

ВПЛИВ ХОРТИНГУ НА ОРГАНІЗАЦІЮ НАВЧАННЯ ТА ВИХОВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Актуальність. Формування відповідального ставлення до власного життя та здоров'я учнів – одне з головних напрямів роботи вчителя, яка зумовлює саме існування української нації та держави. Діалектика розвитку освіти підтверджує надання науковцями значної уваги проблемі впровадження організаційно-діяльнісних педагогічних технологій, спрямованих на виховання особистісних якостей учнів у процесі формування їхнього здоров'я та здорового способу життя, розвитку та становлення особистості. Основою успіху розв'язання зазначеної проблеми є готовність учителя до створення для цього сприятливих умов.

Ускладнення програм, підвищення вимог до учнів супроводжується негативною динамікою стану здоров'я учнів початкової школи. Головне завдання школи ХХІ століття – талановита, творча та здорова обдарованість. На роки навчання дитини у школі припадає період інтенсивного розвитку організму. У багатьох дітей вільного від школи та додаткових занять часу практично немає. Через це зростає емоційне напруження, збільшується ризик різноманітних захворювань, обумовлених зниженням опору організму [3]. Не менш важливим є вміння вчителя та батьків організувати навчання та дозвілля дитини. Попередній аналіз стану здоров'я молодших школярів доводить необхідність негайного втручання вчителів у формування самозбережувальних навичок у життя своїх учнів, їх родин. Окрім високих результатів у навчанні, слід підвищити рівень культури здоров'я учнів та їх родин. Отже, актуальність даної роботи викликана потребою розв'язання нагальної проблеми – проблеми культури здоров'я учнів.

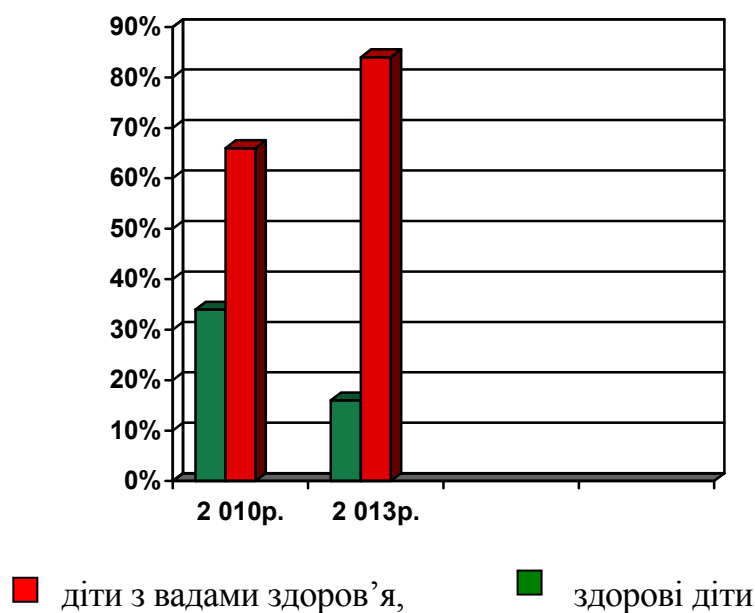
Мета статті – обґрунтування методичних засад організації педагогів щодо формування в учнів навичок культури їхнього здоров'я у процесі навчання та виховання (на прикладі хортингу).

Виклад основного матеріалу. Цінність роботи полягає у тому, що в ній проаналізовано сучасні методичні підходи до викладання навчальних предметів у початковій школі, організацію навчального процесу та виховання учнів за допомогою батьків, обговорено основні методи та прийоми використання технологій самозбереження, оцінено ефективність їх застосування в навчальному процесі та в позаурочний час.

