

4. Зрозуміти причину її виникнення.  
II крок
5. Обрати спосіб дії та розробити план дій.
6. Реалізувати створений проект.
7. Співставити результати з поставленою метою (дії самоконтролю).
8. Оцінити результат (дії самооцінки) [14, с. 17].

Вихідним матеріалом навчальної діяльності на кожному етапі є наявні знання, уміння і навички учнів, а результатом – нові знання, уміння та сформовані здібності до адекватного перебування в усіх типах середовища. Уміти вчитися – уміти виконувати та рефлексувати навчальну діяльність. Уміти вчитися – норма навчальної діяльності. Щоб навчити дітей вчитися, принципово важливо побудувати структуру навчальної діяльності, яка б відповідала всезагальним культурним засобам і способам саморозвитку та самовдосконалення.

**Висновки.** Проблема формування навчальної діяльності школярів завжди привертала увагу дослідників. Необхідність підвищення рівня освіченості випускників загальної середньої школи робить актуальним дане дослідження в галузі початкової освіти, адже саме тут закладається фундамент всього подальшого навчання в основній та старшій школі тощо. Вчитель початкової школи, перш за все, повинен навчити дітей вчитися, зуміти зберегти й постійно розвивати пізнавальні потреби вихованців, будити жагу до знань, до активної діяльності. Цілеспрямоване вирішення цих завдань можливе лише в тому випадку, коли педагог буде знати природу походження навчальної діяльності, її компоненти, послідовність та особливості формування кожного з них у дітей молодшого шкільного віку, а також умови ефективного формування у школярів навчальної діяльності на кожному уроці.

#### БІБЛІОГРАФІЯ

1. Александрова Е. Особливості навчальної програми з математики / Е. Александрова, О. Кондратюк // Початкова

освіта. Методичний порадник. – 2012. – № 36 (660) вересень – С. 20 – 24.

2. Богданович М. В. Методика викладання математики в початкових класах: Навч. пос. – 3-є вид., перероб. і доп. / М. В. Богданович, М. В. Козак, Я. А. Король. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2008. – 336 с.

3. Давыдов В. В. Концепция учебной деятельности школьников / В. В. Давыдов, А. К. Маркова // Вопросы психологии. – 1981. – № 6. – С. 13-26.

4. Давыдов В. В. Развитие психики школьников в процессе учебной деятельности: Сб. научн. тр. / АПН СССР, НИИ общ. пед. псих. – М.: АПН СССР, 1983. – 154 с.

5. Демидова Т. Е. Формирование умения целеполагания у младших школьников / Т. Е. Демидова // Плюс до и после. – № 4. – 2009. – С. 1-4.

6. Державний стандарт початкової загальної освіти // Початкова школа. – 2011. – № 7. – С. 1 – 18.

7. Истомина Н. Б. Методика обучения математики в начальной школе: Развивающее обучение / Н. Б. Истомина. – 2-е изд., испр. – Смоленск: Издательство Ассоциация XXI век, 2009. – 288 с.

8. Мислення в діяльності молодших школярів / За ред. Г. С. Костюка, Г. О. Балла. – К.: Рад. школа, 1981. – 159 с.

9. Навчальні програми для загальноосвітніх навчальних закладів із навчанням українською мовою. 1 – 4 класи. – К.: Видавничий дім «Освіта», 2011. – 392 с.

10. Паламарчук В. Ф. Школа учит мыслить: Пособие для учителя / В. Ф. Паламарчук. – М.: Просвещение, 1987. – 208 с.

11. Савченко О. Навчити учнів учитися: Психолого-дидактичний аспект / О. Савченко // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2005. – № 1. – С. 29-32.

12. Савченко О. Я. Початкова ланка в системі безперервної освіти / О. Я. Савченко // Початкова школа. – 1989. – № 4. – С. 5-9.

