



Ганна ПЕРКОВА,
 учитель-методист Октябрської ЗОШ І–ІІІ ст.
 Великоновосілківського р-ну Донецької обл.

Здорове покоління з навичками здорового способу життя

Мета статті – проаналізувати погляди В.О.Сухомлинського на формування і збереження здоров'я школярів і розкрити ефективність їх застосування в практику роботи початкової школи.

Робота вчителя – це благородна і відповідальна місія, яка потребує від людини високої професійної компетентності, постійної творчості, невтомної роботи думки, величезної душевної щедрості, любові до дітей, безмежної відданості справі. Такою людиною, на мою думку, був В.О.Сухомлинський – учитель від Бога.

Сьогодні ставить цілу низку вимог до особистих якостей людини, а саме: міцне здоров'я, вміння творчо мислити, діяти, приймати рішення в нестандартних ситуаціях, комунікабельність, розвинуті навички роботи в колективах. Тільки така людина зможе стати успішною в майбутньому. Тому вважаю, що одне з найголовніших завдань у праці вчителя – це турбота про здоров'я учнів, бо від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили. "Духовне життя дитини, за твердженням В.О.Сухомлинського, – її інтелектуальний розвиток, мислення, пам'ять, увага, почуття, воля великою мірою залежать від "гри" її фізичних сил. Слаба, квола, нездорова, схильна до хвороб дитина на уроці швидко втомлюється, згасають її очі, стають млявими рухи" [2, с. 133].

На основі численних досліджень Всесвітня організація охорони здоров'я дійшла висновку, що здоров'я дитини починається в сім'ї. Саме сім'я відіграє вирішальну роль в опануванні знань з основ здорового способу життя та переходу їх у стійкі переконання, вироблення навичок і вмінь. Школа повинна сприяти, аби дитина ставала сильнішою, міцнішою, витривалішою.

На прикладі кількох поколінь вихованців В.Сухомлинський переконався, успіху у вихованні взагалі і фізичному зокрема можна досягнути тільки спільними зусиллями родини, школи і громадськості. Він писав, що "... цю роботу колектив вважає найбільш потрібною, найважливішою серед усіх інших справ. Ми взагалі нічого не досягнули б, якби не працювали з батьками" [3, с. 144–148].

У В.Сухомлинського та його "Школи радості" вчуся дбати про здоров'я моїх вихованців. Багато цінного запозичила у сучасних науковців та публіцистів – О.Я.Савченко, І.Беха, О.М.Іонові, А.Хуторського.

Проаналізувавши дослідження відомих науковців та власні дослідження, дійшла висновку, що батьки не завжди володіють загальною культурою, складовою якої є фізична культура. Проведені бесіди з батьками, анкетування свідчать, що половина з них не мають уявлення про здоровий спосіб життя, його зміст і завдання, не володіють методикою його формування, нездатні виконувати

роботу в цьому напрямку. Тому саме досвід В.Сухомлинського з даного напрямку є цінним.

В сучасних умовах, на мою думку, важливе значення має педагогічна просвіта батьків, спрямована на вирішення проблеми формування фізично здорової дитини. У зв'язку з цим спланувала лекції для батьків ("Режим дня, його вплив на здоров'я", "Сім'я і здоровий спосіб життя", "Вплив фізичних вправ на здоров'я дитини", "Психічне здоров'я дитини") та родинні виховні заходи фізкультурно-оздоровчого спрямування. Під час проведення лекцій стало очевидним, що ефективність заходу недостатня, так як батьки виступають пасивними слухачами. Дійшла висновку, що треба урізноманітнити форми проведення таких занять (диспути, семінари, обмін досвідом, круглі столи тощо). Такі форми роботи активізували батьків, стимулювали їхнє педагогічне мислення, сприяли усвідомленню власної відповідальності за здоров'я дитини. Спільні заходи: "День здоров'я", "Тато, мама і я – спортивна сім'я", "Веселі старты", "Козацькі забави" та інші були спрямовані на організацію спільного дозвілля батьків і дітей, сприяли засвоєнню знань про здоровий спосіб життя, а також формування стійких навичок і звичок фізичної поведінки кожною дитиною. Батьки зрозуміли, що треба активізувати свою роботу у сім'ї для забезпечення здоров'я своїх дітей. Результатом стали сімейні походи в природу, на спортивні майданчики, на річку, луки.

Не менш важливою проблемою збереження здоров'я дитини, В.Сухомлинський вважав організацію культури розумової праці. "Дитина – жива істота, її мозок – найтонший, найніжніший орган, до якого треба відноситись турботливо і обережно" [4, с. 133]. Великий педагог підкреслював: "Джерело повноцінної розумової праці не в темпі і напрузі, а в правильній, продуманій його організації, в здійсненні багатогранного фізичного, інтелектуального, естетичного виховання" [4, с. 133].

На сучасному етапі розвитку освіти ХХІ сторіччя серед освітніх технологій перевагу надаю здоров'язберігаючим технологіям. Вдале поєднання інтерактивних технологій зі здоров'язберігаючими дає змогу учням активно рухатись під час уроків. Найдієвішими вважаю такі технології: "Акваріум", "Карусель", "Мозкова атака", рольові ігри, робота в динамічних групах. Під час такого навчання учні вчать бути демократичними, спілкуватися з товаришами, критично мислити, поважати думку колег, приймати продумані рішення.