Державними документами визначено кардинальні напрями розвитку освіти, що орієнтують педагогів на усвідомлення цілей і завдань щодо вдосконалення професійної компетентності, підвищення громадянської відповідальності за навчання, виховання та розвиток школярів, формування через освіту наукового світогляду, на якому базуватимуться мотивація до здорового способу життя, біологічне мислення, екологічно безпечна поведінка людини у природі та суспільстві. Указом Президента України від 25 червня 2013 року № 344/2013 затверджена Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, яка на основі аналізу сучасного стану розвитку освіти визначає мету, стратегічні напрями та основні завдання (в першу чергу шкіл та

позашкільних закладів). Розроблення Національної стратегії зумовлено необхідністю кардинальних змін, спрямованих на підвищення якості і конкурентоспроможності освіти у нових економічних і соціокультурних умовах, прискорення інтеграції України у міжнародний освітній простір. Національна стратегія розвитку освіти в Україні конкретизує основні шляхи реалізації концептуальних ідей майбутнього освіти, визначених Національною доктриною її розвитку [3].

Оздоровлення у школі починається із впровадження технологій самозбереження. В їх основі – методи, які допомагають організувати навчально-виховний процес для всіх його учасників в соціально-освітньому просторі, безпечному для їхнього здоров'я, підвищуючи мотивацію щодо його формування, збереження, зміцнення, відновлення й передачі наступним поколінням. Самозбереження – прагнення вберегти особисте життя, застерегти себе від загибелі. Отже, головною метою технологій самозбереження є виховання потреби учня щодо збереження здоров'я. Про необхідність такого виховання свідчить аналіз стану здоров'я першокласників, що ходили до школи протягом 2010-2013 навчального року (діаграма 1).



Діаграма. 1. Стан здоров'я першокласників

Зрозуміло, що педагоги мають побудувати навчально-виховний процес таким чином, щоб він не тільки не погіршував фізичний стан учнів, а й укріплював їхні сили та можливості. Для цього необхідно: скоординувати зусилля учасників навчально-виховного процесу та спрямувати їх на збереження й розвиток здоров'я учнів; формувати та розвивати культуру здоров'я серед учасників навчально-виховного процесу; організувати життєдіяльність на засадах здорового способу життя; впроваджувати новітні технології, що зберігають здоров'я.

Впровадження самозбережувальних технологій реалізується через створення відповідного шкільного середовища, або облаштування класних кімнат

та організації навчального процесу, виходячи з ідеї збереження та зміцнення здоров'я дітей. Уроки фізичного виховання, трудового навчання, екскурсії завжди починаються з бесід та інструктажів із техніки безпеки. Через такі види роботи формується соціальна складова здоров'я. Учні мають вчитися керувати собою, розв'язувати життєві конфлікти, контактувати з людьми в соціумі, протистояти негативному впливу оточення, оцінювати власні вчинки щодо інших, поважати думку інших, виконувати правила спілкування та ввічливості, поведінки у різних ситуаціях, дотримуватися безпечної поведінки щодо загрози ВІЛ/СНІДу та інших небезпечних хвороб, додержуватися правил безпечної поведінки у різних видах діяльності.

Безумовно, провідним навчальним предметом у початковій школі, що підвищує рівень культури здоров'я учнів, є курс „Основи здоров'я“. Інтегрований курс „Основи здоров'я“ вивчається у початкових класах загальноосвітньої школи як окремий предмет та є складовою освітньої галузі „Здоров'я і фізична культура“. Змістовою основою програми з курсу „Основи здоров'я“ є Державний стандарт початкової освіти, зокрема освітньої галузі „Здоров'я і фізична культура“, програми з курсу „Основи здоров'я“ та „Основи безпеки життєдіяльності“ загальноосвітньої школи, а також компетентність та досвід роботи вчителів, їхній особистий приклад, наведені статистичні дані нещасних випадків серед дітей шкільного віку та явищ надзвичайних ситуацій природного, техногенного і соціального характеру, які впливають на здоров'я людини тощо.

Мета предмета „Основи здоров'я“ – формування компетентності зі збереження здоров'я учнів на основі засвоєння ними знань про здоров'я та безпеку, практичних навичок здорового способу життя і безпечної поведінки, сприяння їхньому фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку і, завдяки цьому, – утвердження ціннісного ставлення самих школярів до життя і здоров'я.