13. Формирование учебной деятельности школьников / В. В. Давыдов, А. К. Маркова, И. Ломпшер. – М.: Педагогика, 1982. – 216 с.

14. Что значит «уметь учиться» / [Петерсон Л. Г., Кубышева М. А., Мазурина С. Е., Зайцева И. В.]. – М.: АПК и ППРО, УМЦ «Школа 2000...», 2008. – 80 с.

15. Эльконин Д. Б. Психическое развитие в детских возрастах: Избранные психологические труды / Под редакцией Д. И. Фельдштейна. – Издание 2-е, стереотипное. – М.: Издательство «Институт практической психологии», Воронеж: НПО «МОДЭК», 1997. – 416 с.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

**Нікітіна Олена Олександрівна** – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри методик дошкільної та початкової освіти Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.

*Коло наукових інтересів* – компетентнісний підхід до формування навчальної діяльності молодших школярів; формування предметних математичних компетенцій учнів початкової школи.

УДК 378.14.79

## ТРЕНІНГ-ПРАКТИКУМ: «ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ЯК ЗАПОРУКА РОЗВИТКУ НАЦІЇ»

**Сергій НОВОПИСЬМЕННИЙ (Полтава)**

**Постановка проблеми:** майбутнє кожної нації залежить від наявності цілісного і здорового людського генофонду. У повсякденному житті людина досить часто замикається на себе, як індивідуальна особистість, і не усвідомлює значення окремих

стереотипів суспільної моралі і норм здорового способу життя. У соціумі людина не завжди може якісно засвоювати ці норми, перетворюючи їх на стійкі моральні імперативи, ідеали і переконання. Шляхом популяризації у навчальному процесі проблематики здорового

способу життя ми маємо змогу впливати на свідомість і поведінку студентів, змінюючи їх у відповідному напрямку. Таким чином ми конструємо етико-психологічний канал повсякденної передачі здорових життєвих цінностей, які, зокрема, є запорукою цивілізаційного і культурного прогресу в розвитку нації.

#### Стан наукової розробки проблеми.

Питанням популяризації здорового способу життя присвячено велику кількість спеціальних досліджень. Варто зазначити, що в останній час, поряд із медико-біологічними, з'явилася велика кількість психолого-педагогічних розробок, які переводять проблему на більш вищий, морально етичний щабель обговорення. Здійснюючи нашу розвідку ми насамперед використовували праці таких дослідників як М. Гриньова [3], В. Зайцев [4], В. Горашук [2], О. Ващенко [1], Л. Коваленко [5], Н. Синьовська [8], С. Страшко [9], С. Шульга [10]. Вагомим підґрунтям для дослідження цієї проблеми є експертний аналіз Міністерства України у справах сім'ї дітей та молоді; Державного інституту проблем сім'ї та молоді; Представництва дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні [7]. Заслуговує на увагу також інформаційний збірник життєвих навичок "Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок" [6].

#### Твоє майбутнє у твоїх руках

**Мета.** Ознайомити студентів зі шкідливим впливом на організм людини тютюну, алкоголю, наркотиків; навчити підлітків аналізувати й пізнавати себе; популяризувати здоровий спосіб життя; застерігати дітей від шкідливих звичок; виховувати почуття милосердя, доброти, співчуття.

**Обладнання.** Рекламні плакати (вислови відомих людей, народна мудрість про шкідливі звички).

*«Посієш учинок – пожнеш звичку,  
Посієш звичку – пожнеш характер,  
Посієш характер – пожнеш долю».*  
*«Поведінка – дзеркало, у якому кожний  
показує своє обличчя».*

(Й. В. Гете)

*«Ніяка зовнішня краса не може бути  
повною, якщо її не освітлює краса внутрішня».*

(В. Гюґо)

*«Думай гарно, і думки твої визріють  
гарними вчинками».*

(Л. М. Толстой)

