розроблення комплексу оздоровчих та лікувально-профілактичних заходів враховуються стан здоров'я дитини, її вік, індивідуальні особливості. У 86% цих закладів розроблено і впроваджуються фізкультурно-оздоровчі проекти та програми, особливістю яких є орієнтація на роботу з дітьми, які часто хворіють. Вони розраховані на весь період перебування дітей у цьому закладі. У їх межах передбачається щоквартальне ознайомлення батьків з результатами обстеження стану здоров'я дітей, створено фонд батьківської підтримки, напрацьовані варіативні форми оздоровчих технологій з дітьми в домашніх умовах.

Відстежуючи тенденції соціальних змін, В.О. Сухомлинський вважав, що суспільство має дбати не тільки про те, що буде через декілька років у галузі економіки, а й «уявляти, якою стане на той час людина». У системі «світ – людина – світ» повинна ставитися найвища мета – Людина. Педагог визнавав дуже важливими організаційні форми урізноманітнення і забезпечення спілкування учня з суспільством, розвиток його багатогранних потреб й інтересів. Своє трактування виховання колективу він блискуче поєднав з розкриттям самої сутності взаємин, з формуванням у людини духовної потреби в іншій людині. Ця потреба пробуджується лише тоді, коли вихованець стає здатним переживати інтерес до духовного світу іншої людини. Стосунки, в яких передбачається гармонія духовного життя кожної особистості, також забезпечують і розвиток колективу.

Різноманітні методи формування відносин, що використовувалися педагогом у Павлівській школі, сприяли розвитку у дітей життєвих навичок, а саме: ефективного спілкування, співчуття, вирішення конфліктів, спільної діяльності та співпраці, вміння

обстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій тощо.

Педагогічні колективи нашої області впроваджують досвід роботи Павлівської школи щодо формування цих життєвих навичок, які, за визначенням ВООЗ, сприяють становленню соціальної складової здоров'я. Широко використовуються технології інтерактивного навчання і виховання. Їх впровадження передбачає організацію процесу самовиховання, спільне обговорення проблем колективу на зборах, створення емоційного стану радості, вплив на вихованця через колектив за умови, що він бачить у людині значно більше достоїнств, ніж вад, використання вправ на підвищення рівня прагнень, виконання діяльності суспільного значення, надання права вибору вирішувати, як треба діяти, емоційне оцінювання вчинків дитини іншими дітьми, оцінювання розвиненості взаємин у колективі, морального здоров'я колективу. Така робота забезпечує активізацію самостійної діяльності учнівських колективів, яка виявляється у розвитку самоврядування, створенні учнівських громадських організацій, участі дітей у діяльності благодійних фондів, волонтерській роботі та акціях тощо.

Тому в школах сприяння здоров'ю багато уваги приділяється практичному опануванню учнями навичок здорового способу життя, залученню їх до власного здоров'ябудування, поширенню волонтерського руху серед дітей, посиленню зв'язків з громадськими організаціями. Проведення обласного конкурсу учнівських проектів «Вчимося бути здоровими» сприяло приверненню уваги школярів до планування системи практичних дій щодо забезпечення здорового способу життя, як свого особистого, так і своєї родини, шкільного колективу чи окремої групи учнів.

Особистість учня В.О. Сухомлинський розглядав як багаторівневу й багатомірну систему, а тому збереження здоров'я і забезпечення успіху в навчанні учнів має базуватися на системному підході, який охоплює всі основні аспекти навчання і виховання – від постановки цілей і конструювання навчально-виховного процесу до аналізу ефективності застосування прийомів і методик.

Педагогічний колектив Павлівської школи активно досліджував питання, пов'язані з проблемою виховання особистості дитини, і на практиці розробив організаційно-педагогічну систему, яка створювала сприятливі умови для ефективного й цілеспрямованого впливу на особистість кожного учня, динамізувала його фізичні, інтелектуальні та духовні можливості, що забезпечувало успішний розвиток, соціалізацію, становлення й утвердження нового психічного стану – стану радості самореалізації.

Гуманізм взаємин людини і колективу, за В.О. Сухомлинським, – це діалектична єдність двох взаємопов'язаних і взаємозумовлених сторін. Єдність, що постійно розвивається й удосконалюється.

З одного боку, відповідальність і піклування людини за людину й колектив, а з іншого – наповнення діяльності всього колективу почуттям відповідальності за людей. Лише така гармонізація відносин між особою й суспільством, вважав Василь Олександрович, може створити «духовну спільність» між людьми у суспільстві.