Особливе місце у системі культури здоров'я належить фізичній культурі та спорту, або фізичному вихованню. У галузі фізичного виховання введено в дію Закон України „Про фізичну культуру і спорт“, Державну програму розвитку фізичної культури і спорту в Україні, Цільову комплексну програму „Фізичне виховання – здоров'я нації“, основне завдання яких – зміцнити стан здоров'я населення та виховання соціальної орієнтації на здоровий спосіб життя. У школах введено навчальну дисципліну, яка має назву „Валеологія“. Валеологія як дисципліна, що закладає основи науки про здоров'я, вивчає фундаментальні закони формування, збереження і зміцнення здоров'я особистості та популяції, як, зрештою, і самої природи.

Фізичну культуру школяра слід розглядати не тільки як заняття руховими вправами та процедурами загартування. Поняття „фізична культура“ включає ще і широке коло відомостей і знань, які стосуються уявлень про правильний режим раціонального харчування, дотримання правил гігієни, вироблення корисних звичок. Можна сказати, що фізична культура школяра – це принцип його відношення до свого здоров'я, до розвитку і збереженню можливостей свого організму. На основі цього принципу будується повсякденне життя учнів, в якому фізична культура є складовою частиною загальної культури.

Згідно з „Положенням про фізичне виховання учнів загальноосвітньої школи“, система занять школярів фізкультурою і спортом включає такі пов’язані між собою форми:

- уроки фізичної культури;
- фізкультурно–оздоровчі заходи протягом шкільного дня (гімнастика перед уроками, фізкультурні хвилинки під час уроків, ігри й фізичні вправи на перервах і в режимі подовженого дня);
- позакласна спортивно-масова робота (заняття в гуртках фізичної культури і спортивних секціях, спортивні змагання);
- позашкільна спортивно-масова робота та фізкультурно-оздоровчі заходи за місцем проживання учнів (заняття в дитячо-юнацьких спортивних школах, туристичних гуртках і т. ін.);
- самостійні заняття учнів фізичними вправами вдома, на пришкольних і дворових майданчиках, стадіонах та інше.

Зрозуміло, що школа – життєвий простір дитини. Але важливу роль у становленні особистості, що здатна цінити та зміцнювати власне здоров’я, відіграє й позашкільна робота. Науковими дослідженнями встановлено, що урок фізкультури забезпечує в середньому лише 11% гігієнічної норми рухової активності школяра. Спрямованість навчальної і позашкільної роботи з фізичної культури на масове залучення учнів до систематичних занять фізичною культурою і спортом великою мірою сприяє зміцненню здоров’я вихованців школи, підвищенню рівня їхньої фізичної і розумової працездатності. Гуртки спортивного напрямку (футбол, баскетбол, волейбол, спортивне орієнтування та ін.) створюють необхідні умови гармонійного виховання, фізичного розвитку, повноцінного оздоровлення, змістовного відпочинку та дозвілля. Дитячі спортивні школи готують на базі всебічного фізичного розвитку кваліфікованих спортсменів. У таких школах працюють секції з окремих видів спорту, а в них – навчальні групи, в яких учні поділені за статтю, віком і ступенем спортивної підготовки.

Ледь не щороку у світі з’являються нові види спорту та допоміжні спортивні дисципліни. Серед них останніми роками яскраво засяяла і зірка сучасного національного виду спорту хортинг, винайденого в Україні, в основу якого покладено традиційну для українців техніку самозахисту та спортивних прийомів єдиноборства. Слово „хортинг“ походить від назви відомого у світі славетного острова Хортиця, де була розташована Запорозька Січ, яка відіграла прогресивну роль в історії українського народу. Саме Хортиця була оплотом воїнів, де вдосконалювалося бойове мистецтво з метою захисту рідного краю. Так почалася історія військово-політичного центру, з яким повинні були рахуватися усі [1; 2; 3].

Законом України „Про загальну середню освіту“ визначені завдання загальної середньої освіти, акцентується увага на вихованні громадянина-патріота своєї Батьківщини, готового до подальшої освіти, трудової діяльності та захисту Вітчизни, з вільними політичними і світоглядними переконаннями. У відповідності до даного Закону укладена і широко впроваджується навчальна програма розвитку українського національного виду спорту хортинг у систему загальної середньої освіти, яка підготовлена на підставі узагальнення досвіду

роботи викладацьких колективів загальноосвітніх і спеціальних навчально-виховних закладів та працівників органів освіти та була обговорена й ухвалена на засіданні комісії з фізичної культури Науково-методичної Ради Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.