#### Епіграф заходу:

*Життя короточасне, як зорепад.  
Дуже часто ідеши невпопад,  
Ритм земний не зумівши відчутти,  
Важко й самотньо нам бути!  
Та заклик Господа хай буде із тобою:  
Живи в гармонії з Природою й собою.*

(М. Зайцева)

#### Хід заняття

##### I. Вступне слово вчителя

Дорогі друзі! Ви перебуваєте в дуже відповідальному і надзвичайно важливому періоді вашого життя – юності. Перед вами постає безліч запитань, що хвилюють вашу думку, примушують сумніватися, навіть страждати. Адже серед вас немає жодного, хто був би повністю задоволений собою, хто не бажав би краще розвинути свої розумові й фізичні здібності, а головне – зміцнити здоров'я. Раз у раз перед вами постає потреба удосконалити себе. Кожен повинен знати себе, свої цінності та цілі життя. Якщо не знати себе й не розуміти зовнішнього впливу на особистість, то прийняті нами рішення можуть бути не зовсім правильними.

Рішення курити чи ні. Пити чи ні краще приймати після того, коли з'явиться розуміння того, хто ми є і ким би хотіли стати в майбутньому, що потрібно зробити для того, щоб чогось досягти в житті. А щоб зробити правильний вибір, слід багато знати про предмет вибору.

Сьогодні ми постараємося відкрити вам очі на речі, про які ви ще мало знаєте: що таке куріння? Алкоголізм? Наркоманія? І який їх вплив на організм людини, на її подальше життя, на долю?

Чи пам'ятаєте ви одну з десяти заповідей Божих: «Не сотвори собі кумира» і як вона пов'язана із сьогоднішньою нашою темою?

##### II. Виступи студентів

**Статист.** Мільйони людей на планеті курять цигарки, що спричиняє багато захворювань, призводить до передчасної смерті. Дедалі частіше жертвами тютюнового агресора стають молоді люди, учнівська молодь, а також жінки. Майбутні матері, які курять, не лише занапащають своє здоров'я, але й народжують неповноцінне потомство, тому що тютюнова отрута уражує його генетичний апарат, затримує фізичний і психічний розвиток.

❖ Легені людини, яка курить 20 цигарок за день протягом року містять літр осаду смоли.

❖ Одна цигарка скорочує життя на 8 хвилин.

❖ 90% людей, які курять, признаються в тому, що хотіли б кинути цю згубну звичку.

❖ Учені Чиказького та Пітсбургського університетів зробили висновок, що у вагітних жінок, які курять по 10 цигарок за день, народжується 80% нездорових дітей.

**Доктор медицини.** Тютюн – причина 95% випадків захворювання на рак легенів. Ті, що багато курять, хворіють на рак легенів у 15 - 30 разів частіше, ніж некурці. Курці в 13 разів частіше хворіють на стенокардію і в 10 разів частіше – на виразку шлунка, а також на бронхіт. У дитини, яка дихає тютюновим димом,

порушується обмін речовин і, насамперед, засвоєння цукру, необхідного для живлення тканини організму. Це проявляється у роздратованості, відставанні у фізичному розвитку.

**Довідка біолога.** Тютюн – це однорічна рослина пасльонових, висушене листя якої подрібнюють і використовують для куріння. До складу листя тютюну входить нікотин, вуглеводи, органічні кислоти, смоли та ефірні олії. Основна особливість тютюну – вміст нікотину, однієї з найсильніших рослинних отрут. Недарма сказано: «Крапля нікотину вбиває коня». Дуже чутливі до нікотину птахи, риби, земноводні. Якщо затягнута курцева поставити медичну п'явку, то вона дуже швидко відпадає й гине в судах, бо всмоктує кров із вмістом нікотину.

**Довідка хіміка.** До складу тютюнового диму входить близько 30 отруйних речовин: аміак, синильна кислота, чадний газ. Близько 8% тютюнового диму становить окис вуглецю. Таким чином, під час куріння втрачається здатність організму постачати тканинам кисень. Настає кисневе голодування, сповільнюється ріст, людина почувається кволою, у неї виникає головний біль. Запаморочення.