У своїй роботі застосовую індивідуальний та диференційований підхід до навчання. Виконуючи різномірні завдання діти краще розкривають свої здібності, підвищують рівень своєї компетентності, відчувають радість, задоволення від подолання труднощів, віру в свої сили, що є показником психічного здоров'я. Позитивний ефект

дають також такі прийоми, як: "Естафета", "Пантоміма", "Гаряче крісло", "Впіймай слово", "Скажи своє слово", "Імітація". Важливе місце в моїй роботі займають такі здоров'язберігаючі засоби, як: фізкультхвилинки, танцювальні вправи, рухливі ігри, хвилинки релаксації, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей.

В.О.Сухомлинський проводив уроки серед природи, створював "зелені класи", вчив дітей пізнавати оту надзвичайну красу, любити її, з нею розмовляти і милуватися. Педагог стверджував: "Природа – колиска дитячої думки, і треба прагнути, щоб кожна дитина пройшла школу дитячого мислення серед природи". "... дитина по своїй природі – допитливий дослідник, винахідник світу. Так хай перед ним відкривається чудовий світ в живих кольорах, яскравих звуках, в казці і грі, в особистій творчості, в красі, яка зворушує його серце, в бажанні роботи людям добро..." [5, с. 569].

Навчаючи і виховуючи своїх учнів, намагаюся передати їм своє ставлення до природи, до навколишньої краси, духовно збагатити їх, завдяки творчому підходу до організації навчального процесу. Ідеї В.Сухомлинського втілила в авторській програмі "Основи екології" для учнів 3–4 класів та збірці "Бесіди про здоров'я", які містять ті основні напрямки збереження духовного та фізичного розвитку дітей, що проходять "червоною ниткою" через праці В.Сухомлинського. Дуже люблять мої вихованці уроки мислення серед природи ("Першоцвіти", "Осінні барви", "Про що розповіла горобина", "Подорожник – лікарська рослина"). Помітила, що такі уроки залишають у кожній дитині іскорку любові до природи, збагачують її духовний світ. Учні не просто дивуються, думають, спостерігають. Вони знаходять серед довкілля відповіді на свої численні запитання.

Не менш корисними вважаю навчальні екскурсії в природу в різні пори року ("Золота осінь", "Зима-білосніжка", "Весняні фантазії"). Народні рухливі ігри на свіжому повітрі сприяють фізичному загартуванню організму.

Ефективним у роботі вважаю впровадження методу проектів. Діти займаються пошуком, дослідництвом. Розроблені проекти з "Основам здоров'я" ("Зелена аптека рідного краю", "Здоровий спосіб життя", "Хліб – усьому голова", "Здоров'я і харчування") дали змогу дітям отримати глибокі знання про основні групи харчування, про корисні та шкідливі продукти, дізнатися про ціннісні якості національних страв, про ефективність використання лікарських трав у народній медицині. Діти вчилися моделювати своє "дерево здоров'я", "стежину здоров'я".

Кожен проект для дітей значущий, адже в результаті діяльності, творчого пошуку вони бачать результат власної праці, який можуть використати практично. Завдяки цьому виникає ситуація успіху. Дивлячись на усмішки дітей, їхні щасливі обличчя і сама почуваюся щасливою. Емоційне благополуччя учнів у школі – це основа з основ їхнього психічного, інтелектуального, фізичного здоров'я.

Всебічне вивчення і розуміння внутрішнього світу школярів залишається аксіомою якісного навчання і виховання. "Без знання дитини, без глибокого розуміння всієї складності явищ, які відбуваються в її душі, виховання стає сліпим і тому беззмістовним" [6, с. 18].

Керуючись власним досвідом, а також опрацювавши сучасну науково-методичну літературу та спадщину В.О.Сухомлинського, повністю розділяю думку академіка НАПН України, доктора педагогічних наук, професора О.Я.Савченко, що за своєю суттю діяльність Сухомлинського – вченого, вчителя – це своєрідна "лікувальна педагогіка", яка на багато років випередила сучасне прагнення виокремити турботу про фізичне і психічне здоров'я дитини як спеціальне завдання школи. Великий педагог наголошував: "Я не боюсь повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вчителя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне здоров'я, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили" [6, с. 109].

Аналіз педагогічної спадщини В.Сухомлинського дозволяє зробити висновок про те, що видатним педагогом висловлювались важливі й цікаві ідеї щодо збереження й розвитку здоров'я учнів. А організація навчально-виховного процесу Павлівської "Школи радості" є найяскравішим прикладом здоров'язбережувальної освіти молодого покоління.

Література

1. Савченко О. Я. Екологія дитинства: В. О. Сухомлинський і сучасна початкова школа / О. Я. Савченко // Початкова школа. – 2000. – № 11.
2. Сухомлинський В. О. Розмова з молодим директором. – Вибр. тв. : У 5 т. – К. : Рад. школа, 1976. – Т. 4. – С. 393–625.
3. Сухомлинський В. О. Піклування про здоров'я молодого покоління, фізичне виховання. – Вибр. тв. : У 5 т. – К. : Рад. школа, 1976. – Т. 1. – С. 192–197.
4. Сухомлинський В. О. Піклування про здоров'я і фізичне виховання. – Вибр. тв.: У 5 т. – К. : Рад. школа, 1980. – Т. 4 – С. 133.
5. Сухомлинський В. О. Природа як джерело знань. – Вибр. тв.: У 5 т. – К. : Рад. школа, 1980, Т. 5. – С. 569.
6. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям. – Вибр. тв. : У 5 т. – К. : Рад. школа, 1973, Т. 3. – С. 18.

Шановні друзі!

Триває передплата періодичних видань на 2016 рік.
Не забудьте е завітати до поштових філій і передплатити і необхідну Вам пресу, а насамперед – журнал "Початкова школа".

У роздрібний продаж журнал не надходить!

Передплатні індекси: 74404 – щомісячна передплата.

95444 – пільгова передплата на півріччя та рік