За цією програмою у десятках шкіл України вже систематично працюють спортивні школи, секції і групи з хортингу, в яких діти різного віку здобувають не лише майстерність самозахисту, а й здоров'я. У зв'язку з цим постають і зовсім нові, педагогічні завдання перед батьками дітей, які займаються хортингом. Педагогізація батьків дітей із секцій і гуртків хортингу відбувається через консультативно-рекомендаційну роботу (відкриті тренування, батьківські збори, усні і письмові консультації, бесіди, практикуми, тренінги тощо), лекційно-просвітницьку роботу (батьківські лекторії, всеобучі, конференції, педагогічні читання), консультативну діяльність, залучення батьків до навчально-тренувального процесу („Показові виступи секції хортингу“, „Відкриті тренування“, „Дні відкритих дверей“, участь у підготовці й проведенні спортивних змагань, навчально-тренувальних семінарів із хортингу, загальних і особистих спортивних та державних свят, розваг, окремих занять, під час педагогічного процесу у впорядкованих спортивних приміщеннях тощо).

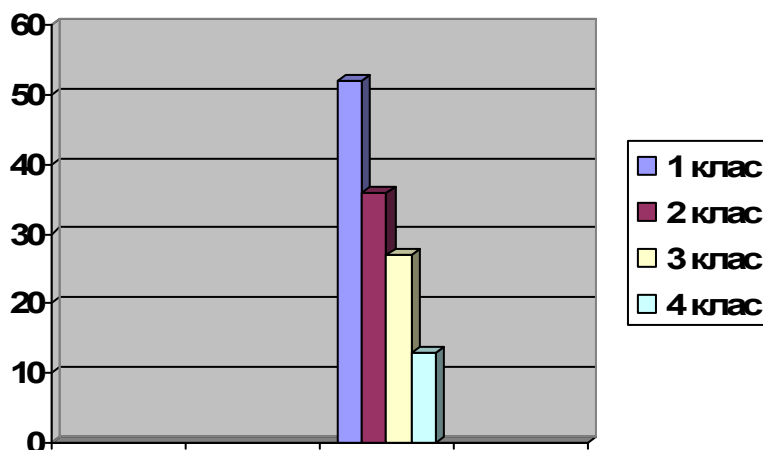
Не менш важливу роль у вихованні культури здоров'я та вивчення історії рідного краю відіграють центри та станції юних туристів, які організують подорожі школярів за межі постійного проживання. Подорожі можуть бути пішохідними, лижними, автомобільними, авіаційними, велосипедними, водними, залізничними, комбінованими. До подібних подорожей варто частіше залучати батьків для зміцнення стосунків між членами певної родини та родинами учнів. На заняттях туристичного гуртка вихованці ознайомлюються із поняттям – спортивний туризм, освоюють основні техніки пішохідного туризму, здобувають практичні навички орієнтування на місцевості за допомогою карти, компасу та природних орієнтирів.

Отже, рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний із рівнем освіти (як шкільної так і позашкільної). Чим вище середній рівень освіти у певному соціальному середовищі, тим кращими в ньому будуть узагальнені показники здоров'я. Природно, що піклування про власне і громадське здоров'я неможливе без знання того, чому це потрібно і як це робити, без сприйняття освіти не лише як валеологічної, а значно ширше – як освіти загальної. Чим ширші та глибші знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створити у суспільстві системне уявлення щодо проблеми здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального та громадського здоров'я в усіх його проявах і сферах.

Як показують наукові дослідження, здоровий спосіб життя впливає безпосередньо на збереження, та зміцнення здоров'я і опосередковано – на успіх у навчанні, сприяє інтелектуальному й духовному розвитку особистості. Він впливає і на фізичний стан організму, функціонування всіх його систем, сприяє гармонійному розвитку тіла людини. Людина, яка веде здоровий спосіб життя,