Під час згоряння 1кг тютюну утворюється 70г дьогтю. Крізь легені за рік проходить близько 300г такого дьогтю, який буквально заліплює кисневі пухирці (альвеоли) легені, що призводить до утворення злоякісних пухлин. Викуривши 1 пачку цигарок, людина одержує дозу радіації, що в 7 разів перевищує допустиму норму, визнано міжнародною угодою із захисту від радіації.

**Читці.**

*1. О Господи, прости, я збочив  
І вірний шлях Твій залишив,  
Допоможи, щоб дні і ночі  
В присутності Твоїй ходив.*

*2. Ісусе мій, дай впевненість мені,  
Благослови мою слабеньку віру,  
Спасінням дай радіти в усі дні,  
Вмий серце спокоєм і миром.*

**Доктор медицини.** Покинути куріння кожен зможе. І зробити це потрібно вже сьогодні – це буде найкращим рішенням.

По – перше, поставте перед собою чітку установку: «Хочу позбутися цього диявольського зілля!», «Прагну почати нове життя!», «Хочу займатися спортом, навчитись танців!», «Хочу бути здоровим!».

Опісля, перейдіть на овочево-фруктову дієту ( м'яса, міцної кави та чаю не вживати).

Випивайте по 2-2,5 літра води, соків, молока щодня. Напишіть перелік речей, які б ви хотіли придбати для себе або комусь на подарунок, біля кожної речі поставте ціну в одиницях

цигарок; гроші, не витрачені на цигарки, складайте в скриньку.

Відвідайте стоматолога й почніть нове життя із блискучими білими зубами.

Уникайте компаній курців, азартних ігор, стресових ситуацій. Дихайте глибше, затримуйте дихання до 15-40 секунд, спокійно вдихайте носом і повільно видихайте. Це допоможе уникнути стресу.

За кожний відвойований день похваліть себе, усміхніться собі перед дзеркалом, переможемо підніміть кулак. Курс лікування-не більше як два тижні. Покинути курити-дуже важлива справа, а найкраща - не починати курити!

**Читці.**

*1. Любить Вітя закурити*

*Так, від нічого робити,*

*Ще й трима цигарку згорда –*

*Отака тепер є мода.*

*2. Лікар Вітю оглядав*

*І таке йому сказав:*

*«Нікотин легені з'їв,*

*Що ж ти, хлопче, нароби?»*

*3. З розуму дурного він почав курити,*

*А тепер не знає, що йому робити.*

*4. В кімнаті накурений будеш сидіти,*

*Не буде у тебе тоді апетиту,*

*І біль в голові будеш ти відчувати,*

*А в розвитку фізичному будеш відставати.*

*5. Млявим ти будеш і нездоровим,*

*Бо дуже шкідливим є дим тютюновий.*

*6. Думають діти: якщо закурили –*

*Значить, дорослі вже чи особливі.*

*Насправді це, друзі, скажу вам, не так.*

*Курець – лиші здоров'я губити мастак!*

*7. Десь на задвірках знайома картинка –*

*Душаться хлопці: цигарка-малинка.*

*А поруч дівчата цигарочки смокчуть,*

*Бо хочуть вони сподобатись хлопцям.*

*8. Любі дівчатка, вам скажемо прямо:*

*Забудьте, покиньте звички погані.*

*Подумайте краще, що буде із вами –*

*9. Почати нелегко, покинуть – це гірше!*

*Хай рішення ваше буде наймудріше.*

*Куріння шкідливе, курець – це не жарти,*

*Тож краще курити не починайте!*

*(Я. Зеліско)*

**Доктор медицини.** Другим жахливим ворогом людини є алкогольна залежність.

Алкоголь – це специфічна паралітична отрута.