Під науковим керівництвом В.О. Сухомлинського в Павлівській школі було визначено і теоретично обґрунтовано шляхи та засоби формування особистості школяра [7]. Лейтмотивом усіх досліджень є гуманістична сутність його педагогіки, спрямованої на особистість. Нині розглядаються такі концептуальні засади його системи, як повага до особистості кожної дитини, визнання її унікальності, неповторності, створення умов для розкриття потенційних можливостей кожного учня, гуманізація та індивідуалізація навчально-виховного процесу.

У навчальних закладах нашого регіону педагогічними колективами аналізується й доводиться доцільність використання ідей педагога-новатора з позиції збереження та формування здоров'я дітей, ведеться пошук можливих шляхів їх застосування на практиці. Так, вчителі у своїй роботі, утверджуючи принципи педагогіки співробітництва, враховують психологічні особливості розвитку дитячого організму в різні вікові періоди, спираються на дані про стан здоров'я учнів, проектують індивідуальний розвиток особистості. Як результат цієї роботи, 47,4% дітей найбільшою цінністю в своєму житті вважають здоров'я. Деякі заклади освіти стали осередками пропаганди здорового способу життя, формування цінності здоров'я не тільки у учнів, а й у місцевої громади.

Досвід, думки, дослідження В.О. Сухомлинського, його багата педагогічна спадщина і сьогодні є актуальними та затребуваними. Ідеї здоров'я-збереження і здоров'яформування, що були відображені у творах Василя Олександровича, не втрачають своєї значущості для сучасної педагогічної науки та практики і потребують подальшого осмислення та реалізації.

### Література

1. *Животворча* сила педагогічної спадщини В.О. Сухомлинського (Педагоги Донеччини віддають серце дітям) / заг. ред. Ю.І. Соловійова, О.І. Чернишова. – Донецьк: Вітоки, 2011. – 184 с.
2. *Кузьмінський А.І.* Педагогіка родинного виховання: навч. посіб. / А.І. Кузьмінський, В.Л. Омеляненко. – К.: Знання, 2006. – 324 с.
3. *Савченко О.Я.* Виховний потенціал початкової освіти: [посіб. для вчителів і методистів почат. навчання] / О.Я. Савченко. – 2-ге вид., доповн. і переробл. – К.: Богданова А.М., 2009. – 226 с.
4. *Сухомлинський В.О.* Батьківська педагогіка / В.О. Сухомлинський. – К.: Рад. школа, 1978. – 263 с.
5. *Сухомлинський В.А.* Сердце отдаю детям / В.А. Сухомлинський. – 2-е изд. – К.: Рад. школа, 1988. – 272 с.

6. *Сухомлинський В.А.* Павлышская средняя школа: Обобщение опыта учебно-воспитательной работы в сельской средней школе / В.А. Сухомлинский. – 2-е изд. – М.: Просвещение, 1979. – 393 с.
7. *Сухомлинський В.А.* Проблемы воспитания всесторонне развитой личности / В.А. Сухомлинский // Избр. произв.: в 5-ти т. – К.: Рад. школа, 1979. – Т. 1. – С. 59–220.



### Анотації

#### Олексій ЧЕРНИШОВ

#### Ідеї здоров'язбережувальної педагогіки В.О. Сухомлинського та їх утілення у практику сучасної школи

*У статті здійснено аналіз ідей здоров'язбереження та здоров'яформування у спадщині В.О. Сухомлинського. Розкрито досвід їх впровадження в практику роботи шкіл сприяння здоров'ю Донецької області.*

**Ключові слова:** здоров'язбереження, здоров'яформування, життєві навички, складові здоров'я, здоровий спосіб життя, гуманістична педагогіка, особистість.

#### Алексей ЧЕРНЫШОВ

#### Ідеї здоров'єсберегаючої педагогіки В.А. Сухомлинського и их внедрение в практику современной школы

*В статье осуществлен анализ идей здоровьесбережения и здоровьесформирования в наследии В.А. Сухомлинского. Раскрыт опыт их внедрения в практику работы школ содействия здоровью Донецкой области.*

**Ключевые слова:** здоровьесбережение, здоровьесформирование, жизненные навыки, составляющие здоровья, здоровый образ жизни, гуманистическая педагогика, личность.

#### Oleksiy CHERNYSHOV

#### Ideas health-saving pedagogics of V.O. Sukhomlynskyi and their introduction in practice of modern school

*The article deals with the analysis of ideas of saving and formation of health in V.O. Sukhomlynskyi's heritage. The experience of their introduction into the practice of the work of schools of assistance to health in Donetsk region is described.*

**Keywords:** saving of health, formation of health, vital skills, health components, healthy way of life, humanistic pedagogics, person.