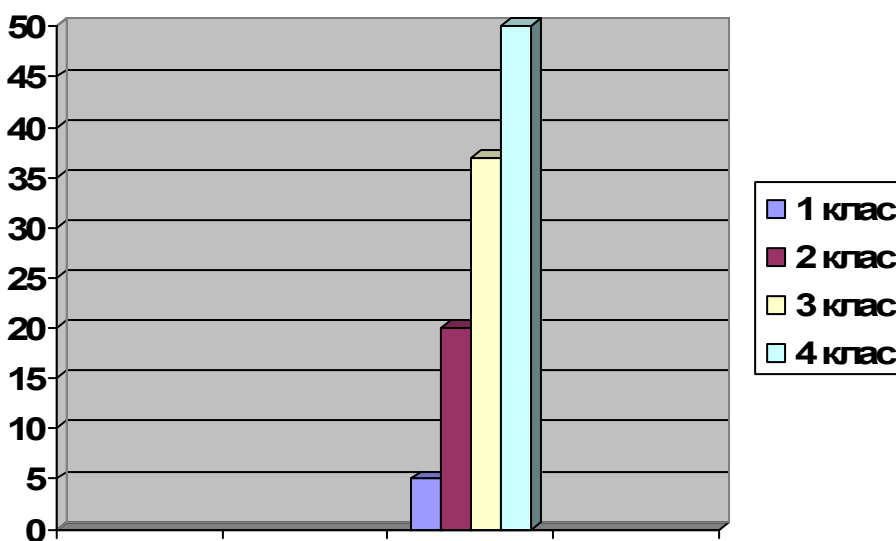
вільніше долає психоемоційні труднощі, стресові ситуації. Здоровий спосіб життя позитивно впливає на духовну сторону здоров'я: на ціннісні орієнтири, оптимізм, моральні й вольові якості.

Відстежуючи процес формування самозбережувальної компетентності учнів початкової школи під впливом позашкільних спортивних гуртків, мусимо зробити висновок, що вирішення зазначеної проблеми значно сприяє розвитку дітей. У них з'являється стійке бажання, а згодом і потреба бути здоровими, що підтверджують дані захворюваності дітей (діаграма 2).



Діаграма 2. Рівень захворюваності учнів

Діаграма „Рівень захворюваності учнів“ свідчить про те, що спостерігається підвищення рівня самозбережувальної компетентності учнів: 1 клас – 52 %; 2 клас – 36 %, 3 клас – 27 %; 4 клас – 13 % захворюваності. Учні, оволодівши навичками самозбереження, стали менше хворіти, підвищилася їхня активність та рівень навчальних досягнень.



Діаграма 3. Зайнятість учнів у спортивних гуртках

Крім того з'ясувалося, що рівень захворюваності молодших школярів безпосередньо залежить від підвищення рівня зайнятості дітей у спортивних гуртках (діаграма 3).

Висновок. Отже, на сучасному етапі впровадження технологій самозбереження серед учасників навчального процесу визначається як найвища людська цінність, а методичний супровід – це відправна точка втілення ідеї самозбереження. Проблема збереження та зміцнення здоров'я населення, зокрема учнів, залишається однією з найактуальніших як для держави, так і для школи.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бех І. Д. Виховання особистості: підручник / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2008. – 848 с.
2. Єрмоєнко Е. А. Навчальна програма гурткової (секційної) роботи „Хортинг“ для учнів 1–11 класів загальноосвітніх навчальних закладів : навч. вид. / Е. А. Єрмоєнко. – К. : Паливода А. В., 2012. – 268 с.
3. Офіційний сайт Української Національної Федерації Хортингу. Федерація твоєї Батьківщини [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.horting.org.ua>.

REFERENCES

1. Bekh, I. D. (2008). *Vykhovannia osobystosti* [Education of personality]. Kyiv: Lybid.
2. Yeromenko, E. A. (2012). *Navchalna prohrama hurtkovoї (seksiynoi) roboty Khortynh dlia uchniv 1–11 klasiv zahalnoosvitnikh navchalnykh zakladiv* [The curriculum circle (sectional) of „Horting“ for students of 1–11 grades of secondary schools]. Kyiv: Palyvoda A. V.
3. *Ofitsiyni sait Ukrainskoi Hatsionalnoi Federatsii Khortynhu. Federatsiia tvoiei Batkivshchyny* [Official website of the Ukrainian National Federation Horting. Federation is your homeland]. Retrieved from <http://www.horting.org.ua>.