Він вражає насамперед головний мозок. За наявності невеликої концентрації алкоголю в крові (0,05%) блокується кора головного мозку, центри уваги й самоконтролю. Людина стає балакучою, рухливою. Утрачає контроль над своїми словами. Учинками. Якщо більша концентрація алкоголю в крові, то зникає

почуття страху, переоцінюються власні можливості, що штовхає людину на ризиковані вчинки. А якщо велика кількість алкоголю (0,15%), то притупляється діяльність моторних центрів мозку й людина втрачає контроль над своїми рухами.

В алкогольну залежність людина потрапляє поступово. Спочатку – кюхоль пива, потім – склянка вина, далі – склянка горілки, а тоді і пляшки замало. Людина перетворюється на потенційного алкоголіка. А це велика проблема як для самого алкоголіка, так і для його родини та суспільства.

**Статист.** В історії людства були спроби запровадити «сухий закон», підкріплений навіть досить жорстокими мірами, аж до смертної кари. Однак у багатьох країнах світу за останні 20 років куріння зросло: в Німеччині на 12%, Бельгії – на 19%, США – на 32%, Канаді – на 32%, Великобританії – на 34%.

За американськими дослідженнями,  $\frac{3}{4}$  дорослого населення країни вживає спиртні напої, а затрати на них зросли в 3,3 разу за останні 20 років і досягли 30 млрд. доларів.

Алкоголь є однією із причин дорожньо-транспортних пригод, 50% аварій на дорогах пов'язано із вживанням водія спиртного.

**Доктор медицини.** П'янство – це захворювання добровільне, яке спричиняє низку інших захворювань: порушення внутрішніх органів. У алкоголіків розвивається алкогольний психоз: хворий не може заснути, виникають зорові галюцинації (гадюки, павуки, щури, чорти). Хворий хоче врятуватися від них, бере ніж або сокиру й рубає навколо себе. А від цього можуть постраждати люди. Часто алкоголіки мають слухові галюцинації: чують голоси невідомих людей або сусідів, друзів, які нібито переслідують її, на щось намовляють.

Перебуваючи в стані відчаю, хворі можуть бути дуже небезпечними для навколишніх. Таких хворих слід госпіталізувати. Одним із проявів психічного розладу є алкогольна депресія. У такому стані хворі можуть накласти на себе руки.

Майже всі алкоголіки страждають на захворювання внутрішніх органів, оскільки весь організм отруєний алкоголем: ішемічна хвороба серця, інфаркт міокарда, виразкова хвороба шлунка, кишечнику, запалення нирок, цироз печені, гепатит, туберкульоз легень, венеричні захворювання, невралгії, неврити. Практично уражені всі системи й органи людини.

**Статист.** Працездатність таких людей зменшується на 15 – 30 % порівняно із тверезими людьми. Економіка країни страждає від таких людей, оскільки їм треба часто оплачувати лікарняні листи, бо вони хворіють у 10 – 20 разів частіше, ніж звичайні люди. У

п'яниць у 4,3 разу вищий рівень травматизму, ніж у тверезих.

Литовські вчені констатують, що в стані сп'яніння замерзають 82,2 % осіб, серед повішаних – 58%, серед утоплених – 54,3 %. За даними американської поліції, близько 55% порушників закону – люди, що перебувають в стані сп'яніння.

У Франції нараховується 3 млн. розумово відсталих через те, що 60 % батьків із цих сімей вживали алкоголь. Французькі вчені дослідили, що з 819 дітей, батьки яких вживали алкоголь, 16 – мертвонароджені, 37 – недоношені, 38 – недорозвинуті, 145 – душевнохворі, 121 – передчасно померлі.

**Учитель.** Як бачите, картина дуже сумна. Дуже важко лікувати алкоголізм. Краще запобігти привиканню організму до спиртних напоїв. Дітям ні в якому разі не можна вживати алкоголь. Склянка пива може вбити немовля. Мама, яка годує дитину грудьми, сама випиває, прирікає своє дитя на смерть. Тож будьте розумними, обачними, не забувайте про страшні наслідки.

**Мудрець.** У народі з давніх-давен негативно ставились до пияцтва, кажучи:

- Коли вино в людині, то розум у пляшці.
- Хто вино любить, той сам себе губить.
- Пияцтво роботі не товариш.
- Річка починається з потічка, а пияцтво – з чарочки.
- Вино входить – розум виходить.
- І розумні часом від вина дуріють.
- Добрі діти – батькам вінець, а погані – кінець.

#### **Читці.**

1. Ніколи не кажи й одного злого слова –  
Поспішного, недоброго, пустого!

О Боже мій, де істину шукати?

Так важко досконалості надбати.

2. Знай, що на суд підуть твої діла.

Пильнуй, бо ж ти собі не ворог!

Якщо у праці Господу хвала –

Вона не перетвориться на порох.

3. Ти бачиш: світ наш пропадає.

В тьму Земля поринула.

Хто блудить в світі, той страждає,

Бо звісно, сильний сатана.

4. А Бог стократ його сильніший!

Хай же відкриються врата,

Тоді диявол не зуміє

Зітерти світ цей до кінця!

5. Та ми чомусь глухими стали,

Забули Бога пияки.

Невже нам горя й сліз замало?

Одумаймося, грішники!

(Я. Зеліско)

**Учитель.** Однією з найстрашніших загроз для нашої молоді тай для всього людства є

наркоманія – чума ХХ століття, яка поширюється з космічною швидкістю на планеті. А все – від незнання, неусвідомлення наслідків цього повторного явища.

**Мудрець.** Наркоманія (від грец. *narke* – заціпеніння і *mania* – безумство, захоплення) – хвороба, що характеризується непереборним потягом до наркотиків, які викликають у малих дозах ейфорію – стан піднесеного настрою, безтурботність, задоволення, а у великих дозах – заціпеніння, наркотичний сон, а далі – смерть.

**Учитель.** А чи є різниця між наркоманією й токсикоманією? Ні! Різниця лише в хімічних сполуках, які застосовуються для одурманення.

Якщо людина зловживає препаратами, офіційно віднесеними до груп наркотиків, то це наркоманія. В усіх інших випадках – це токсикоманія, яка, до речі, більше поширена. Цьому посприяв бурхливий розвиток побутової хімії. Нюхання бензину, отруйних засобів проти комах, лакофарбових виробів, зловживання лікарськими препаратами – все це токсикоманія.

**Історична довідка.** Наркоманія відома ще з давніх часів. Наприклад, у поемі «Одіссея» Гомера головний герой змушений рятувати свою команду, одурманену запахом квітки лотоса, у давньоіндійських книгах згадується таємнича Сома – це назва «Божественного гриба» – мухомора. Стародавні звичаї вживання наркотиків збереглися в Східній Азії й арабських країнах. У Європі наркоманія поширилась після Другої світової війни. У 60-ті роки з появою руху хіпі почалося поширення наркотичної сировини в США.

**Довідка хіміка.** Які ж препарати вживають наркомани?

1. Опій – сильнодіючий наркотик, який добувають з особливих сортів маку. З нього виробляють морфін, героїн та інші знеболювальні медичні препарати, на що полюють наркомани.

2. Марихуана, гашиш, анаша – препарати з індійських конопель, які використовуються для куріння впереміш із тютюном.

3. Месколін – алкалоїд, токсичний компонент, який добули з деяких кактусів.

4. Псилоцибін – алкалоїд певного виду грибів. Окрему групу наркотиків становлять психостимулятори центральної нервової системи: кокаїн, ефедрин, фенамін.

**Читці.**

1. Наркоманія – це біда.

А наркоман – її творіння,

Нанюхавшись отрути досхочу,

Перебуває в своєсхідній ейфорії.

2. Він горя завдає собі і близьким,

Не думає про наслідки погані.

Сьогодні вперше кайф зловив,

А завтра став токсикоманом.

3. Він відчуває потяг хворобливий,

І потяг той такий магічний,

І зовсім він не розуміє,

Що кайф приносить наслідки трагічні.

4. Запамятайте, діти, ці слова,

Щоб не змогли ніколи ви забути:

«Хай жоден з вас отрути не візьме

І кайф не побажає цей відчутти!!!»

(Я. Зеліско)

**Учитель.** Наркотики не лікують – вони калічать організм людини, особливо молоді роблять її інвалідом, призводять до злочинності, самогубства.

Наркоманам властиво шукати собі подібних. Вони можуть групуватися у своєрідні клуби зі своїми лідерами та своїми статутами, швидко тягнуть у своє болото новачків, дають пробувати зловити кайф безкоштовно кілька разів, а потім примушують діставати зілля, а це штовхає молодь на злочини, адже наркотики коштують дорого.

**Доктор медицини.** Поступово захисні функції організму втрачаються, виникає щоденна, щогодинна потреба організму в отруті. Людина втрачає апетит, розвивається авітаміноз, зменшується опір організму різним хворобам, та виникають зміни в психіці, відбувається деградація особистості. Людина втрачає людську подобу, стає фізично й духовно калікою, організм старіє, шкіра висихає, береться зморшками, людина худне, виснажується та помирає не доживши часом і до 30 років.

**Читці.**

1. Вот он тащился, чуть не умирая,

Через минуту ж – где достал, Бог весть,

О радостях искусственного рая

Мир может по лице его прочесть!

А сколько их сейчас придет по свету,

Чья участь то сладка, а то тяжка!

И, видимо, спасенья уже нету

От этого простого порошка.

(Е. Винокуров)

2. В тебе прокиснет кровь твоих отцов и дедов.

Стать сильным, как они тебе не суждено.

На жизнь, ее скорей и счастья не изведая,

Ты будешь, как больной, смотреть через окно.

И кожа сохнет, и мышцы ослабеют,

И в черепе твоём мечты окаменеют.

И ужас из зеркал посмотрит на тебя,

И скука вльется в плоть, желанья губя.

(Эмиль Верхарн)

3. Ну що ж зробити нам такого,

Щоб світ від злости вберегти

І від погібелі страшиної

Нам грішний люд застерегти?

4. Як біда, то волаєш до неба,

Звинувачуєш всіх і усе

*Усвідомити ж добре нам треба:  
Кожен з нас гріхи роду несе.  
5. Все, що предки і ми сотворили,  
Наші діти і внуки пожнуть.  
В чистоті і любові прожили –  
Світла й добра їм стелиться путь.  
6. Тож стараймось в житті не смітити,  
Очищаймо чорнобиль душі,  
Щоб світельцем горіти, світити,  
А гріхи не бувають чужі.*

(Л. Микитюк)

*7. У Бога попросимо прощення  
За всі земні гріхи,  
Просимо віри і натхнення...  
Ти, Боже нас охорони!  
8. Прийди до всіх у цьому світі,  
До серця кожного торкнись,  
Щоб відпустить гріхи, провини.  
Разом. Ми хочемо з Тобою жити!*

(М. Зайцева)

#### БІБЛІОГРАФІЯ

1. Ващенко О. Здоров'язберігаючі технології в загальноосвітніх навчальних закладах / О. Ващенко, С. Свириденко // Директор школи. – 2006. – № 20. – С. 12.
2. Горашук В. П. Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів / В. Горашук // Безпека життєдіяльності. – 2005. – № 5. – С. 58-61.
3. Гриньова М. В. Саморегуляція : навч.-метод. посіб. / М. В. Гриньова. – Полтава : АСМІ, 2008. – 268 с.
4. Зайцев В. О. Критерії та показники професійної готовності майбутніх учителів основ здоров'я до позакласної роботи з учнями основної школи / В. О. Зайцев // Народна освіта. Електронне наукове фахове видання. – Режим доступу:

[http://narodnaosvita.kiev.ua/Narodna\\_osvita/vupysku/17/statti/zyceev.htm](http://narodnaosvita.kiev.ua/Narodna_osvita/vupysku/17/statti/zyceev.htm)

5. Коваленко, Л. П. «За здоровий образ життя» : сценарій проведення «круглого стола» / Л. Коваленко // Школ. б-ка. — 2006. — № 2. — С. 44-52.
6. Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок : інформ. зб. з життєвих навичок / авт.-упоряд. М. Бело. — К. : Генеза, 2005. — 77 с.
7. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти : оцінка ситуації / М-во України у справах сім'ї, дітей та молоді; Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді; Представництво дит. фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. — К., 2004. — 108 с.
8. Сеньовська Н. Л. Саморегуляція як компонент професійної характеристики вчителя в умовах інформатизації суспільства // Педагогічна спадщина М. М. Дарманського в контексті сучасних реалій: Матеріали Перших пед. читань пам'яті М. М. Дарманського (11 квітня 2006 р.). – Хмельницький: Редакційно-видавничий відділ ХГПА, 2006. – С. 72-78.
9. Стрешко С. В. Соціально-просвітницькі тренінги з формування мотивації до здорового способу життя та профілактики ВІЛ / СНІДу / за ред. С. В. Стрешко : [Навчально-методичний посібник для викладачів валеології, основ медичних знань та безпеки життєдіяльності, вчителів основ здоров'я, студентів вищих педагогічних навчальних закладів]. – [2-ге видання, перероблене і доповнене]. – К. : Освіта України, 2006. – 260 с.
10. Шульга Є. І. Здоровий спосіб життя як соціально-педагогічна умова становлення особистості у підлітковому віці / Є. І. Шульга // Управління школою. – 2006. – № 29. – С. 25.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

**Новописьменний Сергій Анатолійович** – викладач Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка  
**Коло наукових інтересів:** організація здоров'язбережувальної діяльності

## УДК 37(09)

# РОЗВИТОК УКРАЇНСЬКОЇ ЕТНОГРАФІЇ В ХІХ СТ. ТА ЇЇ ЗНАЧЕННЯ У ВИВЧЕННІ СВІТУ ДИТИНИ СХІДНИХ СЛОВ'ЯН

**Тетяна ОКОЛЬНИЧА (Кіровоград)**

У зв'язку з корінними соціально-економічними змінами в житті країни спостерігається відчутний інтерес до виробленої упродовж віків народної практики виховання підростаючих поколінь. Загострюється проблема подальшого дослідження та практичного використання позитивного досвіду української народної педагогіки, тому що у народній філософії сконцентровано мудрість поколінь, яка прийшла у наш день крізь століття. Концептуальний аналіз проблем національного виховання переконує в тому, що демократизація, гуманізація, гуманітаризація в цій сфері неможливі без відродження кльтурно-історичних, виховних традицій і національно-педагогічних систем. Єдність історичного і етнопедагогічного дає змогу забезпечити єдність досягнень української народної

педагогіки та педагогічної науки. Завжди актуальним предметом для вивчення є світ дитини та способи її виховання, адже незалежно як народ виховував своїх дітей, неможливо зрозуміти ні його спосіб життя, ні особливостей його соціальної історії.

Світ дитини в широкому значенні тлумачиться вченими як все, що створено людським суспільством для дітей і дітьми; у вужчому – смисловий простір цінностей, установок, способів діяльності і форм спілкування, що функціонують у дитячих суспільствах в тій чи іншій конкретно-історичній соціальній ситуації розвитку. Це окремий світ, який створювало дитяче суспільство протягом всього соціогенезу. До складових світу дитини належать: традиційні народні ігри (хороводи, рухливі ігри, змагання,